Zeitschrift: Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung,

Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur,

Gartenbau und Tierzucht

Band: 31 (1924)

Heft: 13

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: 09.07.2025

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber

Schweiz. Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinderund Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Cierzucht :: Beilage zum "Schweizer Frauenheim".

Redaktion: Lina Schläfli, Zürich

Verlag: W. Coradi-Maag, Zürich

Abonnement&prei8:

Jahrlich Fr. 4. —, halbjahrlich Fr. 2. —. Abonnements nimmt die Expedition, Schontalftrage 27, entgegen.

Mr. 13. XXXI. Jahrgang.

Erscheint jährlich in 24 Nummern

Bürich, 19. Juli 1924.

Auf alle Höhen, da wollt' ich steigen, zu allen Tiesen mich niederneigen, das Nah' und Ferne wollt' ich erfünden, geheimste Wunder wollt ich ergründen. Nun sind umschlossen im engsten Ninge, im stillsten Herzen weltweite Dinge.

Bilbelm Raabe.

Unsere Rüche zur Sommerszeit.

(Rachbrud berboten.)

Unser Bedürsnis nach Nahrung ist im Sommer geringer als im Winter. Das haben wir gewiß alle schon an uns selbst erfahren; und die Vorschrift, aufzuhören, wenn es am besten schmeckt, hat für den Sommer ihre ganz bestonders segensreiche Bedeutung.

Der wesentlichste Teil der Rörperwärme ist die Nahrung. Die Sommerhitze entbindet den Rörper wesentlich von der Erzeugung der Eigenwärme, und schon darauß folgt, daß der Mensch in der heißen Jahreßzeit eine weit geringere Zusuhr von Wärme durch die Nahrung bedarf als in der kalten. Manchervergossene Schweißtropsenwäre überslüssig, wenn wir in den heißen Tagen unsere Nahrung nicht nur richtiger wählen, sondern auch im Essen und Trinken vorsichtiger wären.

Wir müssen zur Sommerszeit dafür Sorge tragen, daß "der ganz besondere Seft" wie Goethe den roten Lebenss quell genannt hat, dünnflüssig bleibt. Es sind also zu meiden: Schwere

Fleischgerichte, sette Saucen, starke Fleischbrühen und alkoholische Getränke. Dafür halte man sich an grüne Gemüse, Rompotte, Milch, Obst, trinke Fruchtsäste, Buttermilch usw. Fleische brühe soll im Sommer unbedingt da wegfallen, wo durch Urbeit oder Krankeheit kein dringendes Bedürfnis vorliegt. Un deren Stelle serviert man östers die bekannten und beliebten Kaltschalen, eine Urt kalter Suppen von Obst, Milch, Buttermilch etc.

Die Raltschalen bestehen aus Obst und Obstsäften, auch mit Brot, Zwieback, Reis, Sago und dergl. zubereitet. Zur Wilchkaltschale verwendet man Weiß= oder Schwarzbrot, Beerenfrüchte, einen Zusak von Zimt, Vanille usw.

Was den Fleischgenuß zur Com= merszeit anbelangt, foll derfelbe möglichft beschränkt werden. Allzuviel Fleisch verurfacht ein vermehrtes Durftgefühl. Man bevorzuge kleine, rasch bereitete Fleischgerichte, unter denen das Geflügel die leichtesten und beliebtesten liefert. Suppenhühner bieten in mancherlei Gestalt willkommene, abwech8= lungsreiche Gerichte. — Eine sehr beliebte Sommerspeise für Erwachsene sind frische Fische. Da ist einer vor allen, der seinen Weg auf den vornehmsten wie auf den ärmsten Sisch findet und überall gern gesehen ist — der Hering mit neuen Kartoffeln als Zugabe. Undere billigere Sorten sind Schell= fisch, Egli, Rarpfen usw. Bezüglich

ihres Nährwertes nehmen die Fische nach der Nahrungsmittellehre eine Mittelstellung zwischen Geflügel und Siern ein. Sinzelne Urten, wie Lachs und Schollen kommen sogar in Gehalt an Stickstofssubstanz dem Rindsleisch gleich.

