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

Band: 29 (1922)

Heft: 8

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: 15.07.2025

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. 8. XXIX. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich,** 29. April 1922.

Schafft frohe Jugend euren Kindern,
Des Lebens Heimsuchung zu lindern;
Wer jung schon viel erfahren Gutes,
Trägt auch das Schlimme leichten Mutes.
Doch wenn kein freundliches Erinnern
Zurückbleibt aus der Jugendzeit,
Dem fehlt der frische Trieb im Innern
Zu rechter Lebensfreudigkeit. Bodenstedt.

□

Unsere Kochgeschirre.

(Nachdruck verboten.)

Die sorgfältige Behandlung unserer Kochgeschirre erfordert einige Sachkenntnisse, wenn sie in gutem Zustande erhalten sein wollen, was sich bei den heutigen Preisen guter Geschirre lohnt. Beim Ankauf ist stets auf schweres Material zu halten, mit nicht zu dünnem Boden. Diese Geschirre sind wohl etwas teurer, aber beim Gebrauch viel haltbarer. Im allgemeinen sind gebrauchte Pfannen und Kasserolen möglichst bald zu reinigen, gekochte Speisen sollen nicht darin aufbewahrt, sondern in Glas- oder Porzellangefäßen bei Seite gestellt werden.

In unserer Zeit, wo fast überall auf Gas oder elektrisch gekocht wird, ist das Aluminiumgeschirr am beliebtesten geworden. Gerade hier lohnt sich der Ankauf nur schwerer Qualitäten, die sehr haltbar sind, sofern sie richtig in Stand gehalten werden. Zum Reinigen des Aluminiums darf keine Soda genommen werden, man benutzt entweder Aluminiumseife oder -pulver, spült dann gut und trocknet aus. Eine wöchentliche gründliche Reinigung in einem heißen Seifenbade (nur Seife in kochendem Wasser aufgelöst, kein Sodazusatz) mit nachheriger Spülung in heißem Wasser und gutem Austrocknen erhält sie stets schön glänzend.

Email ist ebenfalls beliebt in unsern Küchen, doch darf es auch nur von bester Qualität sein. Bei leichten dünnen Geschirren springt das Email leicht ab, an den bloßen Stellen bilden sich Rostflecken und solches Geschirr ist zum Kochen von Nahrungsmitteln durchaus untauglich; ja oft kann es geradezu gefährlich werden, wenn kleine Emailstücke in ein Nahrungsmittel und durch dieses in die Därme gelangen. Bei Email ist der rasche Wechsel von Hitze und Kälte zu vermeiden, da es sonst leicht Risse bekommt; also kein ganz kaltes Wasser in noch heiße Geschirre oder diese ohne Inhalt auf das Feuer setzen! Mit Rücksicht auf die Möglichkeit des Vorhandenseins bleihaltiger Glasuren, sollen neue Geschirre stets eine Stunde mit essighaltigem Wasser ausgekocht werden, es wird hierdurch die Hauptmenge etwa vorhandenen Bleies herausgelöst, bevor solches in die Speisen gelangen könnte. Die Reinigung muß außen und innen gleich gründlich geschehen, außen mit Schmierseife und, falls rußig, mit ganz feinem

Sand; innen vermeide man die Benutzung von solchem, da er das Email angreift, man soll möglichst nur mit heißem Wasser gut auswaschen. Angebrannte Speisen dürfen nicht mit dem Messer losgeschabt werden, sondern sind durch Sodawasser aufzuweichen.

Sehr schön ist Kupfer- und Nickelgeschirr, auch sehr haltbar, doch namentlich letzteres ist heutzutage für den Haushalt zu teuer. Für den Großbetrieb ist Reinnickel insofern noch vorteilhafter als es am dauerhaftesten von allen Metallen ist, sich leicht reinigen läßt und keinen Grünspan erzeugt wie das Kupfer. Auch fällt das Verzinnen weg. Kupfergeschirr muß eine sehr gute Verzinnung haben und stets peinlich sauber gehalten werden. Die Reinigung geschieht inwendig mit Sodawasser, außen mit grober Kleie, die mit Essig angefeuchtet wird. Ist die Kasserolle sehr schmutzig, wird die Kleie mit ganz feinem Sand vermischt.

Messingpfannen sind hauptsächlich für das Einmachen von Obst, Konfitüren und Gelee zu empfehlen, doch soll nie etwas darin stehen gelassen werden, da sich sonst leicht Grünspan bildet. Sie sind sehr leicht rein zu halten, vermittels eines feuchten Läppchens mit Putzpulver blank geputzt, gut mit Wasser ausgespült und mit trockenem Tuche oder Leder nachgerieben. Vor Gebrauch spült man sie mit kaltem Wasser.

