Zeitschrift: Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht

Band: 28 (1921)

Heft: 1

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 06.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Hauswirtschaftlicher Ratgeber

Schweiz. Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht ::

Beilage zum „Schweizer Frauenheim".

Redaktion: Lina Schläfli, Zürich .·. **Verlag: W. Coradi-Maag, Zürich**

Abonnementspreis:
Jährlich Fr. 4.—, halbjährlich Fr. 2.—. Abonnements nimmt die Expedition, Schöntalstraße 27, entgegen.

Nr. 1. XXVIII. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich,** 1. Januar 1921.

Um böse Zeiten jamm're nie,
Verbess're oder dulde sie,
Und lege nichts der Zeit zur Last,
Was selber du verschuldet hast!

□

Falsche Sparsamkeit.

(Nachdruck verboten.)

Wenn wir auch durch Teuerung und Not gezwungen sind, zu sparen, so ist allzuweitgehende Sparsamkeit doch nicht zu empfehlen. „Zeit ist Geld", lautet ein Sprichwort, das noch immer seine Berechtigung hat. Bevor wir also eine langdauernde Reparatur unternehmen, sei es an Wäsche, Kleidern oder an andern Dingen, müssen wir uns überlegen, ob die darauf verwendete Mühe und Arbeit sich lohnt. Manche Hausfrau hat sich in den Kriegszeiten etwas darauf zugute getan, daß sie aus verschiedenen alten Sachen etwas Neues herstellen konnte. Das war ratsam zu einer Zeit, da Neues teuer bezahlt werden mußte. Heute aber, wo mancher Stoff wieder zu annehmbaren Preisen in den Handel kommt, ist es fraglich, ob diese Art Flickarbeit und Wiederherstellung sich lohnt. Gewiß, es ist unter Umständen eine Tugend, jeden alten Rest zu verwenden, sie hat aber auch ihre Schattenseiten. Das Zertrennen z. B. ist eine mühsame Arbeit und empfiehlt sich nur, wenn der Stoff noch gut ist; bei einem zerlegenen, zermürbten bedeutet es Zeitvergeudung. Dagegen ist es anzuraten, bei Stoffen, die aus den Jahren vor dem Kriege stammen, denn sie sind solider als diejenigen der letzten Jahre. Am besten lohnt sich die Verwendung von guter alter Leinwand aus dem Schatz unserer Mütter und Großmütter; diese Leinwand kann man buchstäblich bis zum letzten Faden ausnützen und der letzte Rest, den wir noch zu einem hübschen Deckchen verwenden, hat für uns noch einen Pietätswert. Aber einen Nachmittag an das Stopfen eines schon oft geflickten Küchenhandtuches zu verwenden, damit es noch eine Wäsche aushält — das gehört in das Kapitel „Falsche Sparsamkeit".

Wie viele Frauen haben keine Zeit, sich ihren Kindern so zu widmen, wie sie es gerne möchten — ihre häuslichen Tugenden erlauben es ihnen nicht! Es ist wahr, sie sind den ganzen Tag im Dienst der Familie beschäftigt, sie betrachten sich geradezu als Märtyrerinnen und wollen in manchen Fällen auch als solche bedauert und bemitleidet sein. Sie würden aber ihren Hausgenossen manchmal eine größere Freude machen, wenn sie sich von ihrer Arbeit losreißen wollten, um den schönen Nachmittag zu einem Ausflug zu benützen. Wenn Mütter nie Zeit haben für ihre Kinder, so kommt eine Periode, wo die Kinder keine Zeit mehr für die Mutter haben!

Ins Kapitel der falschen Sparsamkeit gehört auch das Geizen am Essen.

SCHWEIZ. LANDESBIBLIOTHEK 1921 G. 4191 BERN

Hat man z. B. einen Hausgenossen, dessen Wohlbefinden nur durch eine gewisse Diät garantiert ist, so wäre es töricht, sich durch die hohen Preise der Extraküche beeinflussen zu lassen, diese Diät einzuschränken. Während der Dauer einer schweren Erkrankung nimmt man sich gewöhnlich vor, alles zu tun, um einen Rückfall zu vermeiden. Ist aber ein solcher lange nicht vorgekommen, so läßt man in der täglichen Sorgfalt nach; tritt dann aber der Rückfall ein und bringt er ein erneutes Krankenlager mit vermehrter Arbeit und vermehrten Kosten, so werden die gemachten Ersparnisse in wenigen Tagen aufgebraucht.