Was nun unsere Sommergemüse angeht, da bietet sich wirklich ein Reich= tum ohnegleichen. Welch ein wichtiger Faktor inbezug auf Ernährung, Verdauung, Blutbildung und Säftereinigung grünes Gemuse ist, kann nicht oft genug betont werden. Es würde zu weit führen, hier alle aufzuzählen, auch die einfachste Hausfrau kennt sich hier au3. Eine Hauptrolle in der Rüche der Sommerszeit spielen die Salate, nur sollten sie richtig und mit etwas Nährstoffen zubereitet Unsere hochentwickelte Rochkunst gibt der ehemals so eintönigen Pflanzentost Formen, die auch großen Unsprüchen an Abwechslung und Wohlgeschmad genügen, oft aber auf Rosten des Nährwertes. So erkennt die moderne Rüche oft nicht den Zweck unserer Salate, die doch der Blutreinigung und Säftebildung dienen sollen, und behandelt sie stiefmütterlich. Und doch ist das richtige Salatanmachen eine Runst, vielleicht die größte unter allen Roch= fünsten.

Noch viel zu gering geschätt wird der bedeutende Nährwert der Pilze, von unseren ersten Frühlingspilzen Lorchel und Morchel an bis zum herbstelichen Reizker, dem letzten unserer Pilze. Ein gutes Pilzgericht mit neuen Raretoffeln macht das Fleisch entbehrlich.

Von den verschiedenen Milchgerichten will ich hier nur die sogenannte dicke, saure oder gestandene Milch erwähnen, die mit geriedenem Schwarzbrot, Zucker und Zimt für viele nicht nur eine Delikatesse, sondern auch eine kühlende und nahrhafte Abendmahlzeit bildet.

Un heißen Sommertagen sind alle diese Speisen eine prächtige und ges sunde Abwechslung der schweren Fleischstoft. Nur vergesse die Hausfrau nicht,

von diesen köstlichen Gaben des Sommers, die im Überflusse vorhanden sind,
auch etwas für die späteren Tage zu
retten, wo die Gaben nicht mehr so
reichlich sließen. Obst für Rompotte
und junge Gemüse können wir dank
guter Sterilisierversahren für den Winter
frischhalten. Und haben wir in dieser
Zeit auch unsere eingekellerten Wintergemüse, so ist doch ein junges, eingewecktes Gemüschen, ein Rompott aus
Sommersrüchten ein wahres Labsal in
der Zeit der trockenen Hülsensrüchte
und der ausgespeicherten Rellergemüse.

Die Verwendung unserer Beerenfrüchte.

- (Hachbrud berboten.)

Bieten uns die Früchte im allges meinen eine ganz erstaunliche Vielsseitigkeit und äußere Verschiedenheit, ist dies ganz besonders von den Bees renarten zu bemerken. Diese lassen sich in zwei Gruppen einteilen, in die echten und unechten Beerenarten. Zu ersteren gehören: Erds, Hims, Broms und Maulbeere, zu den unechten: Staschels, Johanniss, Heidels, Preißels, Hoslunderbeeren. Un Zucker enthält die Stachelbeere am meisten, nämlich:

Bucker		Freie Saure
8, 6	Stachelbeere	1,4
6,7	Johannisbeere	
6,6	Erdbeere	1,1
5,8	Brombeere	0,6
5.4	Himbeere	1,5

In Johanniss, Stachels, Erds und Himbeeren findet sich Apfelsäure in Verbindung mit Zitronensäure, letztere ist überwiegend in Preißels und Himsbeeren, Weinsäure in den Holundersbeeren. Der saure Geschmack der Früchte, der so angenehm wirkt, wird nicht allein durch die Menge der vorhandenen freien Säure bestimmt, sondern auch durch den Grad, in welchem die Säure durch den daneben von der Natur mitgegebenen Zucker verdeckt wird. Die

Früchte werden während der Reise und der Nachreise immer süßer und damit nimmt die Säuremenge wirklich ab, bei gleichzeitiger Bildung süßester Zuckerarten des Frucht= und Trauben=

zuckers.