Gußeiserne Kasserolen eignen sich namentlich zum Braten und Dünsten. Neues Geschirr wird mit Sodawasser ausgekocht, auch die Reinigung geschieht mit solchem. Es soll innen und außen stets trocken gehalten werden, da es in feuchter Luft leicht rostet. Hat man dies Geschirr nicht in täglichem Gebrauch, so wird es außen am besten mit Speckschwarte eingefettet, um es vor Rostbildung zu schützen.

Schwarze Eisenpfannen dienen zum Braten und Backen. Man reibt sie mit Papier aus, Rückstände werden durch Reiben mit grobem Salz und Papier entfernt. Diese Pfannen sollen so wenig wie möglich gewaschen werden, um das Ansetzen des Inhalts zu vermeiden.

In irdenem feuerfestem Geschirr geraten Milchspeisen, ebenso Sauerkraut und auch Obst vorzüglich, Kochporzellan ist sehr schön und vorteilhaft, natürlich nicht unzerbrechlich. Für Aufläufe &c. ist es sehr gut geeignet. Neue irdene Porzellangeschirre werden zuerst mit kaltem Wasser gefüllt, einige Male aufgekocht und das Wasser dann jeweilen darin erkalten gelassen. Ein zu schnelles Erhitzen oder rasches Abkühlen ist bei diesen Geschirren zu vermeiden.

Als Neuheit sind die Pyrexgeschirre im Handel, aus Glas, ein amerikanisches sehr praktisches Fabrikat für die sorgfältige Hausfrau. Sie dienen zum Kochen und Backen, sind sehr leicht zu reinigen und besitzen den großen Vorteil, die Speisen lange warm zu erhalten, da letztere in den hübschen Formen auch ohne weiteres auf den Tisch gebracht werden können. Auf Gas wird dies Geschirr mit Hilfe von Asbest gebraucht.

Verzinkte Kochgeschirre sind besonders beim Einmachen vollständig auszuschalten. Alle Früchte enthalten beträchtliche Mengen von freien Fruchtsäuren. Kommt solche Säure mit Zink oder Blei in Berührung, namentlich bei andauernder Hitze-Einwirkung, so ist die Gefahr einer Bildung von giftigen Metallsalzen groß. Durch Obsteinkochen in verzinkten Gefäßen sind schon schwere Zinkvergiftungen vorgekommen. Man vergesse nie, daß durch die Verhältnisse der letzten Jahre die Metalle rar geworden sind und tadellos verzinnte Geschirre werden vorläufig noch nicht zu erhalten sein. Darum Vorsicht! F. H.

□

Die Brandkiste.

(Nachdruck verboten.)

Unlängst sah ich an einer kunstgewerblichen Ausstellung ein Möbelstück, das in seiner Einfachheit von jedem Schreiner leicht ausgeführt werden kann und gewiß mancher Hausfrau gute Dienste leisten wird. Der Aussteller nennt es Brandkiste. Bündner Bauernhäuser bergen solche Kisten; wenn auch nicht in derselben äußern Ausstattung, so sollen sie doch dem gleichen Zwecke dienen. Meine Mutter erklärte mir einst beim Bergen eines Familienschatzes in der großen Truhe, man ziehe in gebirgigen Gegenden vor, seine wertvollsten Sachen in diesen Truhen unterzubringen, weil sie in einem Brandfalle viel leichter „geflöchnet“ werden könnten; man stürzt sie im Notfall, wohlverschlossen, zu einem Fenster hinaus. Die moderne Brandkiste ist eine solid gearbeitete Kiste von ungefähr 1½ Meter Länge, 50 Cm. Höhe und 65 Cm. Breite. An den beiden schmalen Endseiten sind starke Beschläge angebracht, die zum Heben und Tragen der Kiste und zugleich als Schmuck dienen. Eine Längsseite dient als Türe, mit sehr gutem, starkem Schloß. Im Innern sind ein oder zwei verstellbare Bretter angebracht; soll die Kiste zur Aufnahme von Wäsche, hauptsächlich Bettwäsche dienen, wird sie noch durch ein Querbrett in zwei Längs-Abteilungen geschieden.

Ich selbst habe die beiden „Brandkisten“, die ich von meinen Eltern besitze, bei meinen verschiedenen Umzügen schätzen gelernt, denn es läßt sich darin eine Unmenge Geschirr sicher zwischen Wäschestücke &c. verpacken. Sie haben mir auch sehr gute Dienste geleistet als Aufbewahrungsort für die Sommerkleider während des Winters und der Winterkleider während des Sommers. Besonders die letztern brachte ich stets ohne Mottenlöcher durch die heiße Jahreszeit. Und das wollte etwas heißen, denn wir waren in den letzten Jahren sehr geplagt von diesen Insekten.