Auch Sparsamkeit sich selber gegenüber ist nicht am Platze. Manche Hausfrau fühlt eine immer größer werdende Müdigkeit, ohne zu rechter Zeit an Ruhe und Schonung zu denken. Die Natur gibt uns einen deutlichen Wink, die tägliche Arbeit, wenn nicht einzustellen, so doch zu vermindern. Aber die Hausfrau und Mutter ist gewohnt, an sich selbst zuletzt zu denken, es geht bei großer Willenskraft immer noch im gewohnten Gang weiter — bis der Körper ganz versagt. Dann sind langwierige Kuren notwendig, und was bei rechtzeitiger Schonung hätte vermieden werden können, muß mit viel mehr Kosten und Ungemach wieder gut gemacht werden. Vielleicht ist es auch gar nicht wieder gutzumachen, und das kostbare Leben findet allzufrüh seinen Abschluß. Hüten wir uns vor der falschen Sparsamkeit, sie ist vom Übel, sie zehrt an unseren Mitteln, an unserer Zeit und Kraft. M. L.

□

Gasküche für Großbetriebe.

(Nachdruck verboten.)

Schon glaubte man, die elektrische Küche werde in kürzester Zeit allgemein eingeführt und nehme den Rang der Gasküche ein; aber der Mangel an elektrischer Kraft belehrt eines andern. Bildete auch die Gasrationierung für die Hausfrau eine große Unannehmlichkeit, so söhnte sie sich doch wieder damit aus, als ihr wieder volle Freiheit im Gasverbrauch zugestanden wurde.

Nun bringen hohe Kohlenpreise und die mangelhafte Einfuhr immer noch viele Schwierigkeiten, nicht nur im Verkehr, in der Industrie, sondern auch in den großen Küchenbetrieben der Hotels, Restaurationen, Anstalten, Spitäler. Sind die für solche Betriebe konstruierten Kohlenherde auch gut und verhältnismäßig sparsam im Verbrauch, so ist das dafür benötigte Quantum Kohle immerhin beträchtlich und erfordert große Auslagen. Der Kohlenverbrauch ist eine wirtschaftliche Angelegenheit, die auch der Laie verstehen kann. Für die Kohle wandern enorme Summen ins Ausland; sie fallen noch mehr in Betracht, wenn wir wissen, daß die Kohle, die zum Kochen und Heizen verwendet wird, nur zu ca. 25 % ausgenützt wird. Durch die Vergasung beträgt die Ausnützung 100 %, denn neben der Abgabe von Gas für Koch-, Heiz- und Beleuchtungszwecke werden durch das Gaswerk wertvolle Nebenprodukte, wie Teer, Ammoniak und Koks gewonnen. Aus dieser Tatsache resultiert das Bestreben, verschiedene Reformen einzuführen, in dem Sinne, daß selbst in großen Betrieben Gas statt Kohle verbraucht werden soll und letztere den Gasfabriken in vermehrtem Maße zugeführt wird, um die vollständige Ausnützung zu ermöglichen. Koks für Ofen- und Zentralheizung wird dadurch in genügender Menge abgegeben werden können, Teer und Ammoniak sind sehr gesuchte Produkte. Daß die bessere Ausnützung der Kohle durch Gasfabriken möglich wird und Großbetriebe Gas statt Kohle zu Kochzwecken verwenden können, wurde in der Zeit vom 28. Oktober bis 5. November durch eine vorzüglich installierte Ausstellung in der Suppenküche der Stadt Luzern gezeigt.

Das städtische Gaswerk veranlaßte die bekannte Gas-Apparatenfabrik Junker & Ruh, Karlsruhe, ihre Gasherde, Grills,

Back- und Konditoröfen für Großbetriebe und Privathaushaltungen praktisch vorzuführen. Der Ingenieur selbst, ein Schweizer, beschrieb Einrichtung und Funktion des nach seinen Angaben gebauten riesigen Gaskochherds, der eine Länge von 4,1 Meter hat und durch Abänderungen, auch durch sinnreich konstruierte Vorrichtungen noch besondern Zwecken angepaßt werden kann. Die neuen Brenner entwickeln eine große Hitze, sie können auch ganz klein gestellt werden; die Heizplatte, die Wärmeöfen etc. vermehren die Vorzüge dieses Gasherdes gegenüber dem Kohlenherd. In kürzester Zeit ist der Herd gebrauchsfertig, seine Handhabung ist leicht und exakt; der Koch oder die Köchin haben weniger Arbeit, sie gestaltet sich auch sauberer und kaum ist gekocht, kann gelöscht werden; es entwickelt sich auch keine lästige Hitze. Der Brat- und Patisserieofen, der Grill etc. können aufgestellt werden, wo es am besten paßt; eine Erleichterung für die Köche. Die Brat-, Patisserie- und Grillöfen mit Gasbetrieb, die in der Ausstellung praktisch vorgeführt wurden, funktionieren ebenso tadellos, wie die großen Herde (es waren noch zwei für kleinere Betriebe, 80—100 Personen, zu sehen).