In Jahren der Mißernte, wenn fast alle andern Früchte sehlschlagen, gibt es doch sast immer viele Beerenfrüchte, wenigstens die eine oder andere Urt. Der Erntereichtum ist denn oft so groß, daß wir niemals alle roh essen könnten und froh sind über die Ausbewahrungs möglichkeiten, die auch für Beerensfrüchte speziell recht vielseitig sind. Vor allem gilt es da durch geeignete und vorsichtige Ronservierung den vollen Fruchtgeschmack und das spezisische Aroma, die gerade den Beerenarten eigen sind, zu erhalten.

Unreife Stachelbeeren, Preigelbeeren, Berberiken können roh in Flaschen, mit oder ohne Wasserzusak, eingemacht werden und erhalten sich auf diese ein= fachste Urt sehr gut. Es können aber für diese Ronservierungsmethode nur die genannten Beerenarten in Betracht kommen, da sie eine chemische Säure enthalten (Benzoëfäure), die für sich fonservierend wirkt. Die Berberite, auch Sauerdorn oder Essigbeerstrauch genannt, ist von saurem Geschmack und eignet sich ganz vortrefflich zur Mi= schung mit andern Früchten, was besonders den Marmeladen ein gang feines Uroma verleiht. Der Berberikensaft wird an Stelle von Zitronensaft verwendet. Die Beeren werden hier= für abgestielt und geprekt oder gedämpft, der Saft bis zum nächsten Tag stehen gelassen, dann vorsichtig vom Bodensak gegossen und in saubere Flaschen gefüllt. Diese läßt man 14 Tage offen an der Sonne stehen zur Gärung, vertortt später und bewahrt sie an fühlem Ort auf.

Beim Sterilisieren der Beerenarten ist langsame Sterilisation zu empfehlen. Erd- und Himbeergläser werden im Topf am besten ganz unter Wasser ge-

stellt, um die Farbe mehr zu erhalten. Bei Erdbeeren, die auch bei der sorg= fältigsten Sterilisation etwas von ihrer schönen Farbe verlieren, empfiehlt sich eine Zugabe von 1—2 Löffel Himbeersaft. Uus allen Beerenarten lassen sich herrliche reine Fruchtsäfte herstellen, besonders wenn sie gedämpft und nicht, wie früher üblich, gepreßt werden. Die Firma Weck hat lettes Jahr einen Fruchtsaftgewinner in den Kandel gebracht, der zugleich auch als Gemüse= dämpfer verwendet werden kann und mit welchem in fürzester Zeit 5 Ra. Beeren gedämpft und gleichzeitig Saft gewonnen wird. Dieser ist vollständig flar, kann mit oder ohne Zucker in Flaschen sterilisiert werden und hat den feinen Fruchtgeschmack und das volle Aroma der betreffenden Beerenart. Der Rückstand wird zu Mus oder Mar≈ melade verwendet, wofür sich Mischun= gen von sauren und süßen Beerenarten Bur Konfiturenbereitung empfehlen. eignet sich die Methode, bekannt unter dem Namen Schüttelbeeren, am besten; da der Zucker bei der kurzen Rochzeit (5 Min.), die Arbeit des Konservierens übernimmt, muß dieser in richtigem Maß vorhanden sein; gewöhnlich je nach Reifegrad und Säuregehalt der Beeren auf ein Rg. Früchte ein Rg. Zucker. Auch für die Bereitung von Gelees empfiehlt sich das Dämpfen der Beeren und ist dem Aufkochen im Wasser und nachherigem Pressen vor= zuziehen, da das Gelee klarer wird. Gelee soll kurz gekocht werden, bei richtiger Zubereitung hat man in 5—8 Minuten ein schönes festes Gelee, bei gutem Feuer und raschem Rochen! Im weitern können die Beerenfrüchte zu Sirup, Limonade, Beerenweine, queur, als Tutti-frutti, in Zucker ein= gemacht, Preißelbeeren und Berberigen in Essig und Zucker oder Senf und Zucker verwendet werden, also recht vielfache Aufbewahrung&möglichkeiten.

