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

**Band:** 29 (1922)

**Heft:** 17

**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. 17.** XXIX. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich,** 9. September 1922.

## Arbeit.

Wem einmal die Arbeit so ganz hat enthüllt
ihr Wesen
Und wer es nun lernte verstehen,
Daß sie dunkle Tage mit Sonne füllt,
Daß sie Menschen durch Dornen zum Duft
läßt gehen
Und nur ein Heil'gen der Kräfte will sein;
Wem sie Segen und immerdar Segen verhieß,
Je tiefer ins Herz er ihr schaute hinein,
Der weiß: Gott schuf sie im Paradies.

M. Feesche.

□

## Haus und Seele.

(Nachdruck verboten.)

Je mehr der Mensch eine in sich gefestigte Persönlichkeit ist, je stärker wird er seiner Umgebung seinen Stempel aufdrücken. Durch unsere Eigenart wirken wir alle, bewußt oder unbewußt auf unsere Umwelt ein.

Bei uns Frauen erfolgt die allernächste Ausstrahlung unseres Wesens, unserer Seele auf unser Heim. Jedes Haus wird vor allem den Charakter der Hausfrau, der Gattin und Mutter widerspiegeln, deren Obhut es anvertraut ist. Das alte Sprichwort sagt richtig: „Der Mann ist des Hauses Kopf, die Frau des Hauses Herz."

Viele Frauen ahnen nicht, wieviele Möglichkeiten ihnen hier geboten sind. Sie meinen, daß die Schönheit und Behaglichkeit des Heims vor allem vom Geldbeutel, vom Wert der Einrichtung abhängig sei. Bei schärferem Nachdenken werden sie aber finden, daß die Rechnung nicht stimmt. Gewiß, der Geldwert der Aussteuer, der Geschmack des Dekorateurs oder des Innen-Architekten können sich bemerkbar machen, aber je mehr sie vorherrschen, je mehr wird man die Eigenart im Geschmack und selbständigen Schönheitssinn bei der Hausfrau vermissen — ihre Seele muß arm sein, wenn sie sich nicht selbständig äußern kann.

Man denke an ein anderes Heim — an eine landläufige bescheidene Ausstattung. Hier weht uns beim Eintreten in die Zimmer ein Hauch von Gemütlichkeit entgegen. Sauberkeit, Ordnung, gepflegte Blumen, Bücher, Decken und Kissen, die eine persönliche Note haben, gute, wenn auch nicht kostbare Bilder, Übereinstimmung der Farben: ein Unwägbares an Leben, das den toten Gegenständen eingehaucht ist, spricht stark von der Seele der Frau dieses Hauses. Pietät, die alte Familienandenken ehrt, die geistige Art und Beschäftigung der Bewohner und vieles andere können wir aus dem Eindruck erfahren, den ein Heim auf uns macht.

Gerade heute, wo das eigene Heim für viele so schwer zu erringen ist, sollten wir Frauen uns dieser Verantwortung bewußt sein. Vor dem Krieg ist auch in Bezug auf das Heim zuviel Luxus getrieben worden. Heute entspricht viel damals Erworbenes den Zeitverhält-

nissen, den Einkünften, den Räumen, der Arbeitskraft nicht mehr. Vieles wird verkauft, vieles als Belastung weitergeschleppt. Dabei kann die seelische Einwirkung der Frau auf ihr Heim nicht stattfinden, wie sie sollte. In dem bescheideneren Heim wird die Seele der Frau sich stärker ausprägen können, als in den nach berühmtem Muster übernommenen Luxuseinrichtungen; wir Frauen müssen uns nur bewußt werden, welche schöne Pflicht hier vor uns liegt. Mehr als je sind Mann und Kinder auf das Haus angewiesen und mehr als früher brauchen die Freunde des Hauses nicht die so teuer gewordenen materiellen, wohl aber seelische und geistige Gaben. Ihre Übermittlerin ist vor allen die Hausfrau. Möge ihre Seele wachsen, damit sie ihrem Heim viel sein kann — nicht nur den Allernächsten, sondern darüber hinaus auch den vielen, die kein Heim besitzen.

Clara Prieß.

□

## Wenn die Pflaume reift.

(Nachdruck verboten.)

Von allen Obstfrüchten ist die Pflaume alljährlich die stille Hoffnung jener Hausfrauen, die ihre vielseitige Verwendbarkeit durch eigene Erfahrung kennen lernten. Als Gelee, Marmelade, Mus, sterilisiert, als Belag für den leckersten aller Obstkuchen, gedörrt usw. wird sie in jeder Haushaltung verwertet. „Reinigend und kühlend sind Pflaumen ein Labsal dem Leibe“, so wurde schon im Jahre 1101 den Schülern der großen Schule von Salerno gelehrt, und diese Weisheit ist im Laufe der Jahrhunderte noch um viele ähnliche vermehrt worden. Fast keine andere Frucht ist in derartigem Umfange veredelt worden, wie die einfache Pflaume. Gibt es doch mehr als dreihundert Sorten, die als Pflaume, Zwetschge, Reineclaude, Mirabelle, Krieche, Damaszener oder wie sie sonst noch genannt werden, in den meisten Ländern der Erde verbreitet sind.