Durch die eingehenden Erklärungen und Auskünfte durch die Mitarbeiter der Firma, sowie durch die Kostproben kam man zu der festen Ueberzeugung, daß diese Einrichtungen für Großbetriebe von besonderm Vorteil und zeitgemäß sind und namentlich auch den Berufsleuten (Köche, Köchinnen etc.) sehr große Erleichterungen verschaffen. Dabei fällt noch in Betracht, daß, wie schon erwähnt, die Kohle, die sonst benötigt wurde, durch das Gaswerk eine 100% Ausnützung erfährt, während sie im Kohlenherd verbrannt, nur zu ca. 25% ausgenützt worden wäre. Die übrigen 75% bedeuten vom wirtschaftlichen Standpunkt aus einen großen Verlust.

Die Hausfrauen sollen mehr als je für solche wirtschaftliche Fragen sich interessieren und wenn sie die Ausstellung besuchen (sie war Anfangs Dezember in Bern, später soll sie nach Zürich und in andere Städte kommen, nachdem sie im September in Vevey mit großem Erfolg zu sehen war) auch noch vieles entdecken, was für den Privathaushalt wissenswert ist. Es werden auch Familienherde, Grills, Backöfen mit eigenem Anschluß, Rechauds etc. ausgestellt, die, wie wir uns überzeugen konnten, tadellos funktionieren.

Daß die Einrichtungen für Großbetriebe ganz eingehend studiert wurden, war vorauszusehen, denn sie ermöglichen eine Küchenreform, die große Vorteile bietet und die Kohle in vermehrtem Maße den Gasfabriken zuführen würde. Diese hätten selbstverständlich die Aufgabe, sie nicht nur zu entgasen, sondern auch die Nebenprodukte gut zu verwerten, sodaß der Gaspreis durch vermehrten Gaskonsum ermäßigt werden könnte. Die Vorteile der bessern Ausnützung der importierten Kohle werden aber nur dann für die gaskonsumierenden Kreise fühlbar, wenn die Gaswerke sich der Reform anzupassen verstehen und in technischer und geschäftlicher Hinsicht zielbewußt arbeiten.

Ein Anfang ist insofern gemacht, als das städtische Gaswerk Luzern (wie das in Zürich), „Gasvorträge" abhalten läßt, die aber nicht nur trockene Belehrung über das Kochen mit Gas, Anleitung zur Kontrolle des Gasverbrauches (Gasuhr), über die Bedeutung der Gasküche für die Hausfrau geben, sondern die Vortragende, Frl. R. G. zeigt das Kochen und Backen auf verschiedenen Apparaten und läßt nachher Kostproben unter die Anwesenden verteilen. Diese praktischen Vorführungen finden gute Aufnahme und die rege Beteiligung an den Nachmittags- und Abendvorträgen (je einer wöchentlich) beweist am besten, daß die Direktion des städtischen Gaswerkes damit eine wertvolle Einrichtung geschaffen hat, aus der weite Frauenkreise Anregung und

Nutzen ziehen werden. Aber auch das Gaswerk selbst hat feststellen können, daß es auf diese Weise in bessern Kontakt mit den gaskonsumierenden Kreisen kommt.

Der Fragestellerin (94) im „Hauswirtschaftlichen Ratgeber“: „Wie kann man möglichst Gas sparen?“ können wir im Anschluß an das Vorstehende folgende Ratschläge erteilen:

Die Hausfrau oder Köchin sollte in erster Linie, schon am Vorabend, wenn es ohne Nachteil für die Lebensmittel möglich ist, oder am frühen Morgen, zurecht machen, was sie für die Zubereitung der Mahlzeit braucht. Dann kann sie rascher und sparsamer, auch viel besser kochen; sie hat nicht die Gasflamme mitten im Kochen zu löschen, weil sie plötzlich gewahr wird, daß noch etwas fehlt. So verschwendet sie Gas. Gute Kochtöpfe sind eine Vorbedingung für geringeren Gasverbrauch. Töpfe mit Gerichten, die länger kochen müssen, sollen mit Caldors, nicht nur mit gewöhnlichen Deckeln verschlossen werden. Wenn der Topf-Inhalt kocht, stelle man die Flamme klein. Man sorge für eine gut gereinigte Unterseite der Kochtöpfe, benutze, wo es angeht, auch Kochkiste oder Selbstkocher. Weitere Maßnahmen zum Sparen von Gas bestehen in der sorgfältigen Reinigung der Apparate und Brenner, im Aufsetzen der Gerichte zur richtigen Zeit, damit sie nicht länger als nötig kochen müssen, im steten Kontrollieren der Gasuhr, um zu wissen, wie viel Gas man für die einzelnen Mahlzeiten verbraucht. Man kocht auf diese Art viel aufmerksamer und wird bald herausfinden, wo zum Beispiel die Gasflamme unnütz zu hoch geschraubt war usw.