Die eingemachten Beeren in Form von ganzen Konferven oder als Frucht=

faft lassen sich auf mannigfaltige Art bereiten, als: Rompott, Fruchtsuppen und Breie, als Saucen und Cremen oder Glasuren zu Torten, zu Flamme= ris, Ausläusen und Puddings, zu Ba= varoises und Früchtesalat, zu Frucht= kuchen und Törtchen, zu Schnitten und Croquettes, zu Früchte=Eis, Sorbet und Bowlen. — Hier noch einige Rezepte:

Holunder=Limonade.

1 Kilo Zucker, 7¹/2 Liter Wasser, zwei zersschnittene Zitronen, ein Büschel Holunderblüten. Die Masse wird durcheinander gerührt und 48 Stunden stehen gelassen. Dann füllt man die Flüssigkeit in Flaschen, verkorkt und bindet fest zu, läßt sie an der Sonne stehen, bis die Limonade perlt, und stellt sie dann in den Keller.

Guter Sirup, aus allen Beerenarten 3
311 bereiten. In 2 Liter Wasser werden 40 Gr. Weinsteinsäure aufgelöst und damit $2^{1/2}$ Kilo Beeren übergossen. Man läßt diese 24 Stunsben leicht bedeckt stehen, schützet sie dann auf ein Filtriertuch oder ganz seines Sied und läßt ablausen. Auf 1 Liter Sast rechnet man 1 Kilo Zucker, mischt diesen unter den Sast, rührt zuweilen darin und läßt ihn stehen, bis die Flüssigfigkeit klar ist. Man füllt sie in Flaschen, die mit einem leichten Leinentuch verbunden werden. Der Sast wird nur klar, wenn nicht gepreßt wird. Die Ausbewahrung soll an einem kühlen Ort geschehen.

Vortrefflicher Fruchtauszug aus Johannis= und himbeeren

nach Escoffier. 375 Gr. rote und weiße Johannisbeeren werden mit 125 Gr. guten, reifen Himbeeren durch das Haarsieb gestrichen, das man auf einer großen Schüsselplaziert hat. Dem erhaltenen Saft wird ½ Liter filtriertes Wasser, 180 Gr. Zucker und einige Eisstücke beigegeben, während 20 Minuten möglichst kalt gestellt und von Zeit zu Zeit darin gerührt, damit der Zucker gut zergeht. (Sehr gut auch von Erdbeeren mit Johannisbeeren oder Zitronensaft.)

Simbeer=Effig

für Limonaden oder als Zusatz zu verschiesbenen Fruchtspeisen zu verwenden. Auf 1 Kilo Himbeeren ca. 3/4 Liter Weinessig und 500 Gr. Zucker. Die Beeren werden zerstampft, mit dem Essig fünf Tage lang bei wiederholtem Umrühren hingestellt, durch das Filtriertuch gepreßt, mit dem Zucker 15 Minuten lang gestocht, geklärt und in Flaschen gegossen in der Rühle ausbewahrt.

Anmerkung. Die Verfasserin ist auf Wunsch gerne zur Mitteilung von Rezepten zum Einmachen etc. bereit.

Glacebereitung im Haushalt ohne Eismaschine.

- (Rachbrud berboten.)

Nach einem bescheidenen Festessen im Familienkreise kann man mit einer Glace gewöhnlich große Freude ma= chen, besonders an heißen Tagen. Sie läßt sich leicht im Haushalte selbst her= stellen. Man braucht dazu eine Glace= form und einen Rübel oder sonst ein großes Gefäß, das aber höher sein muß, als die Form und nicht gar zu weit, da man sonst zu viel Eis braucht. Hat man keine Glaceform, so genügt auch eine aut verschließbare, reine runde Büchse, die aber höchstens 10 cm Durch= messer haben sollte. (3. B. Ovomaltine= büchsen.) Da die Glace aus den Büchsen feine besonders schöne Form bekommt, fann man sie nach dem Stürzen nach Belieben etwas garnieren. — Die nach= stehende Vanillecreme wird in die Form oder Büchse eingefüllt, (es ge= nügt, wenn ungefähr ein Em. freier Raum bleibt bis zum Rand) ein weißes Papier oben drauf gelegt und die Form mit dem Deckel möglichst gut verschlossen. Nun belegt man den Boden des Rübels mit fleinen Eisstückchen und Rochsalz, so fest und schnell als möglich hinein= gestopft, bis die Form auch oben gang mit Eis und Salz zugedeckt ist. Oben= auf legt man einen Emballagesack oder einen alten Teppich als Decke, damit das Eis weniger schnell schmilzt. Der Rübel wird nun vier Stunden in den Reller gestellt, dann ist die Glace durch= gefroren und fann gestürzt werden. Geht sie nicht aus der Form, so hält man diese eine Sekunde in warmes Wasser, wonach sie leicht herausgeht.