Der Kriechenbaum, der als Stammvater der heutigen Edelpflaume bezeichnet werden kann, kommt heute noch wild in ganz Süd-Europa, namentlich in den Balkanländern, ferner Armenien und am Kaspisee, südlich vom Kaukasus, vor, und seine Früchte wurden schon von den Schweizer Pfahlbauern 500 Jahre v. Chr. als Haferschlehe im großen Umfange aus Italien bezogen.

Wenn auch diese Wildlingsart im Laufe der Jahrhunderte vielfach veredelt wurde und schließlich in der grünen Reineclaude, nach der 1524 verstorbenen Gemahlin Franz I. von Frankreich, Reine Claude, genannt, ihre beste Veredlung erreichte, so können sie doch kaum an jene Sorte heranreichen, die als Damaszener heute unter allen edlen Sorten obenan steht. Ihre engere Heimat ist das Gebiet von Teheran, von wo aus sie über Syrien in der Zeit von 300—150 v. Chr. nach Griechenland und etwa 10 Jahre später in Italien Verbreitung fand. Im nördlichen Europa soll die Pflaumenzucht durch Karl den Großen eingeführt worden sein, der ihren Geschmack über alles liebte. Im Mittelalter wurde dann die Touraine der eigentliche Sitz der europäischen Pflaumenzucht, und die Veredlungsversuche fanden bald ihre höchsten Erfolge in der Königspflaume von Tours. Aber nicht nur diese, sondern auch die kleinasiatischen oder persischen Pflaumen fanden um die Mitte des 15. Jahrhunderts von Südosten her in Europa Eingang, ebenso seit dem 16. Jahrhundert die schon oben genannten Damaszenerpflaumen.

Noch waren aber die Edelsorten unter den Pflaumen solche Seltenheiten, daß sie als wertvolle Geschenke selbst von den Fürsten geschätzt wurden. So erhielt z. B. der Stuttgarter Hof im Jahre 1560 einen Zwetschgenbaum als Geschenk vom Heidelberger Hof.

Heute ist die Pflaume oder Zwetschge ein wichtiger Handelsartikel geworden, der als Dörrpflaume allein von Österreich aus vor dem Kriege stark ausge-

führt wurde und dem Lande rund fünf Millionen Mark jährlichen Ertrag einbrachte.

Als Delikatesse gilt auch die kalifornische Pflaume.

Die diesjährige, so außerordentlich reiche Zwetschgen- und Pflaumenernte ermöglicht es jeder Hausfrau, in verschiedenster Form Vorräte anzulegen und damit Abwechslung auf den winterlichen Tisch zu bringen. K. G. M.

□

## Die Hausfrauenbewegung in Deutschland.

(Nachdruck verboten.)

Die außerordentlich schwierigen wirtschaftlichen Verhältnisse in Deutschland machten den Zusammenschluß der Hausfrauen zu einer gebieterischen Pflicht.

Der gesamte gebildete Mittelstand muß heute ohne Dienstpersonal fertig werden — eine Hausangestellte kostet bei sparsamster Berechnung etwa 1400 Mark im Monat — und es ist nicht ganz einfach, des Morgens bei schlechtem Wetter mit dem Milchtopf auf der Straße den „Vollewagen" abzuwarten, um eine durchaus nicht einwandfreie Milch mit 9 Mark pro Liter zu bezahlen oder 25 Pfund Kartoffeln drei Treppen hinauf zu schleppen; es ist besonders schwierig für den weiblichen Teil eines Volkes, das noch an den Folgen einer jahrelangen Unterernährung zu laborieren hat und das bei der von Tag zu Tag wachsenden Teuerung auf eine Besserung der bestehenden Zustände in absehbarer Zeit kaum rechnen kann.