Im Frühjahr, wenn die Winterkleider weggeräumt werden konnten, wurden sie gut ausgebürstet und ausgeklopft, einen Tag an frischer Luft und Sonne hängen gelassen, nachdem die nötigen Reparaturen vorgenommen worden waren. Nach nochmaligem kurzem Ausbürsten wurden die Kleidungsstücke: Mäntel, Jacken, Röcke, Blusen sorgfältig, daß keine unschönen Falten entstanden, in der ganzen Breite und Länge der Kiste zusammengelegt. Die Ärmel wurden leicht mit Seidenpapier ausgestopft, zwischen die Falten ebenfalls ein etwa 2 Cm. dicker Seidenpapierwulst gelegt und das Kleid vollständig in Zeitungspapier eingeschlagen sorgfältig in die Kiste geschoben. Die zwei Zwischenbretter verhindern, daß zu viele Kleider aufeinander zu liegen kommen. Die nicht im Gebrauch befindlichen Wolldecken, Wollstrümpfe &c. wurden ebenso verpackt und blieben ohne Naphtalin und Kampfer vor den Motten bewahrt. Ich konnte die Kleider stets ohne Auslüften und Ausbügeln sofort anziehen, ohne meinen Mitmenschen durch den unangenehmen Naphtalingeruch beschwerlich zu fallen. Die Hauptsache ist, daß die Kleider rein, gut gelüftet und gut in Papier verpackt werden und daß die Kiste nur bei Tage geöffnet wird, da die Motten ja hauptsächlich bei Lampenlicht herumschwirren.

Der Vorteil der Brandkiste bei dieser Aufbewahrungsart besteht darin, daß die Kleider ihrer ganzen Länge nach untergebracht werden können, Falten also vermieden werden.

Nun die äußere Ausgestaltung der Kiste. Von den zwei ausgestellten Exemplaren war das eine in der Art der alten Bauernschränke mit lebhaften Blumen und Vögeln auf blaugrauem Grunde bemalt. Auf dem breiten Flure stehend, waren drei solcher Kisten aufeinandergestellt, so daß das Ganze den Eindruck eines massiven Schrankes machte. Jeder, der nicht die beigegebene Erklärung las, hielt es dafür. Die Notiz sagte, daß

die Kisten je nach Bedürfnis und Vermögen angeschafft werden könnten.

Das zweite Exemplar bestand aus hellem Tannenholz, ganz leicht gebeizt und gewachst, sehr gut zu der Zimmerausstattung aus demselben Holze passend. Es wurde von jedermann als schöner Wäscheschrank angesprochen. Oben und unten haben die Kisten Zierleisten; diese überragen um ein weniges das obere Brett und verbergen dadurch, daß der „Schrank" aus drei Teilen besteht.

Bei einer jungen Hausfrau sah ich im Wohnzimmer die erste Kiste, wie die übrigen Möbel dunkel gebeizt und gewachst, mit drei schönen Kissen belegt; sie bot eine angenehme Sitzgelegenheit, die den fehlenden Divan ersetzte. Die sparsame Hausfrau verriet mir, daß sie die Möbel selbst gebeizt habe mit einer Lösung von 50 Gr. übermangansaurem Kali in 200 Gr. lauwarmem destilliertem Wasser. Sie wurden dann gewichst und brauchen nun nur von Zeit zu Zeit mit einer reinen, weichen Bürste überbürstet zu werden. Sie zeigte mir ihre zweite Kiste, die mit drei Sitz- und drei Rückenkissen ausgestattet in einem andern Zimmer einen feinen Eindruck machte. Die drei Rückenkissen mit schönen waschbaren Bezügen waren Federkissen, die den Anfang zu einem zukünftigen Gastbette bildeten; die drei andern Kissen, mit Roßhaar gefüllt, sollten später als Keilkissen für dieses Bett dienen. Wenn sie die zwei Kisten einst aufeinanderstelle, werde sie ein Blech mit schmalem Rande darauf legen und sich einen Zimmergarten darauf anlegen, bis die dritte Kiste diesen auch verdränge. Bis dahin hat es noch Zeit, meinte sie; ich kaufe nur, was ich wirklich brauche! Ein weiser Grundsatz, den manche Hausfrau besser befolgen dürfte. A. H.

◘

Das Glück muß immer von innen heraus wachsen, um bleibenden Wert zu haben.

* * *

In der edlen, ganz selbstlosen Liebe kann es kein „Zuviel" geben. A. H.

Die Brutzeit der Vögel.

(Nachdruck verboten.)