Immer mehr kommt man zur Einsicht, daß die Gasküche für die Hausfrau noch lange die angenehmste Kocheinrichtung bleiben wird und ihre Bedeutung auch behält, selbst wenn das Kochen mit Elektrizität in vermehrtem Maße aufkommt. Beide Einrichtungen werden sich neben einander noch lange behaupten und die verbesserten Gasapparate, die vorteilhaftern Kochgeschirre etc. werden viel dazu beitragen, das Interesse für die Gasküche zu erhalten.

R. Gutersohn.

□

Schützet und füttert unsere freilebenden Vögel!

(Nachdruck verboten.)

Der praktische Vogelschutz, ganz besonders die Fütterung und Pflege unserer einheimischen Vögel im Winter liegt in den meisten Fällen der Frauenwelt ob, haben die Frauen doch schon von Natur aus mehr Zuneigung und auch mehr Gelegenheit, sich neben der Besorgung des Hauswesens noch täglich ein Viertelstündchen der Fütterung der gefiederten Sänger zu widmen. Unsere Standvögel, d. h. diejenigen Vogelarten, die nicht nach dem Süden ziehen, finden allerdings auch im Winter in Wald und Flur ihre kümmerliche Nahrung, so lange der Boden noch nicht gefroren und noch schneefrei ist. Sobald aber der letztere Fall eintritt, kommt für unsere freilebenden Vögel eine böse Zeit. Tausende gehen dann infolge Nahrungsmangel und der deshalb auch stärker fühlbaren Kälte elendiglich zugrunde, und gerade unsere nützlichsten Vogelarten, die Insektenfresser, sind dem Hunger- und Kältetode am meisten ausgesetzt. Viele gedenken der Vögel überhaupt erst, wenn draußen schon tagelang fußhoher Schnee liegt und wenn die grimmigste Kälte herrscht. Dann ist es für manche Kleinvögel zum Verabreichen von Futter schon zu spät, denn wenn ein solches Lebewesen mit so wenig eigener Körperwärme nur einen Tag lang gehungert hat, dann fällt es der Kälte meist schon in der ersten darauffolgenden Nacht zum Opfer. Ein hungriger Vogel erträgt den Frost weniger gut, als ein gesättigter.

Wann soll mit der Fütterung unserer freilebenden Vögel begonnen und wie soll diese durchgeführt werden?

Die Futterplätze müssen daher schon vor eintretendem Schneefall an geschützten Orten hergerichtet und mit Futter bestreut werden, damit die Vögel dann, wenn unverhofft Schneefall und strenge Kälte sich einstellt, nicht noch lange umherirren und hungern müssen, sondern sich den bereits bekannten Futterstellen zuwenden können. Es braucht ja, bevor wirkliche Not vorliegt, noch keine regelmäßige Fütterung durchgeführt zu werden, wenn nur hin und wieder etwas Körner, Fleisch- und Fettrestchen, Obstkerne und dergl. ausgelegt werden, um die Vöglein anzulocken und diese an ihren zukünftigen Futterplatz zu gewöhnen. Für körner- und samenfressende Vögel sind Obst- und Traubenkerne, alte, nicht mehr keimfähige Sämereien, Wacholderbeeren und hie und da einige Pfefferkörner sehr zweckdienlich, auch Bruchreis und grobe, ungekochte Hafer- und Gerstengrütze oder kleiner Weizen ist noch gut, Roggen aber ist ihnen nicht zuträglich. Für Meisen und andere Insektenfresser sind gekochte Fleisch- und Fettabfälle, Grieben sowie Baumnüsse, Haselnußkerne, Bucheckern, sowie die öligen Samen der Sonnenblumen, der Linden, Ulmen und Tannen sehr geeignet. Alle diese Futtermittel sollen aber vorläufig nur als Lockspeise und Leckerbissen hin und wieder spärlich gereicht werden, die Vögel dürfen nicht verwöhnt werden, sondern man zwingt sie damit, solange draußen noch etwas zu finden ist, ihr Hauptfutter selbst zu suchen, erst wenn Frost, Eis und Schnee die Erde bedeckt, müssen die Vögel regelmäßig und reichlich gefüttert werden. Besonders an den ersten strengen und schneereichen Tagen muß das Tischchen reichlich gedeckt sein.

Später wissen sie sich eher selbst zu helfen, sie suchen ein Haus ums andere ab, fliegen auf jedes Fensterbrett und wissen sehr bald, wo das Küchenfenster ist, denn dieses öffnet sich ihnen bekanntlich am häufigsten und dort klopfen sie auch selten umsonst an. A.

Haushalt.

Küchentechnische Ratschläge.

Fleischbrühe darf nie mit den Knochen zusammen aufbewahrt werden, da sie sonst einen unangenehmen Leimgeruch und -geschmack annimmt.