Die im wahrsten Sinne des Wortes ‚brennendste' aller Fragen ist die Kohlenfrage, und man wird sich leicht ein Bild von den trostlosen Verhältnissen machen, wenn man bedenkt, daß ein Zentner Koks, der vor dem Kriege 85 Pfennig kostete, heute bereits mit 111 Mark bezahlt werden muß; es wird unweigerlich zu Katastrophen führen, wenn in Häusern mit Zentralheizung die Mieter von 4—5 Zimmerwohnungen 15,000 bis 20,000 Mark im Jahre lediglich für die Heizung aufbringen sollen. Öfen lassen sich leider nicht überall in solchen Häusern aufstellen, abgesehen davon, daß die Preise dafür ins Märchenhafte gestiegen sind. Mit den Kohlenpreisen sind naturgemäß diejenigen für Gas und elektrischen Strom entsprechend in die Höhe geschnellt, und die Hausfrauen mußten nun zunächst versuchen, einen Weg zu finden, um sich die Küchenfeuerung erheblich zu verbilligen. Gegen die „Einküchenhäuser" herrscht merkwürdigerweise eine ziemlich weit verbreitete, entschiedene Abneigung; sie sind vielleicht wegen der sehr hohen Löhne und der Riesenkosten für die erforderlichen Neubauten — an Neubauten ist überhaupt nicht zu denken — für die in Betracht kommenden Kreise im Augenblick auch zu teuer. Man hilft sich fast überall mit der Kochkiste, die man sich ja leicht selbst zurecht zimmern kann, und die verschiedenen Unterabteilungen der Groß-Berliner Hausfrauenvereine haben Kochkurse eingerichtet, in denen das Backen, Braten und Kochen mit der Kochkiste gelehrt wird. Die in den Unterrichtsstunden zubereiteten Speisen werden zu einem verhältnismäßig billigen Preis an Mittagsgäste abgegeben und es spielen sich fast täglich Kämpfe um die verfügbaren Plätze an diesem Mittagstisch ab.

Alle Hausfrauen-Organisationen sind ständig bemüht, für ihre Mitglieder Lebensmittel, wie Zucker, Kakao, Thee und Mühlenfabrikate, oder auch Textilwaren direkt vom Produzenten einzukaufen; in der Hauptsache aber ist es ihr Ziel, den Hausfrauen das „Hilf dir selbst!" auf allen einschlägigen Gebieten zur Pflicht zu machen; anders kann von einem wirklich sparsamen Wirtschaften heute auch kaum die Rede sein. Kenntnisse im Anfertigen von warmen Hausschuhen, im Besohlen von Stiefeln, im Flechten von Rohrstühlen sind in kinderreichen Haushaltungen fast unentbehrlich, verlangt doch ein besserer

Schuhmacher 100—150 Mk. für Sohlen und Absätze, ein Stuhlflechter 50–60 Mk. für das Flechten eines Rohrsitzes. Deshalb werden in allen Hausfrauenverbänden entsprechende Kurse abgehalten, die sich, ebenso wie die Lehrgänge im Wäschenähen, im Schneidern und Putzmachen eines regen Besuches erfreuen. Sehr wichtig ist dabei die Verwendung des vorhandenen, resp. schon gebrauchten Materials; Neuanschaffungen sind dem Mittelstand völlig unmöglich.

Auf einer Ausstellung zu Anfang des letzten Winters hatte man dem Publikum gezeigt, wie viel Nützliches man noch aus Altem herstellen kann, und später hat man außer Bekleidungsstücken auf diese Weise auch Kinderspielsachen angefertigt, und es ist erstaunlich, was für allerliebste Dinge geschickte Hände aus alten Sachen und Resten zu formen vermochten.

Eine Handarbeitsausstellung größern Stils (mit Wettbewerb) unter dem Namen „Geschmack und Technik" veranstaltete die Zentrale der Hausfrauenvereine Groß-Berlins gemeinsam mit der Arbeitsstelle für Deutsche Wirtschaft, den Vereinigten Verbänden für Mittelstandsfürsorge und der Frauen-Abteilung des Deutschen Offizierbundes Ende März in dem altbekannten Textilwarenhause Rudolph Hertzog.

Zugelassen waren selbstgefertigte, aus deutschen Zutaten hergestellte Stickereien, Strick-, Häkel-, Klöppel-, Filet- und Schiffchenarbeiten, auch handgenähte Wäsche. Beruflich ausgebildete Mitglieder waren vom Wettbewerb ausgeschlossen. Während der Ausstellung wurden Bestellungen auf Arbeiten angenommen. Der Verkauf ging gut von statten und mancher Frau des darbenden Mittelstandes ist bei dieser Gelegenheit eine dauernde Erwerbsquelle erschlossen worden.

Charakteristisch sind die Preise, die zur Verteilung gelangten: Zweimal ein Raummeter Holz, ein Frühjahrshut, 500 Gr. Kaffee, 500 Gr. Thee, ein Karton Seife, 2½ Kilo Zucker, 500 Gr. Schokolade, ein Kasten Garne u. a. m. (500 Gr. Kaffee kosten heute 120 bis 150 Mk., ein Frühjahrshut etwa 350 bis 450 Mk.!)

Unlängst hat die oben genannte Zentrale auch eine Vermittlungsstelle für den Kauf und Verkauf gebrauchten Hausrates eingerichtet; tausende von besseren Familien sind infolge der Ungunst der Zeiten gezwungen, entbehrliche, oft außerordentlich wertvolle alte Stücke zu veräußern; Porzellan aus der ehemals königlichen, jetzt staatlichen Manufaktur, nicht selten zurückgehend bis auf die Epoche Friedrichs des Großen, gestickte Teppiche aus der Biedermeierzeit, altdeutsche Schränke und Truhen, aus Franken, Oldenburg oder Danzig stammend, kostbare alte Silberarbeiten — alles wandert auf die Vermittlungsstelle, wo es das eine oder andere junge Paar für seinen neu zu gründenden Hausstand verhältnismäßig billig erwirbt.