Auf die Schüssel wird eine zusams mengefaltete Theeserviette gelegt, bevor die Glace darauf kommt, da diese sonst beim Abschneiden rutschen würde. — Man braucht ziemlich viel Eis, da die Form gut und ohne Lücken auf allen Seiten damit zugedeckt sein muß. Das zwischen streut man überall Salz, im

Ganzen etwa 1/2 Rg. Eis bekommt man in den Bierbrauereien.

Banilleglace = Rezept.

4 Eier, 200 Gramm Bucker, 1/2 Liter Milch, 1/2 Liter Rahm, ein Stud Vanillestengel. Die Eier werden ungeteilt mit dem Zucker gut geschwungen, die Milch mit der Vanille getocht und unter beständigem Schwingen siedend an die Eier geschüttet. Alles nochmals aufs Feuer gesett und weiter geschwungen, bis die Masse anfängt zu kochen; dann wird sie vom Feuer genommen und gerührt, bis sie kalt ist. Aun wird der steif geschwungene Rahm darunter gezogen und der Vanille= stengel herausgenommen, die Creme in die Form eingefüllt und diese ins Gis gestellt, wie oben angegeben.

Haushalt.

Batiste und Spigentragen, weiße Westen und ähnliche duftige Rleidergarnituren

sind nur dann ein Schmuck der Frauenklei= dung, wenn sie in schneeiger Weiße prangen. Gie sollten deshalb stets getrennt von der anderen Wäsche gereinigt werden. Wichtig ist bei ihnen das sorgsame Vorrichten zum Waschen. Für Spiten nimmt man in Ermangelung eines "Spikenwäschers" eine mit Wasser gefüllte Flasche zu Hilfe, umhüllt sie mit einem Stud altem Leinen und heftet auf diefes die Spike mit großen Stichen glatt auf. Alle anderen Batist-, Mull- und Chiffonsachen legt man einmal zusammen, durchheftet sie ebenfalls und bringt sie nun in kaltem Wasser langsam zum Rochen, dem man auf drei Liter ein nufgroßes Stud zerschnittene Rernseife beifügt. Bei nur zehnminutenlangem Rochen erfolgt gründliche und unschädliche Bleiche der zarten Gewebe und es bedarf dann nur noch forgfamen Spulens oder Cremens der Spiken, um sie nach triefend naffem Aufhängen in der Sonne in schneeiger Weiße erstrahlen zu feben. Wichtig ist, daß sie gut eingesprengt einige Stunden bor dem Bugeln durchziehen und fo lange gebügelt werden, bis auch die Nahtränder völlig trocken sind. Darin liegt das Geheimnis des guten Erfolgs der Reinigung in Waschanstalten, bei denen befanntlich jedes Stud wie neu angefertigt erscheint.

Buntfarbige Sommerkleider leicht und fledenloß zu reinigen.

Der beim Drogisten erhältliche Rleiderleim, den man dazu verwendet, muß am Abend zu= vor zerklopft und in reinem, kaltem Wasser eingeweicht werden. Um nächsten Morgen wird er auf kleiner Flamme gekocht, damit er nicht überschäumt, da er sonst an Gute verliert, darauf löffelweise dem Spulwasser je nach dem gewünschten Grade der Steife, die man erzielen will, beigefügt, diefes gut umgerührt, und die bunie Wasche darin leicht gestärft. Nach dem Erocknen zeigt diese einen der Appretur ähnlichen Griff und nach dem Bügeln einen schönen, nicht zu starken, fleckenlosen Glanz.