Gewiegte Petersilie gebe man stets erst kurz vor dem Anrichten an die Speisen, da sie nur dann ihr volles Aroma entwickelt und ihre schöne grüne Farbe behält.

Rote Rüben und Sellerie, gut abgebürstet, ungeschält auf dem Kartoffeldämpfer weichgekocht, entwickeln auf diese Weise zubereitet ihren feinen Artgeschmack am besten.

Zitronenschale, fein abgeschält, gewiegt und mit Zucker vermischt, in Gläsern aufbewahrt, entwickelt ihr Aroma so kräftig, daß man nur die Hälfte von dem Quantum, das man sonst abgerieben verwendet, an die Speisen braucht.

Reste von frischen Zwiebeln röste man sofort in der Pfanne ohne Fett hellbraun. Sie lassen sich dann in verdeckter Büchse einige Tage zum Weiterverbrauch aufbewahren, während sie in frischem Zustande alle fremden Gerüche aufnehmen und dadurch sogar schädlich wirken können.

Seefisch jeder Art, mit Salz bestreut und darauf mit Zitronensaft beträufelt, eine Stunde ziehen gelassen, erhält einen besonderen Wohlgeschmack und festes Fleisch. E.

Wie reinigt man Schmuck?

Sämisches, Leder mit etwas Pariserrot eingerieben, dient gut zur Reinigung von glanzpolierten Schmucksachen. Sie werden damit gleichmäßig abgerieben. Hat sich Schmutz in Vertiefungen angesammelt, so reinige man diese Stellen mit einer feinen Bürste mit lauwarmem Wasser und Seife. In Sägemehl lassen sich Schmucksachen am besten trocknen; man siebt es vorerst staubfrei und wärmt es leicht, womöglich in einem irdenen Topfe, an.

Matter Goldschmuck, der sehr empfindlich ist, darf nicht mit Rotleder abgerieben werden. Es wird am besten mit Wasser und etwas Salmiakgeist gereinigt.

Goldschmuck, der auf der bloßen Haut getragen wird und durch den Schweiß leidet, sollte öfters ausgewaschen werden. Ringe von Wert soll man bei grober Hausarbeit nicht tragen, da sie abgescheuert werden und der Glanz und das Feuer der Steine durch den Schmutz, der sich bei à jour Fassungen von unten her ansetzt, beeinträchtigt wird.

Perlen sind nur mit weichen alten Leinentüchern oder mit staubfreiem Ledertuch abzureiben.

Küche.

Koch-Rezepte.

Alkoholhaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasserverdünnten Sirup, und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Eierstichsuppe.

1 Ei, 1 Löffel Mehl, 1 kleine Tasse Milch, 1 Prise Salz werden zusammen glatt gerührt, dann ein Schüsselchen oder tiefes Förmchen mit Butter bestrichen, die gerührte Masse hineingegossen, in kochendes Wasser gestellt und dick gekocht. Dann werden mit einem Löffelchen Klößchen abgestochen oder die Masse in Würfel geschnitten, einmal in Fleischbrühe aufgekocht, angerichtet und gewürzt.

Falscher Hasenpfeffer.

Ein Kaninchen wird in kleine Stücke geschnitten, mit 1/2 Theelöffel ganzem Pfeffer, einigen Lorbeerblättern und Gewürznelken, zerschnittenen Zwiebeln und Gelbrüben, Petersilie, Thymian und Salz in ein passendes Gefäß gebracht, mit nicht zu scharfem, heißem Essig übergossen und mehrere Tage zugedeckt in einen kühlen Raum gestellt. Zwei Stunden vor Essenszeit wird das Fleisch zum Abtropfen auf ein Sieb gelegt, dann in einer Pfanne ein Löffel voll Fett oder Speckwürfel heiß gemacht, zwei Löffel voll Mehl darin dunkelbraun geröstet, mit einem Teil Fleischbrühe aufgelöst, die Fleischstücke samt den Gewürzen hineingebracht und während 1 1/2 Stunden weich gekocht.

Wyder „Bürgerliche Küche".

Amerikanischer Salat.

Alle Reste von Fleisch-, Wurst- oder Fischarten, welche natürlich frisch sein müssen, werden in Würfel geschnitten, ein abgekochter, erkalteter Selleriekopf, Zwiebeln, eingemachte Oliven, Zitronenscheiben, Senf, Gurken dazu gegeben. Dies alles wird mit drei schönen Sardellen in Öl und Essig übergossen und einige Stunden mariniert; dann Salz und Pfeffer dazu getan, schön angerichtet und mit hartem Ei verziert.

Wildbretresten in Reis.