„Das Alte stürzt, es ändert sich die Zeit, und neues Leben blüht aus den Ruinen . . ."

Die ganze Hausfrauenbewegung muß und wird letzten Endes dahin führen, den heranwachsenden Mädchen, die sich für die Hauswirtschaft eignen, eine hauswirtschaftlich-berufliche Ausbildung mit abschließendem Examen zu geben; damit würde die Arbeit im Haushalt jeder anderen beruflichen Arbeit endlich einmal gleich gestellt und die gleiche Entlöhnung erreicht worden; die so dringend nötigen „Berufskrankenkassen für Hausfrauen" werden dann hoffentlich auch nicht mehr lange auf sich warten lassen, und die Allgemeinheit wird anfangen, zu begreifen, daß jede Hausfrau, die ihre Pflicht erfüllt, durchaus als ein hochwertiges Mitglied der menschlichen Gesellschaft zu würdigen ist, genau so wie jede andere im Erwerbsleben stehende Frau.

L. M.

Anm. der Red. Alle oben angeführten Preise sind in letzter Zeit um 50—100 % gestiegen.

## Haushalt.

Vor Eintritt der kühlen Jahreszeit wird die Hausfrau auch das

### Waschseil

noch einer gründlichen Reinigung unterziehen wollen, da sich auch bei sorgfältiger Aufbewahrung leicht Staub- und Rußteilchen ansetzen, die dann die saubere Wäsche fleckig machen. Man bedient sich zur Seilwäsche am besten eines Holzrahmens, auf den man das Seil sorgfältig in neben-, nicht übereinanderliegenden Windungen aufwickelt, so daß die Bürste jede Stelle des Waschseils erreichen kann. Man wäscht mit warmem Seifenwasser, wobei der umwickelte Rahmen auf einen Zuber gestellt wird. Das Seil wird nach dem Waschen gut abgespült, ohne es ins Wasser zu legen, und auf dem Rahmen getrocknet, bevor man es wieder abwindet. Der Rahmen für ein Seil gewöhnlicher Länge sollte 45/55 Cm. groß sein. Er trägt am besten in den Ecken der vier Bestandteile vorgebohrte Löcher und wird mittelst Bindfaden zusammengebunden. Geleimte Ecken würden sich lösen unter der Einwirkung des warmen Wassers.

### Teppiche

lassen sich sehr gut mit einer Lösung aus Panamarinde reinigen, der im erkalteten Zustande etwas Essig beigemischt wurde. Man reibt strichweise mit einem wollenen Tuche ein, ohne den Teppich stark zu nässen, und läßt ihn auf dem Boden liegend trocknen. -n-

### Vigognestrümpfe,

ein Fabrikat der modernen Wirkindustrie, aus einem Gemenge von Wolle und Baumwolle hergestellt, dürfen nicht mit baumwollenen Strümpfen zusammen gewaschen werden, denn der wollene Bestandteil erfordert eine sorgfältigere Behandlung, wenn die Strümpfe nicht schon bei der ersten Wäsche filzig und alt aussehen sollen. Man wäscht sie in lauem Wasser allein, mit wenig Seife, und spült mehrfach, bis ein klares Wasser zurückbleibt. r.

## 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.**

### Hafersuppe mit frischen Zwetschgen.

Eine Tasse voll schottische Hafergrütze röstet man in Butter leicht an und füllt mit Wasser auf; die Suppe soll aber nie dünn sein, sonst ist sie wertlos und der Verdauung eher hinderlich. 1/2 Stunde vor dem Essen gibt man einen großen Teller voll frische ausgesteinte Zwetschgen in die Suppe und läßt die Früchte noch ordentlich mitkochen, damit diese recht durchzogen wird. Eine gesunde, sättigende Abendmahlzeit. „Veget. Küche".

### Vol-au-vent mit Bratkügelchen.

350 Gr. feinster Pastetenteig. Der Teig wird auf sehr wenig Mehl 1 Zentimeter dick ausgewallt, nach einem umgekehrten Teller schön rund geschnitten. Dann legt man einen zweiten kleinen Teller leicht auf, so daß ringsum ein 2 Zentimeter breiter Rand bleibt. Mit einem scharfen Messer schneidet man dieser Linie entlang den Teig 1/2 Zentimeter tief ein, aber ja nicht durch. Nun bringt man den Teig auf ein bebuttertes Blech, bestreicht ihn mit zerkleppertem Eigelb, wobei nichts an den Seiten hinunterfließen darf, und schiebt ihn in den heißen Ofen. In einer halben Stunde soll die Pastete hoch aufgegangen und gelb sein. Nun schneidet man nach dem bezeichneten Strich sorgfältig den Deckel los und nimmt von dem weichen Teig so viel heraus, daß eine entsprechend große Höhlung entsteht. Diese füllt man nun mit folgender Farce. Aus Bratwurstbrät, das mit Zitronensaft und -schale bereichert worden, legt man in siedende Fleischbrühe haselnußgroße Klößchen ein, kocht sie 5 Minuten und bringt sie 5 Minuten in eine pikante Sauce, legt die Klößchen dann in die Pastetenhöhlung, gießt etwas von der Sauce hinein und serviert den Rest extra dazu.
Aus „Gritli in der Küche."