Schwaben zu vertreiben.

Man verschaffe sich gang feingeriebenen trockenen Borar und stäube ihn in alle Rugen, Rigen und Eden, wo sich dieses Ungeziefer zeigt. Um nächsten Tage wasche man mit ftark borarhaltigem Wasser Dielen und Regale ab, an denen sich die Tierchen zeigen, und wiederhole am dritten Tage das Verstäuben von Trockenborag. Meist ist keine weitere Unwendung notwendig, um die Plagegeister zu entfernen.

Roch=Rezepte.

Alfoholhaltiger Bein tann ju fußen Speifen mit Borteil durch altoholfreien Bein ober mafferverbunnten Sirup, und an fauren Speifen burch Bitronenfaft erfest werden.

Prinzeß=Suppe.

20 Gr. Fett, 50 Gr. Hafermehl, 11/4 Liter Wasser, Salz, Brotklößchen. Im heißen Fett röstet man das Hafermehl leicht an, löscht mit Wasser sorgfältig ab, kocht die Suppe 3/4—1 Stunde und richtet sie über gebackene Brotflößchen an.

Gebackene Brotklößchen. 60 Gr. Brot, 1 Löffel Milch, 1 Ei, Sal3, Brösmeli, Backfett. Die Brotkrume wird in kalter Milch einge= weicht, ausgedrückt und mit dem Ei und Salz zu einem feinen, ziemlich festen Brei vermengt. Man formt davon kleine Rügelchen, wendet fie in Brösmeli und backt fie schwimmend im heißen Fett.

Gedämpfte Fischfilets.

1 Rilo Fisch, Salz, Pfeffer, Zitronensaft, 40 Gr. Butter, gehackte Petersilie, 30 Gr. Brösmeli. Die rohen Fische werden ausgenommen, geshäutet, Flachsische (Scholle, Rotzunge) vom Schwanz zum Ropf, andere Fische, wie Schellstein Galbarich usw nam Pörfer ichnes nach fisch, Goldbarsch usw. vom Rucken schräg nach hinten. Man löst sie sorgfältig von den Gräten und schneibet die Fischhälften in gleichmäßige Bierede. Diese Fischfilets werden, nachdem fie gesalzen und gepfeffert und mit Zitronensaft beträufelt sind, in eine gebutterte, feuerfeste Form gefüllt, mit Brosmeli besiebt, mit feingehactter Beterfilie bestreut, mit Butterstücken belegt und 20-30 Min. im Ofen gedämpft.

"Rochbuch der Roch- u. Haushaltungsschule Winterthur."

Gebadenes Rindfleifch.

Ubriggebliebenes gesottenes Rindfleisch schneidet man in dunnere Scheiben, bestreicht jede mit einigen Tropfen Suppenwürze, Salz und Pfeffer, paniert sie in Ei und Stogbrot und brät sie dann rasch in gefetteter Pfanne.

Tomaten mit Spiegeleiern.

Die Tomaten werden quer durch in Hälften geschnitten, die Kerne herausgenommen und die Früchte, mit Salz und Pfeffer bestreut, ca. 1/2 Stunde langsam in Butter gedünstet. Dann richtet man sie sorgfältig mit einem Löffel auf einer erwärmten Platte an und gibt eine beliebige Anzahl inzwischen bereiteter Spiegel= eier darauf. Die zurückgebliebene Sauce wird durch ein Sieb passiert, eventuell noch durch eine fleine Zugabe von Bouillon oder Suppenwürze gefräftigt und über die Speise gegossen oder ertra dazu ferviert.

Tomaten=Galat (mit Gurke).

Der Tomatensalat wird am besten nur mit Galz, wenig Zwiebel, Öl und etwas faurem Rahm angemacht. So wird er vom schwächsten Magen vertragen. Er wirkt durch den vielen Saft, der nicht weggegoffen werden foll, fost= lich erfrischend. Statt Essig kann allenfalls etwas Zitronenfaft verwendet werden. Zur Abwechslung kann man auch eine Gurke unter den Tomatenfalat mischen, was sehr fein schmeckt.