Ein gesalzener Reisbrei wird fingerdick in eine glatte, bebutterte Form gebracht; sie muß inwendig ganz mit Reis bekleidet sein. Die Höhlung füllt man mit einem Rest von Hasen- oder Gemsragout aus und deckt wieder mit Reisbrei zu. Dann stellt man das Gericht in die heiße Röhre und stürzt es nach zirka einer halben Stunde auf eine große, runde Platte.

Aus „Bruschga".

Kastanien mit Petersilie.

Die Kastanien werden nicht ganz weichgekocht und noch warm geschält. Man sehe darauf, daß man sie möglichst ganz erhält. In einer Pfanne zerläßt man ein Stück Butter, gibt reichlich gewiegte Petersilie hinein, dann die Kastanien, die nun recht durchgeschüttelt werden müssen, um sich mit Butter und Petersilie gleichmäßig zu verbinden. Wird die Speise zu trocken, so gieße man etwas Rahm oder Milch hinzu.

Gerührter Apfelbrei. (Für Kranke.)

Man brät schöne, große Äpfel in der Ofenröhre ganz weich, nimmt das Apfelmark mit einem silbernen Löffel in ein Schüsselchen heraus, gibt etwas Zucker hinzu und rührt diesen Apfelbrei ca. 10 Minuten, daß er ganz schaumig und leicht wird.

Caramelsturz.

Eine Stange Agar-Agar (Pflanzengelatine, oder ein entsprechendes Quantum gewöhnliche Gelatine) wird einige Stunden vor dem Gebrauch ins Wasser gelegt zum Ausziehen. Dann wird sie aus dem Wasser genommen und in drei Tassen frischem Wasser weich und sämig gekocht, unter stetem Umrühren, damit sie nicht anbrennt. 150 Gr. Zucker werden in einer Messingpfanne mittelbraun gebrannt; auf der Seite vom Herd die Gelatine (durch ein Sieb) hinzugegeben, der Schnee von 2—3 Eiweiß daruntergemengt und das Ganze in eine kalte Schüssel geschüttet. Später wird die Speise gestürzt und eine Vanille-Creme darüber gegeben. Rammelmeyer, „Veget. Küche".

Gefüllter Kranzkuchen.

Ein guter Hefeteig. Zur Füllung: 100 Gr. Mandeln, 100 Gr. Bienenhonig, 50 Gr. Brosamen, 1 Dezil. Milch oder Rahm. Andere Füllung: 100 Gr. Mandeln, 100 Gr. Zucker, 250 Gr. fein geriebene Aepfel.

Die heiße Milch wird mit Honig, geriebenen Mandeln und Brosamen vermischt. Dann rollt man die Hälfte des gut aufgegangenen Hefeteiges dünn aus, schneidet ihn in 2 Streifen, bestreicht jeden mit der Fülle, rollt jeden einzeln zusammen, so daß nichts mehr von der Fülle zu sehen ist, wickelt nun eine Rolle um die andere und schließt sie zu einem Kranz. Wenn er schön gelb gebacken ist, wird er mit angefeuchtetem, gerührtem Zuckerstaub bestrichen und noch schnell im Ofen getrocknet. Statt Mandeln kann man auch Hasel- und Baumnüsse nehmen. Reformkochbuch.

Holunderpunsch.

Holundersaft und Apfelwein zu gleichen Teilen oder Holundersaft mit Zitronensaft bringt man unter Zugabe von etwas Zitronenschale, einem Stückchen Zimt und einigen Nelken zum Kochen, süßt nach Belieben und serviert möglichst heiß in Gläsern.

□

Gesundheitspflege.

Das Schlittschuhlaufen

ist ein gesunder Wintersport. Sämtliche Muskeln unseres Körpers, besonders die der Beine, werden dabei in Tätigkeit versetzt — ein gutes Gegengewicht gegenüber der untätigen Ruhe der Bureauarbeit. Die natürliche und ungezwungene Haltung des Körpers begünstigt eine vollkommene Arbeit aller Organe. Die Lungen weiten sich und nehmen reichlich von der im Winter besonders reinen, sauerstoffreichen Luft in sich auf. Der Kältereiz lockt das Blut an die Körperoberfläche, wodurch wiederum der Blutumlauf angeregt, beschleunigt und in geregelte Bahnen gelenkt wird. Warme Hände und Füße, gerötete Wangen sind die Folge davon. Die Unterleibsorgane arbeiten besser, die Verdauung wird angeregt, der Appetit steigert sich, eine wohltuende, erquickende Nachtruhe folgt den Tagen, an denen wir dem Eislauf huldigten.

Die gesundheitlichen Vorteile, die uns der Eislauf bringt, erheitern auch unser Gemüt. Der Mensch wird sich beim Schlittschuhlaufen seiner Kraft bewußt und gewinnt dabei an Lebensfreude.

Wie bei jedem andern Sport ist aber auch hier vor Uebertreibung zu warnen: Nicht bis zur Erschöpfung ist der Eislauf fortzusetzen.