### Hammelfleisch mit Kartoffeln und Bohnen.

Man nimmt 1 Kilo Bohnen, zieht sie ab und schneidet sie in zentimetergroße Stücke, schält 1 Kilo Kartoffeln, die man in Würfel schneidet und mit den Bohnen, dem nötigen Salz, etwas Bohnenkraut und so viel Wasser, daß es kaum eben steht, aufsetzt. 250 Gr. Hammelfleisch wird in kleine Stückchen geschnitten, dazu gegeben und die Speise in der Kochkiste fertig gekocht.

### Eier auf Tomaten mit Steinpilzen.

Bereitungszeit 3/4 Stunden. Zutaten: 6 Stück Tomaten, 6 Eier, 500 Gr. Steinpilze, 150 Gr. Zwiebeln, 1 Zitrone, frische Petersilie, 40 Gr. Butter, 30 Gr. Mehl, Salz und Pfeffer, Liebig's Fleisch-Extrakt. Die Tomaten werden oben aufgeschnitten, ausgehöhlt, gesalzen und in einer Pfanne weich gedünstet. Die Eier werden 5 Minuten gekocht, geschält und in Wasser warm gelegt. Die Steinpilze geschält, in Scheiben geschnitten, mit den fein gewiegten Zwiebeln in Butter angeschwitzt, der Zitronensaft hinzugegeben und die Pilze mit Mehl bestreut. Dann mit 1/2 Liter Wasser aufgefüllt, 20 Gr. Liebig's Fleisch-Extrakt zugegeben, 5 Minuten einkochen lassen, mit Salz ab-

schmecken. Die Eier werden auf den Tomaten im Kranz angerichtet, die Steinpilze in die Mitte des Kranzes gegeben und mit feingewiegter Petersilie überstreut. Heiß servieren.

### Kürbismus.

1 Kilo Kürbis, 2 Deziliter Wasser, 70 Gr. Mehl, 50 Gr. Fett, 1 Zwiebel, 30 Gr. Käse oder 30 Gr. Butter mit Brösmeli. Der Kürbis wird gewaschen, geschält, in kleine Stücke geschnitten und mit dem Wasser und Salz weichgekocht (zirka 1/2 Stunde). Das Mehl und die gehackte Zwiebel werden im Fett gut durchgeschwitzt, der inzwischen durch ein Sieb gestrichene Kürbis dazugegeben und nochmals 20—30 Minuten gekocht. Beim Anrichten mischt man den Käse unter den Brei oder überschmelzt ihn mit den gerösteten Brösmeli.

Aus „Gritli in der Küche".

### Italienischer Gurkensalat.

Frische Gurken werden geschält, zerschnitten, die Kerne entfernt; dann schneidet man sie in kleine Würfel, die man ein wenig salzt und mit folgender Sauce übergießt: 2 hartgekochte Eidotter werden mit Zitronensaft und Öl fein verrührt, etwas Pfeffer und Schnittlauch dazu gegeben, sowie einige Löffel geriebenen Parmesankäse und die Mischung über die Gurkenwürfel gegossen und gut damit vermischt.

### Apfel-Grießköpfli mit gebrannter Creme.

In etwas dünnes, kochendes Apfelmus (von Fallobst) läßt man groben Grieß einlaufen, kocht dies unter fleißigem Rühren zu einem dicklichen Brei, den man nach Geschmack süßt. Bevor man den Brei in eine genäßte Porzellanschüssel anrichtet, gibt man noch einige Löffel geriebene Haselnüsse dazu. Erkaltet wird das Köpfli gestürzt und mit einer dünnen Creme oder Fruchtsauce serviert.

### Billige Fruchtsauce.

Apfelschalen werden in der Kochkiste über Nacht gut ausgekocht. Den Saft davon verrührt man mit etwas Kartoffelmehl und Zucker, bringt ihn unter fortwährendem Rühren bis zum Kochen und richtet ihn über ein paar Löffel sauren Rahm an.

„Was koche ich morgen?"

### Gerührter Zwetschgenkuchen.

1 Kilo Zwetschgen, 4 Eier, 150 Gr. gedörrtes Brot, 250 Gr. Zucker und Zimt, 100 Gr. Mandeln oder Röstmandeln, 50 Gr. Butter, 50 Gr. Mehl.