Jede Hausfrau auf dem Lande weiß, daß nach einundzwanzig Tagen des Brütens der Hennen die jungen Kücken die Eierschalen sprengen und zum Vorschein kommen; sie setzt daher die Bruthennen so an, daß die ersten Kücken zu Ende März oder Anfang April geboren werden. Wo warme Ställe zur Verfügung stehen, werden häufig noch früher einige Hennen gesetzt, da diese Frühbruten, wenn sie auch größerer Pflege bedürfen, sehr vorteilhaft sind, denn die Hühnchen sind dann im Herbst schon völlig ausgewachsen. Das Ausbrüten der Hühnereier dauert bis in den Mai hinein, spätere Bruten sind unvorteilhaft, da die jungen Tiere nicht mehr auswachsen.

Eine erheblich längere Brutzeit als die Hühner haben die Enten und Truthühner, nämlich 28—30 Tage, und noch etwas länger dauert das Ausbrüten der Gänse-Eier, etwa 30 bis 32 Tage, und ungefähr dieselbe Zeit braucht die Schwänin zum Ausbrüten ihrer großen, dickschaligen Eier. Damit nun die Jungen in der günstigsten Zeit des Frühlings erscheinen, werden die Brüterinnen dieser Arten unseres Hausgeflügels ziemlich früh gesetzt.

Diese großen Vögel haben entsprechend der Größe ihrer Eier die längste Brutzeit, die mit 32—34 Tagen ihr Höchstmaß erreicht, während unsere kleinsten Vögel, die Zaunkönige und Meisen nur zwölf Tage zur Brut benötigen. Bei ihnen schlüpfen, wie bei vielen Arten unserer Kleinvögel, am dreizehnten Tage die Jungen aus den Eiern, die im Gegensatz zu den Hühner- und Entenkücken blind geboren werden. Alle Nestflüchter, worunter man sämtliche Vögel versteht, die sofort nach dem Ausschlüpfen ihr Nest verlassen, werden sehend geboren, während die Nesthocker erst im Alter von fünf bis acht Tagen ihre Augen öffnen; sie bedürfen daher in der ersten Zeit ihres Lebens einer viel größeren

Pflege seitens ihrer Eltern. Sie müssen wochenlang in ihrem Nest von den Alten gefüttert werden, bis ihnen endlich die Schwingen so weit gewachsen sind, daß sie ihre Wiege verlassen und sich ihren Flügeln anvertrauen können, während die Nestflüchter ihre Nahrung sofort nach dem Verlassen ihres Nestes selbst aufnehmen und von den Eltern nur wenig Unterweisung darin nötig haben. Die Brutzeit aller Vögel spielt sich also in der Zeit zwischen 13 und 33 Tagen ab, sie hat also zwischen den kleinsten und den größten einen Unterschied von fast drei ganzen Wochen. Während die Kleinvögel bis zur Taubengröße eine Brutzeit von 13—15 Tagen haben, geht die der größeren Vögel darüber hinaus, so brütet die Schnepfe 18—19 Tage, das Rebhuhn 21 Tage, das Auerhuhn 28 Tage, und die Trappe, der größte unserer wildlebenden Vögel, sogar 30 Tage. — Wir sehen also, daß sich die gesamte Brutzeit der Vogelwelt während des Zeitraumes eines Monats vollzieht, und in den meisten Fällen dürfte der April als Brütemonat gelten, wenn auch ebenso frühere wie spätere Bruten vorkommen.

Dr. L. St.

Haushalt.

Der Theetisch im Frühjahr

kann, im Gegensatz zu dem winterlichen, in aller Einfachheit zu einer farbenfröhlichen Festtafel werden. Frühlingsgrün lacht als feingewiegte Kresse, Schnittlauch, Körbel und Petersilie auf braunen, mit Butter bestrichenen Pumpernickelstückchen; rosenrot leuchten Radieschenscheiben auf Weißbrotbutterschnittchen.

Im Sommer glänzt die grüne Gurkenscheibe neben der leuchtend roten Tomate, die gelbe Eidotterscheibe ist von grünlichen Kapern umrandet. Der mit Kümmel gemischte Quark hebt sich wirkungsvoll vom dunkeln Brot, gelbe Mayonnaisetropfen vom grünen Salatblatt, in dessen halbiertem Herzchen gewiegter Schinken leuchtet. In ganz niedern kleinen Vasen drängen sich um diese Brötchenteller Veilchen, Maßliebchen und andere Blüten bis zur Rosenzeit diese Königin alle andern Blumen verdrängt.

Erwartet man Herren zum Thee, so reicht man eine Paste aus Bratenfleisch und gekochtem Schinken (am feinsten aus Hühnerbrust oder zartem Wild), wozu man in der Fleischhackmaschine die kleinsten Reste verwenden kann. Die Masse wird, mit etwas Mayonnaise vermischt, auf geröstete oder gebähte Weißbrotschnitten gestrichen. Eine sehr gute, ohne weitere Beigabe auf Brot zu streichende Mayonnaise rührt man aus zerdrücktem hartgesottenem Eidotter, Schnittlauch, etwas Olivenöl und einigen Tropfen Zitronensaft, dem Pfeffer und Salz beigegeben worden.