Da die Winterluft kalt ist, und die Atmung bei der lebhaften Bewegung des Schlittschuhlaufens von selbst eine tiefe und schnellere wird, soll sie nur durch die Nase geschehen, damit die Luft genügend vorgewärmt in unsere Lunge gelangt. Nach Beendigung des Sports macht man am besten einen Spaziergang. Im warmen oder überheizten Zimmer würde man den schnell eintretenden Blutandrang nach dem Kopf unangenehm empfinden.

S. H.

Kinderpflege und -Erziehung.

Schweigen als Erziehungsmittel.

Comenius prägte einmal den klugen Satz über Kindererziehung: „In der Erziehung muß es wie in der Natur gelten: Stets Licht und Wärme, oft Regen und Wind, selten Blitz und Donner!“ Wie ist es leider meist in der Wirklichkeit? Blitz und Donner der Ermahnungen, Vorwürfe und Strafen sind vorherrschend, ebenso sind Wind und Regen nicht selten, Wärme und Licht dagegen umstrahlen nur vorübergehend das Kindergemüt, das deren zu seiner Entwicklung so sehr bedürftig ist. Kann es da verwundern, daß man oft so traurige glanzlose Kinderaugen sieht, Augen, die verraten, daß der unbekümmerte Frohsinn nur ein seltener Gast im Herzen des betreffenden Kindes ist?“

Wenn Väter und vor allem Mütter das oft unausgesetzte Tadeln, Mahnen und Schelten teilweise einstellen und statt dessen sich ihren Kindern gegenüber eines für diese meist recht beredten Schweigens befleißigen wollten, es würde ihnen eindrucksvoller als selbst die durch Schläge unterstützte Strafpredigt sagen, daß und wann sie gefehlt haben. Es ist ein alter Erfahrungssatz, daß die zarte Kinderseele ebenso wie das junge Stämmchen im Garten nach dem Beschneiden seiner wilden Schößlinge, einige Zeit völliger Ruhe bedarf, wenn es sich vom Eingriff in seinen Organismus erholen und entwickeln soll. H. N.

Gartenbau und Blumenkultur.

Blühende Zweige zur Winterszeit.

Schon im Altertum pflegte man blühende Zweige von Bäumen und Sträuchern mitten im Winter heranzutreiben. Das einfache Verfahren ist heutzutage fast ganz in Vergessenheit geraten. Man bricht oder schneidet zu diesem Zwecke einfach von hiezu besonders gut sich eignenden Zierbäumen und -sträuchern eine Anzahl Zweige ab, an welchen sich Blütenknospen befinden. Diese steckt man in mit reinem Wasser gefüllte Vasen oder Flaschen und stellt diese dann an ein auf der Sonnenseite (eines bis auf 18 Grad Celsius erwärmten Zimmers) gelegenes Fenster, damit sie möglichst viel Licht genießen. Das Wasser muß wöchentlich zweimal erneuert und die Zweige müssen öfters mit frischem Wasser bespritzt werden, worauf aus den Knospen bald die herrlichsten Blüten hervorbrechen.

Der gute Erfolg dieses künstlichen Blütentreibens hängt aber sehr von einer richtigen Behandlung und von der Witterung ab. Wenn nämlich die Zimmertemperatur bei Eintritt großer Kälte zu stark fällt und überhaupt öfters wechselt, dann setzen die Zweige keine Blüten an. Stehen daher kalte Frostnächte in Aussicht, so muß man gegen Abend die Gefäße mit den Zweigen vom Fenster weg und in die Nähe des Ofens plazieren und erst gegen Mittag stellt man sie wieder ans Fenster; man sorge aber stets für gleichmäßige Wärme und auch das Wasser darf lauwarm sein. G.

Tierzucht.

Wie sichert sich die Hausfrau gute Winterleger?

1. Vor allem trachte sie darnach, daß die Hühner im Winter nicht frieren. Daher sorge sie in erster Linie für warme, d. h.

trockene, windgeschützte und reinliche Aufenthalts- und Schlafräume für die Hühner, wo Regen, Schnee und Zugluft nicht einzudringen vermögen. Der Fußboden wird reichlich mit trockener Einstreu bedeckt. Dünne Bretterwände müssen von innen mit Strohmatten ausgefüttert und alle Luftluken bei großer Kälte geschlossen werden, doch so, daß immer noch die frische Luft von außen eindringen kann, damit die Hühner nicht ersticken und schlechte Dünste auch noch entweichen können.

2. Künstliche Heizung der Hühnerställe ist nicht nur überflüssig, sondern sogar schädlich, indem die Hühner dadurch verweichlicht werden und sich hernach viel eher erkälten. Dagegen sorge man dafür, daß dieselben stets Gelegenheit zum Scharren haben, indem man ihnen das tägliche Quantum Körnerfutter reichlich mit trockener Spreu vermischt oder in die Einstreu auswirft, damit die Hühner die Körner heraussuchen müssen, wobei sie sich durch das eifrige Scharren die nötige Körperwärme verschaffen und erhalten können.