Eigelb, Zucker und Zimt, Butter und Mehl, das fein gemahlene Brot und die geriebenen Mandeln werden tüchtig gerührt und die gewaschenen, entsteinten, in Viertel geschnittenen Zwetschgen dazu gemischt. Zuletzt rührt man das zu steifem Schnee geschlagene Eiweiß zu der Masse, füllt sie dann in ein mit Butter bestrichenes, mit Mehl und Brosamen ausgestreutes Blech und backt sie in mäßig heißem Ofen 1 1/2 Stunden. „Reformkochbuch".

## Eingemachte Früchte und Gemüse.

### Trauben-Konfitüre.

Man koche 1 Kilo Traubenbeeren mit 2 Dezil. Wasser, rühre sie dann durch ein feines Sieb und koche das Durchgetriebene mit 500 Gr. feinem Zucker zu Konfitüre.

### Holunderlatwerge.

Man setzt die abgezupften Beeren mit dem vom Waschen her daran haftenden Wasser aufs Feuer und kocht sie so lange, bis sie zusammengefallen sind. Auf 1 Liter durch ein Tuch getriebenes Mark kommen nach Belieben 125—250 Gr. Zucker. Unter öfterm Umrühren, daß die Masse nicht anbrennt, kocht man sie zum Breitlauf ein. Will man die Latwerge würzen, so kann man Zitronenschale, Muskatnuß, ein wenig Lavendel oder einige Nelken gegen das Ende der Kochzeit zugeben.

### Holunderbeermarmelade.

500 Gr. Holunderbeeren, 300 bis 400 Gr. Zucker, ein halbes Glas Wasser. Die Holunderbeeren müssen gut reif und tief schwarz sein. Sie werden mit einer Gabel von den Stielen abgestreift. Man kocht den Zucker mit dem Wasser zum Breitlauf, gibt die erlesenen Beeren zu und kocht alles unter Umrühren und Abschäumen zu Marmelade ein. Aufbewahrung wie üblich.

### Kürbis-Marmelade.

Der Kürbis wird geschält und von den Kernen befreit. Sodann wird er in Stücke geschnitten, mit Wasser bedeckt und weich gekocht. Das Kürbismus gibt man nun durch ein grobes Sieb und wiegt es ab. Dann kocht man es mit Zucker, Zitronenschale und seinem Saft so lange, bis es klar aussieht (wie Aprikosen-Marmelade) und füllt die Kürbis-Marmelade heiß in Gläser oder Töpfe. Man rechnet auf 500 Gr. Kürbismus 250 Gr. Zucker, den Saft und das Abgeriebene einer Zitrone. Diese Marmelade ist sowohl auf Brot, als auch zu Mehlspeisen, zum Füllen von Omeletten u. s. w. geeignet.

„Was koche ich morgen?"

### Tomaten-Püree.

Die roten, abgezogenen Tomaten werden von den Kernen befreit, in einem Einmachkessel zu steifem Mus gekocht (mit wenig Wasserzugabe), wobei ständig gerührt wird. Darauf füllt man das Tomatenmus in Gläser mit Bierflaschenverschluß, läßt es noch 1/2 Stunde im Wasserbade kochen, knipst die Gläser dann zu und läßt sie im Wasser erkalten. P.

## Krankenpflege.

### Einfache Gegenmittel bei leichten Vergiftungsfällen.

Bekanntlich ist bei Vergiftungen, gleichviel welcher Art, sofortige Hilfe die wichtigste. Auch Fälle leichterer Art können bei verspäteten Gegenmaßnahmen die schwersten Folgen zeitigen. Daher dürfte es die Hausfrau interessieren, daß sie im Salz und im Senf die erforderlichen Gegenmittel stets zur Hand hat. Verrührt sie einen gehäuften Theelöffel voll Salz mit einem halben Theelöffel voll Senf in einer Tasse mit warmem oder kaltem Wasser und gibt dieses der vergifteten Person zu trinken, so wirkt dieses als Brechmittel sofort und befreit so den Magen von dem vergifteten Inhalt. Um ganz sicher zu gehen, ist es empfehlenswert, gegen noch zurückbleibende Reste zuerst das Weiße eines Eis und darauf eine Tasse starken schwarzen Kaffee zu verschreiben, weil die Wirkung vieler Gifte durch diese Stoffe aufgehoben wird. Dr. Sch.