Isa v. d. Lütt.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Sonntag: †Tropfteigsuppe, †Gefüllte Lammsbrust, Chinesischer Reis, †Spinatgemüse, †Ungekochte Zitronencreme.

Montag: Braune Kartoffelsuppe, †Grüne Omelette, *Spargelsalat mit Blumenkohl, †Schokoladekugeln.

Dienstag: Geröstete Grießsuppe, *Leberpudding, *Kartoffeln mit Milch, Löwenzahnsalat.

Mittwoch: Milchsuppe, Laubfrösche, Kartoffelnudeln, *Gefüllte Pfannkuchen.

Donnerstag: Restensuppe, Gedörrte Bohnen mit Speck, Kartoffeln in der Schale.

Freitag: Frühlingssuppe, *Schüsselschellfisch mit Käsesauce, Nudeln au gratin.

Samstag: Wurstsuppe, *Spinatknöpfli, Tomatensauce, Orangen.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden die mit † bezeichneten in der letzten.

Koch-Rezepte.

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

Milchsuppe mit Brosamen.

In einer Pfanne werden 40 Gr. frische Butter zerlassen, 4—5 Löffel voll geriebene Brotkrume darin sorgfältig gelb geröstet, 1¼ Liter Milch und 1 Prise Salz zugefügt, einmal aufgekocht und nach Belieben mit Schnittlauch gewürzt.

Schüsselschellfisch mit Käsesauce.

Bereitungszeit 1 Stunde. Zutaten: 1 schöner Schellfisch, 2 Messerspitzen Liebig's Fleisch-Extrakt, 70 Gr. Parmesankäse ½ Liter sauren Rahm, Salz nach Geschmack, 1 Löffel Mehl, Butter. Der Schellfisch wird gut gereinigt, mit warmem Wasser übergossen und die Haut abgezogen. Hierauf wird er von den Gräten befreit und in große Stücke geschnitten. Auf

einer feuerfesten Schüssel werden diese mit etwas Butter übergossen, gesalzen, mit 40 Gr. Käse bestreut und darauf weich gedünstet. Aus zerlassener Butter mit etwas Mehl und saurem Rahm, Fleisch-Extrakt und geriebenem Parmesankäse wird eine sämige Sauce bereitet und diese beim Anrichten über den Fisch gegossen. Zur Garnierung verwendet man Blätterteig.

Leberpudding.

1/2 Kilo Kalbs- oder junge Rindsleber wird abgehäutet und fein verwiegt und mit dem nötigen Salz, Pfeffer, 3 Eigelb, dem Eierschnee und 1/2 Tasse Rahm gemischt. Dann wird eine Puddingform mit Butter bestrichen, die Leber hinein gebracht und fest zugedeckt 1 Stunde im Wasserbad gesotten; auf eine Platte gestürzt, wird der Pudding mit Butter- oder Kräutersauce serviert.

Gefüllte Pfannkuchen.

Von ausgewelltem Strudelteig (siehe Nr. 6, Seite 48) oder auch Nudelteig werden tellergroße runde Stücke herausgeschnitten und je eines davon mit süßem Obstmus (auch von Dörrobst) bestrichen. Je ein leeres Stück Teig wird darauf gelegt, und alle werden wie Omelette in Butter gebacken.

„Bürgerl. Küche" von Frau Wyder.

Kartoffeln in Milch.

2 Kilo rohe Kartoffeln schält man und schneidet sie in möglichst feine Scheiben, die man in eine mit Butter bestrichene Auflaufform gibt, salzt und mit 1 Liter Milch übergießt, welche vorher mit 60 Gramm Butter aufgekocht wurde. Nun stellt man die Form in den Ofen, bis die Kartoffeln weich sind und die Milch eingekocht ist. Backzeit ungefähr 3/4 Stunden.

Spinatknöpfli.

Einem gewöhnlichen Knöpfliteig fügt man zuletzt rohen, gut gewaschenen und fein gehackten Spinat bei. Man rechnet auf 500 Gr. Mehl und 2 Eier 1/2—1 Kilo Spinat, je nachdem man die Knöpfli mehr oder weniger grün wünscht. Zu den Spinatknöpfli schmeckt geriebener Käse ganz besonders gut.

Gestürzter Reis mit Früchten.

Man kocht 250 Gr. Reis in 1 Liter Milch weich, doch so, daß die Körner ganz bleiben. Dann rührt man 60 Gr. Zucker darunter und füllt den Reis lagenweise mit den Früchten in eine naß gemachte Porzellanform. Am besten eignen sich zu diesem Pudding in Scheiben geschnittene Orangen oder Aprikosen, Pfirsiche, Erdbeeren usw. aus Dunstgläsern. Der Saft der Früchte wird als Sauce zu dem gestürzten Pudding serviert.