3. Die Hausfrau erziehe alljährlich durch möglichst zeitiges Ausbrütenlassen eine Anzahl Frühbruthühner, denn diese von Mitte März bis Ende April ausgebrüteten Junghennen sind schon von Natur Winterleger, weil ihre erste Legeperiode in die ersten Wintermonate fällt (Oktober bis Januar) also in die Zeit, wo die zwei- bis vierjährigen Hennen noch nicht legen, daher großer Mangel an frischen Eiern herrscht. Man behalte aber nur gesunde, kräftige Tierchen als Winterleger und lasse zu diesem Zwecke auch nur von ganz gesunden und solchen Hennen die Eier ausbrüten, die sich durch fleißiges Eierlegen besonders auszeichnen. Aber auch der Hahn, der die Eier solch guter Hennen zu befruchten hat, muß unbedingt von gesunder, guter Abstammung sein, d. h. muß ebenfalls aus Eiern nur der besten und gesündesten Hennen erbrütet sein.

4. Auch das Futter übt auf die Eierproduktion der Hühner im Winter einen großen Einfluß aus. Sie müssen nicht nur reichlich und gut, sondern vor allem mit solchen Futterstoffen in der kalten Jahreszeit versehen werden, die von Natur viel Körperwärme erzeugen und zugleich fördernd auf die Eierproduktion einwirken. Aus diesem Grunde reicht man den Hühnern nebst dem gewöhnlichen Weichfutter oder mit diesem vermischt Maisschrot, gedörrte Nesseln, auch Kalk, Eierschalen und je eine Prise Kochsalz, dann darf auch im Winter täglich frisches Trinkwasser und Grünzeug, Rübenschnitzel etc. niemals fehlen. =r

□

Frage-Ecke.

Antworten.

93. Mit einer Gugelhopfform aus **Aluminium** habe ich schlechte Erfahrungen gemacht. Das Aluminium erhitzt sich im Ofen sehr stark und rasch, infolgedessen waren die darin gebackenen Kuchen außen herum meistens verbrannt, während sie inwendig nicht genügend durchgebacken waren. In einer irdenen Backform dagegen geraten sie mir prächtig. Hausmütterchen.

94. **Gas** können Sie sparen, indem Sie sich einen Selbstkocher anschaffen, dessen Kosten Sie durch den viel geringeren Gasverbrauch in wenigen Monaten herausgeschlagen haben. Dazu sollten Sie auch, wenn möglich, alles zum Kochen und Abwaschen nötige Wasser auf den Ofen wärmen. Die Gelegenheit wird leider so selten ausgenützt und hilft doch viel Gas sparen. Sparsame.

95. Sie sollten die **Kartoffeln** nicht zu hell lagern, dies ist ein Fehler, der verursacht, daß sie zu früh keimen. In Kellern von Häusern, die durch Zentralheizung erwärmt werden, beobachtet man diesen Uebelstand der zu frühen Keimung oft. H.

96. Eine Anleitung zur Selbstanfertigung von **Haus- und Straßenschuhen** erhalten Sie durch die Firma E. Rutishauser zum „Hammer" Kreuzlingen (Thurgau). Als Spezialgeschäft für sämtliche Artikel der Damenschusterei können Sie Ihren Bedarf auch dort decken. Natürlich werden Sie für das Werkzeug Auslagen haben, aber die Hausschuhe, die Sie anfertigen, werden Sie natürlich insofern billiger zu stehen kommen, als Sie keinen Macherlohn zu bezahlen haben und Ihre Vorräte an Stoff, Futter etc verwenden können. A.

97. Es würde zu weit führen, an dieser Stelle alle die Nachteile, die alte **Häuser** haben können, anzuführen. Sie tun am besten, einen Fachmann anzufragen. In der Regel haben alte Häuser den Hauptnachteil, daß sie viele Reparaturen verursachen und diese kosten heute im Hinblick auf die hohen Arbeitslöhne ein schönes Stück Geld. Also Vorsicht! P.

Fragen.

1. Im Laufe des letzten Herbstes bin ich in mehreren Geschäften angeführt worden beim **Einkauf** von Mais, Grieß und gedörrten Kastanien. Wenn ich heimkam und öffnete, war alles lebendig. Reklamieren nützte nichts. Sie hätten es auch so bekommen, war die Ausrede. Soll man sich um die ohnehin teuren Preise solches ohne weiteres gefallen lassen? Mütterchen auf dem Lande.

2. Wer gibt Auskunft über die Vorschriften des **Lebensmittelgesetzes?** Hausfrau.