## Kinderpflege und -Erziehung.

### Beim Blumenpflücken

kommt der Saft aus den abgebrochenen Stengeln und aus den in der Hand zerdrückten Blättern an die Finger, mit denen nachher Brot, Obst und andere Eßwaren angefaßt werden. Da nun viele Pflanzen einen scharfen, beizenden Saft besitzen, manche sogar giftig sind, entstehen dann mancherlei unerklärliche Magenleiden und Unwohlsein. Daher schärfe man besonders den Kindern ein, daß nach dem Blumenpflücken zuerst die Hände gewaschen werden sollen, bevor man Nahrung zu sich nimmt. Aus dem angeführten Grunde soll man auch nie eine Blume in den Mund nehmen. Gleichfalls schädlich ist es, tief in die Blüten hineinzuriechen, denn mancher Blütenstaub reizt empfindliche Schleimhäute; auch werden kleine, nicht immer ungefährliche Insekten beim starken Riechen leicht in die Nase eingezogen.

Wenn Kinder allein in Feld und Wald gehen, so dürfen sie niemals Beeren pflücken oder sogar essen, die sie nicht ganz genau kennen, denn gerade die giftigsten sehen oft am schönsten und verlockendsten aus (Tollkirsche). Namentlich warne man sie vor den allenthalben wachsenden Nachtschattenfrüchten, die man ihnen auf Spaziergängen immer wieder zeigen soll.

* * *

Öfter kommen Kinder mit starken Anschwellungen infolge Insektenstichen nach Hause, die Blutvergiftung befürchten lassen. Sie sollen nach jedem Insektenstich die Stelle möglichst bald in recht kaltes Wasser halten (Quelle, Dorfbrunnen), dann das saubere nasse Taschentuch darauf binden und immer wieder mit kaltem Wasser benetzen. Zu Hause tropft man reichlich Salmiakgeist auf oder auch Kölnisch Wasser, Spiritus, Zwiebelsaft, oder legt essigsaure Tonerde auf. Bei Bienenstichen müssen die Kinder zu allererst den Stachel mit dem daran haftenden Giftbläschen recht vorsichtig herausziehen. Dr. Th.

## Gartenbau und Blumenkultur.

### Kopfsalat im Winter.

Will man für das Spätjahr (von Ende Oktober bis Neujahr) Kopfsalat auf den Tisch bringen, so sind zwei Anpflanzungen nötig, die erste Ansaat ins freie Land oder ins kalte Mistbeet bis Ende August, die zweite ins kalte oder laue Mistbeet, spätestens bis Mitte oder Ende September. Natürlich muß man hiezu die geeigneten Sorten wählen, z. B. Winter Butterkopf, Winter Nansen, Stuttgarter Dauerkopf, Laibacher Eissalat u. a. m. Als Treibsalat z. B. sind Kaisers Treibsalat und Milly Treib zu empfehlen. Während des Wachstums muß der Salat stets feucht gehalten, daher auch fleißig begossen und zur Stärkung wiederholt mit guter vergorener Jauche oder mit Dungwasser reichlich versehen werden. Bei dem ins Mistbeet gepflanzten Salat dürfen aber die Fenster erst aufgelegt werden, wenn es kälter wird oder wenn anhaltendes Regenwetter bevorsteht, damit der Salat weder von der Kälte noch von großer Nässe Schaden leidet. Sobald aber mildes, trockenes Wetter eintritt, müssen die Fenster wieder entfernt oder doch tagsüber gelüftet werden. Schlechte, faule Blätter müssen immer sogleich entfernt werden, damit sie nicht andere anstecken. —r.

## Tierzucht.

### Unentbehrliche Beigaben zur Fütterung des Geflügels.

Nebst dem gewohnten Weich- und Körnerfutter, das wir unsern Hühnern, Enten, Tauben, Gänsen &c. täglich verabreichen, erfordert deren richtige Ernährung und gute Futterausnützung auch noch gewisse Zugaben, die zwar wenig oder keinen Nährwert und Nährstoffgehalt besitzen, die aber doch zur richtigen vollständigen Verdauung der gereichten Futtermittel unentbehrlich sind. Unter diesen so notwendigen Zusätzen verdient in erster Linie das Kochsalz erwähnt zu werden. Von allen mineralischen Stoffen ist dies der einzige, der dem Organis-

mus direkt zugeführt werden kann. Bei allen andern mineralischen Stoffen ist dies nicht möglich, einzig bei der Phosphorsäure, die entweder in flüssigem Zustande dem Trinkwasser und Weichfutter beigemischt werden kann (in 1 Liter Wasser genügen 3—4 Tropfen davon) oder in Form von Knochenschrot oder von sogen. Futterkalk dem Weichfutter beizumischen ist. Regelmäßige Salzbeigaben (pro Huhn eine kleine Messerspitze voll täglich) erhöht beim Nutzgeflügel Appetit, Verdauung, den Stoffwechsel und die Legetätigkeit; beim Mastgeflügel wird der Fleischansatz dadurch sehr günstig beeinflußt, auch der Gesundheitszustand der Tiere ist ein besserer.