A. Bircher, „Diätetische Speisezettel".

Spargelsalat mit Blumenkohl.

Grüner Suppenspargel wird abgezogen, das Holzige weggeschnitten, in Salzwasser blanchiert und in fingerlange Stücke geschnitten. Dann wird er mit Öl und Essig (Zitronensaft) angemacht, in der Mitte der Salatschüssel bergartig angerichtet und außen herum mit gekochten Blumenkohlröschen, die man mit Salatsauce begossen hat, garniert. Oben auf den Spargel setzt man ein größeres Blumenkohlröschen.

Zwiebelkuchen.

400 Gr. Zwiebeln, 30 Gr. frische Butter oder 60 Gr. kleinwürflig geschnittener Speck, 15 Gr. Mehl, 3 Deziliter Milch oder Rahm, 2 Eier, Salz, Teig. Man belegt das Backblech mit Brotteig oder mit geriebenem Teig. Die geschälten Zwiebeln werden grob geschnitten und in Butter oder Speck mit etwas Salz weiß gedämpft (20 Minuten). Dann streut man Mehl und Salz darüber, läßt die Masse auskühlen und rührt die Eier, zuletzt den Rahm hinein. Die Fülle wird auf den Teig gegossen, bis zum Rand aufgefüllt und der Kuchen 1/2 Stunde in starker Hitze gebacken. Er soll möglichst warm serviert werden. Die Fülle ist für einen mittelgroßen Kuchen berechnet. Das Eiweiß kann nach Belieben zu Schnee geschlagen werden.

„Gritli in der Küche."

Gesundheitspflege.

Hautpflege.

Dr. Guthmann schreibt in: „Durch Wissen zur Schönheit": Die besten hygienisch-kosmetischen Mittel der Haut sind immer noch — Wasser und Seife. Auf diese Weise wird das auf der Haut klebende Fett aufgelöst und eine gute Porosität wie Arbeitsfähigkeit erzielt. Nur hüte man sich vor zu hartem, d. h. kalkhaltigem Wasser und vor zu laugehaltiger Seife! Zu hartes Wasser ist vor Gebrauch abzukochen, und für gute Seifen muß die gute Fabrik sorgen. Wenn die Haut der Dame so zart ist, daß selbst das mildeste Wasser und die edelste Seife nicht vertragen wird, so müssen als Ersatzmittel dienen: Mandelkleie, Weizenmehl, in Verbindung mit Wasser oder mit besonderen Lösungen. Spröde Haut wird mit Salben bzw. Ölen behandelt, zu fettige Haut mit fettlösenden Mitteln. Gegen kalte Bäder ist die Haut mancher Individuen sehr empfindlich, doch wird das laue Bad fast ausnahmslos gut vertragen. Sollte das nicht der Fall sein, so müssen auch die letzteren entsprechend beschränkt werden. Die Luft- und Lichtbäder, die auch mit dem Wasserbad verknüpft werden dürfen, würden das naturgemäßeste kosmetisch-hygienische Mittel für die

Haut darstellen, wenn wir zufolge unserer Überlegung das Organ dadurch wieder kräftigen wollen, daß wir es seiner ursprünglichen praktischen Bestimmung wiedergeben. Und das Wissen führt uns hier wahrlich nicht irre. Denn wir machen mit diesen „natürlichen" Mitteln die glänzendste Erfahrung.

Krankenpflege.

Der kurze Wickel.

Ein 2—4fach gefaltetes Tuch in der Größe von 100×130 Cm., das von der Achselhöhle bis zu den Knien reicht, wird stehend rasch um den Körper geschlagen. Dann legt man sich auf eine etwas größere Wolldecke, zieht diese stramm über und befestigt die Packung mit Sicherheitsnadeln.

Der kurze Wickel wird erst in Heublumen-, Haferstroh, Fichtenreiser-Absud, Essig- oder Salzwasser eingetaucht und gut ausgerungen vor dem Anlegen. Kneipp empfiehlt, denselben eine Stunde vor dem Aufstehen zu machen, jedoch läßt er sich zu jeder beliebigen Zeit anwenden, nur soll man darin nicht einschlafen und ihn zu lange liegen lassen. Dauer: 1—1½ Stunden. Man soll aber nicht schwitzen darin. Nachher Abwaschung und eventuell Wiedererwärmung im Bett oder Spaziergang. Dieser kurze Wickel war ein Lieblingsmittel von Kneipp. Er empfahl ihn, um Stauungen der inneren Organe zu beseitigen, aufzulösen und auszuscheiden, bei Krankheiten der Lunge, des Magens, der Leber, Niere und des Herzens. Gesunde, korpulente Leute sollten alle 8—14 Tage einen solchen nehmen, sagt Kneipp. In gewissen Fällen, bei Blutarmen und Nervenleidenden, ist der Wickel warm, aber dann vierfach anzulegen. Ferner hält Kneipp sehr viel darauf, daß nachher keine Abwaschung, Abtrocknung oder kein Bad folgt, sondern man soll nach dem Abnehmen zur Wiedererwärmung ins Bett, damit der Körper weiter ausdünste. Dr. K.-H.

Kinderpflege und -Erziehung.

Soll man den Kindern bei den Schularbeiten helfen?

Über keine Frage der häuslichen Erziehung sind die Meinungen mehr geteilt, als über diese. Setzt sich der eine Teil der Eltern für unbedingte häusliche Nachhilfe bei den Schularbeiten ein, so erwartet der andere Teil alle Förderung und Belehrung der Kinder ganz allein von der Schule und möchte am liebsten aus diesem Grunde auch alle häuslichen Schularbeiten ausgeschaltet sehen. Bei gründlicher Überlegung müßten sie sich aber sagen, daß bei der Überfüllung der einzelnen Klassen ein Lehrer gar nicht in der Lage ist, jedem seiner Schüler die nötige Aufmerksamkeit zu widmen. Er wird sich notgedrungen immer wieder an die besonders geweckten und befähigten Kinder mit schneller Auffassungsgabe wenden müssen, wenn er das Lehrpensum in der vorgeschriebenen Zeit mit seinen Schülern durchgehen will. Deshalb müssen immer nervöse und weniger begabte Kinder unbedingt elterliche oder sonstige häusliche Hilfe bei den häuslichen Schularbeiten erhalten. Damit soll nicht gesagt sein, daß ihnen die gestellten Aufgaben durch Eltern oder Geschwister abgenommen oder zumteil wenigstens für das Kind erledigt werden, sondern die richtige Unterstützung bei den häuslichen Arbeiten liegt darin, daß das Kind unter Aufsicht der Eltern oder verständnisvoller älterer Geschwister in völliger Ruhe seine Arbeiten nacheinander erledigt. Je ausgeruhter es sich zu seinen Schularbeiten setzt, umso leichter wird ihm die notwendige Vertiefung in diese werden. Es sollte also nach eingenommenen Mahlzeiten immer erst eine kleine Ruhepause genießen und dann erst seine Schularbeiten vornehmen. Das laute und ablenkende Spiel, zu dem ihm natürlich ebenso die notwendige Zeit gegönnt werden muß, sollte jedem Kinde erst nach Erledigung der Schularbeiten erlaubt sein, denn meist trägt es allein die Schuld daran, daß dem Kind die Sammlung und Konzentration für die häuslichen Aufgaben unmöglich ist, wenn es vor Erledigung derselben gestattet wird.

E. M.

Gartenbau und Blumenkultur.

Die niedlichen Bellis, Maßliebchen und Tausendschön

machen im Balkonkasten auf den Beschauer nur wenig Eindruck; sie erfreuen höchstens den, der den Balkon pflegt. In Vorgärten sind hingegen die Bellis von schönster Wirkung, weil das Auge des Beschauers voll von oben auf die Blumen fällt; namentlich die dichtgefüllten weißen und roten sind von ausgezeichneter Schönheit. Auch die gefüllten Maßliebchen lassen sich wie andere Frühlingsblumen durch Aussaat vermehren. Gelegentlich fällt einmal eine Pflanze einfach, das ist aber nicht schlimm; sie wird ausgezogen und weggeworfen und durch eine andere Pflanze ersetzt. Es gibt weiße, rosa und dunkelrote Spielarten, die am schönsten wirken, wenn sie in Farben getrennt gehalten werden. Die schönsten Sorten werden ganz echt nur durch Teilung im Juli-August vermehrt. Die Pflanze liebt viel Feuchtigkeit, häufiges Gießen und Spritzen. B.

Tierzucht.

Tierschutz während der schönen Jahreszeit.

Während der schönen Jahreszeit sind folgende Ratschläge zu beherzigen:

1. Kanarien- und andere Vögel setze man nicht den unmittelbaren Sonnenstrahlen aus, Gold- und andern Fischen gebe man genügend Raum und halte sie im Halbdunkel. 2. Tiere, die warten müssen, stelle man an einen schattigen Ort. 3. Bei Fahrradausflügen laß deinen Hund zu Hause. 4. Wasche deinem Pferd nach jeder größern Fahrt Augen und Nüstern mit reinem, in Wasser ausgedrückten Schwamm, was ihm eine große Wohltat ist. 5. Versieh das Pferd mit Ohrenkappen und Netzen, damit nicht durch Insektenstiche dem Tiere große Schmerzen und dem Besitzer noch größerer Schaden daraus erwachsen. 6. Zum Schutze der Pferde vor quälenden Insekten reibe man jene mit Bremsenöl und Abguß von Nußblättern usw. tüchtig ein. 7. Laß deinen Hund nicht der Straßenbahn nachlaufen. 8. Stutze deinem Pferd den Schweif nicht, es ist nur eine Modetorheit. Der Schweif ist das natürliche Mittel zur Abwehr der Insektenplage. 9. Verwehre deinen Tieren niemals, den Durst zu löschen. Sorge durch ständige Wasserbereitschaft dafür, daß Hunde, besonders Kettenhunde, nie Qualen des Durstes leiden müssen. 10. Laß deinen Kettenhund, besonders bei großer Hitze, einige Stunden frei. Die der Freiheit beraubten Tiere sind Krankheiten leichter ausgesetzt als andere.