Eine ebenso notwendige Futterzugabe, wie Salz und Knochenschrot, ist auch das sogen. Grit und Mauerkalk oder zerstoßene Eierschalen zur Bildung der Schalen für die zu legenden Eier. Wo die Hühner täglich freien Auslauf haben im Hofe, Garten, Feld und Flur, sind diese beiden Zugaben nicht gerade nötig, das Huhn verschafft sich diese dann selbst. Müssen die Tiere aber eingeschlossen gehalten werden, sind Grit und Kalk unbedingt im Weichfutter zu verabreichen oder auch sonst in den Geflügelstall zu bringen, damit die Hühner, Tauben etc. nach Bedarf davon picken können. Unter Grit versteht man kleine, eckige Steinchen und grobkörnigen Sand. Die im Kropf der Tiere erweichten Futtermittel gelangen mit dem Grit in den Magen und von diesem in die Gedärme, wo sich beide fortwährend aneinander reiben und auf diese Weise vollzieht sich die Verdauung des Futters. Zur Fernhaltung von Seuchen löse man auch öfters etwas Eisenvitriol im Trinkwasser der Tiere auf und zerstoße ihnen eine Holzkohle unter das Weichfutter. —r.

## Frage-Ecke.

### Antworten.

64. Ich betrachte Ihre Art der **Gemüsezubereitung** auch als gut; sie hat sich in unserm Haushalt bewährt und immer schmackhafte, nährende Gerichte ergeben. Ich bin der Ansicht, daß Fett, längere Zeit mit dem Gemüse gekocht, dazu beiträgt, diesem seinen Wohlgeschmack zu erhalten. Ich beobachte, daß in sehr vielen Haushaltungen das Gemüse, z. B. die Bohnen, sehr fade gekocht und viel zu kurze Zeit auf dem Feuer gelassen werden. Überhaupt — wie wenige Frauen verstehen gut zu kochen, d. h. die Nähr- und Geschmackswerte aus den Nahrungsmitteln herauszuholen! Hausfrau.

65. Das einzige, was Sie machen können, ist die **Voilekleider** ganz leicht zu stärken und sie hie und da noch ein wenig aufzubügeln. Es gibt so viele andere Stoffe, die in jeder Hinsicht viel praktischer wären als Voile. Tessinerin.

66. Sofern die **Rosen** bisher gesundes, kräftiges Wachstum zeigten, können sie auch noch nach mehrjähriger Kultur umgepflanzt werden, besonders die Damaszenerhybr., Moosrosen, Bengalrosen und Zentifolien. Wo der Boden genügend feucht und der Standort vor rauhen Winden geschützt ist, sei die Herbstpflanzung (Mitte bis Ende Oktober) vorgezogen; doch ist gute Bodendecke mit strohigem Dünger neben Reisigdecke anzuraten; ebenso im Frühjahr starker Rückschnitt. M. H.

67. Eine Anfrage bei dem Lieferanten würde das Beste sein — es wird diesem nicht gleichgültig sein, wenn Ihr **Inlaidteppich** sich nicht bewährt. Etwas empfindlich sind sie alle, aber der Umstand, daß das Muster gut erhalten bleibt, macht sie doch wertvoll. L. in Z.

68. Lassen Sie sich durch Buchhandlung oder Samenhandlung Müller oder Mauser in Zürich folgende **Garten-Bücher** vorlegen: J. Böttner, „Gartenbuch für Anfänger". Harry Maaß, „Wie baue und pflanze ich meinen Garten?" M. Heßdörffer, „Taschenbuch für Gartenfreunde". Gewiß werden Sie da den passenden Führer finden. M. H.

### Fragen.

69. Unsere **Gartenbäume** leiden sehr unter den Ameisen und Baumläusen. Die Läuse zerfressen die Bäume und die Ameisen nähren sich scheinbar von ihnen. Unter einem Baume befindet sich ein Ameisenhaufe. Könnte mir jemand aus dem werten Leserkreise ein Mittel gegen diese Plage nennen, ohne daß es den Bäumen schadet? Im voraus besten Dank. Frau B.

70. Was für eine ganz billige Schrift, die Anleitung zur Herstellung von **Selbstkochern** gibt und Kochrezepte enthält, könnte man mir zur geschenkweisen Abgabe empfehlen? Ich beobachte immer wieder, daß dieser so nützliche Helfershelfer in der Küche noch viel zu wenig bekannt ist und gerade bei Frauen fehlt, die sehr stark in Anspruch genommen sind und ihre Kräfte schonen sollten. F. in Z.

71. Wie behelfen sich Hausfrauen, die ohne **Keller** wirtschaften müssen — freilich mit sehr kleiner Familie? Ist es überhaupt möglich, sich ohne einen solchen zu behelfen? Die Aufbewahrung von Speisen, Wintervorräten etc. macht doch einen Keller ganz unentbehrlich. Haben Hausfrauen im Leserkreis des „Ratgebers" das Kunststück, ohne solchen Aufbewahrungsraum zu wirtschaften, schon vollbracht, und wie haben sie sich dabei eingerichtet? Unschlüssige.

□