Frage-Ecke.

Antworten.

19. Ein erprobtes **Schmierseife-Rezept** ist folgendes:

Zu 5 Kilo Schmierseife bedarf es 500 Gr. weiße, gute Marseiller Kernseife, ein kleines Päckchen Soder, ebenso Persil, 4 Eßlöffel Salmiakgeist. Die Seife wird klein geschnitten, alles zusammen mit 5 Liter Wasser aufs Feuer gesetzt und unter beständigem Rühren zum Kochen gebracht. Nach kurzem Aufkochen wird die Masse aufgelöst sein und kann in einen Eimer abgeschüttet werden. Nach vollständigem Erkalten ist die Seife zum Gebrauch fertig.

Langjährige Abonnentin.

25. Ich möchte Ihnen raten, die „Schweiz. Zeitschrift für Ornithologie und Kaninchenzucht" (Verlag Berichthaus Zürich) zu abonnieren. Als Abonnentin steht Ihnen frei, Fragen zu stellen, und Sie werden zuverlässigen fachmännischen Rat erhalten. Kürzlich war in Zürich eine außerordentlich lehrreiche Geflügelausstellung zu sehen, wo auch eine Menge Fachliteratur ausgestellt war. Solche Fachschriften sollten alle lesen, die irgendwie mit der **Geflügelzucht** zu tun haben. Ställe, die nicht rein genug gehalten werden, sollen zu dem erwähnten Übel der schuppigen Beine beitragen. Minna.

26. Es gibt ein Universalmittel: die Naturbleiche. Legen Sie den fleckigen Stoff an die Sonne, nachdem er gut durchnäßt worden ist, und wiederholen Sie das Verfahren, so oft es nötig ist. Die **Flecken** werden dann verschwinden. Hausfrau.

27. Ich glaube, daß der Übelstand durch die etwas „ältere" Milch hervorgerufen wird, doch kann es ebensogut Ihr Fehler sein, wenn der **Junket** mißrät. Gerade Schokoladejunket ist etwas schwieriger zu bereiten, als anderer, da ein Teil der Milch mit der Schokolade gekocht werden muß; dabei ist es leicht möglich, daß die Temperatur zu hoch steigt und das Gericht mißlingt. Auf jeden Fall sollten Sie im Sommer Ihren Junket sofort nach Erhalt der Milch herstellen und dann für richtige Temperatur des Aufbewahrungsraumes sorgen. Auch eine Junket-Liebhaberin.

28. Ein gutes Rezept von **Rhabarbermarmelade mit Orangen** ist das nachstehende: Auf 500 Gr. gewaschenen, kleingeschnittenen Rhabarber nehme ich drei süße Orangen und 300—400 Gr. Zucker. Die Orangen werden dünn abgeschält, die Hälfte der Schalen in schmale Streifchen und die von allem Weißen befreiten Früchte in dünne Scheibchen geschnitten. Es ist gut darauf zu achten, daß alle Kerne entfernt werden. Nun gibt man den geschnittenen Rhabarber mit dem Zucker, den Orangenscheiben und -schalen zusammen in die Pfanne und kocht dies unter öfterem Umrühren auf mäßigem Feuer zu Konfitüre.

H.

Fragen.

29. Wer kann mir sagen, wie sich in einer seidenen **Trachtenschürze** rotbraune Flecken entfernen lassen, die wahrscheinlich durch Feuchtigkeit entstanden sind? Im voraus besten Dank. Emmenthalerin.

30. Ich habe dieses Frühjahr **Madras-Vorhänge** mit bunter Bordüre zu waschen. Ist es ratsamer, diese einer chemischen Waschanstalt zu übergeben, als sie selber zu waschen, und wie soll ich in letzterem Falle vorgehen? Für gütigen Rat dankt Junge Frau.

31. Kann die blähende Wirkung grüner **Salate** (z. B. Nüßlisalat) durch besondere Zubereitung vermieden werden? Hausfrau.

32. Wie werden die **Möbel** bei der Frühjahrsreinigung zweckmäßig aufgefrischt? Für guten Rat dankt Hausmütterchen.

□