Gebratene Kartoffelschnitten mit Süßbutter=Sauce.

Die Rartoffeln werden mit den Schalen in Salzwasser gefocht, dann warm geschält und in dicke, große Scheiben geschnitten, in Butter oder Fett mit oder ohne gehactte Petersilie und dem nötigen Salz schön gelb gebraten, dann schön regelmäßig treppenartig angerichtet und mit einer nicht zu dicken Güßbutter-Sauce übergoffen ferviert.

S. Senn, "100 Rartoffelspeisen".

Riridentuden.

4-6 Mildbrötchen, 4 Cier, 250 Gr. Zuder, 250 Gr. Mandeln, etwas Butter, 1 Rilo Rirschen. Die Milchbrötchen werden gut in Milch eingeweicht und verrührt, Buder und Eigelb dazu gegeben, ebenfo die gewiegten Mandeln und ausgesteinten Rirschen, und zulett das geschwungene Eiweiß darunter gezogen. Die Masse wird in eine gut mit Butter ausgestrichene Ruchenform gefüllt und schön glatt gestrichen. Dann bestreut man fie mit geriebenem Brot und kleinen Butterstücken und bäckt sie eine halbe Stunde im Ofen. — Will man etwas Butter unter die Ruchenmasse mengen, so muß sie zuerst schaumig gerührt und mit den Eigelb und Bucker vermischt werden, bevor die andern Zutaten dazu kommen.

Einfache Beidelbeerspeife.

Man toche die Beeren ohne Waffer, nur mit Buder und etwas Bimt, gebe fie über geröstete Weißbrotschnitten oder Zwieback in eine Schale und serviere kalt.

Bimbeer=Creme (ungefocht).

Man zerdrücke 1 Liter Himbeeren mit einem Löffel und treibe sie mit 1/8 Liter süßem Rahm durch ein Sieb, so daß die Rerne zurückleiben; reibe dann eine Zitrone an 125 Gr. Zuder ab, gebe ihn, fein gestoßen, zu der Himbeermasse, gieße sie in eine Schale, stelle sie falt und garniere vor dem Gervieren den Rand mit ausgesucht iconen himbeeren.

Pröpper, "Das Obst in der Rüche."

Eingemachte Früchte.

Spanische Rirschen.

1 Rilo Rirschen (mit den Steinen, doch ohne Stiele gewogen), 200 Gr. Zucker, 3 Gr. Bimt, 3 Gr. Nelfen, 4 Eglöffel ftarfer Wein-

effig, 4 Eglöffel Waffer.

Der Zucker wird geläutert, dann gibt man den Effig und die Gewürze in einem Beutel dazu und schmort die Kirschen partienweise Sind alle Rirschen weich, focht darin weich. man den Saft didlich ein, gibt die Rirschen wieder dazu und rührt, bis fie fich wieder füllen. Dann füllt man sie in erwärmte Steintöpfe ober Gläser, legt ein rumgetränktes Papier darauf und bindet zu. Vorteilhaft ist es, den Saft nach 8 Tagen abzugießen, aufzukochen und abgekühlt wieder über die Rirschen zu gießen.

"Rochbuch der Roch= u. Haushaltungsschule

Winterthur."

Nohannisbeer-Ronfitüre

(fog. Schüttelbeeren).

Die Beeren werden mittelft einer Gabel abgestreift, gewaschen und zum Abtropfen auf ein Sieb gelegt. Auf 1/2 Rilo Beeren wiegt man 400 bis 500 Gr. Zuder ab. Beides wird jusammen lagenweife in einer Schuffel ver= mischt, über Nacht stehen gelassen, in einer Meffingpfanne auf dem Feuer geschüttelt, bis es zu fochen beginnt. Man lägt bie Beeren 10 Minuten kochen und füllt sie in Gläser. Gut ist es, wenn man auf einmal nicht mehr als 1/2 Kilo bereitet, weil es sonst leicht anbrennt. Auf ähnliche Weise behandelt man himbecren, Brombeeren, Beidelbeeren (je 375 Gr. Zucker), Erdbeeren (1/2 Kilo Zucker).

Früchte im Dunft.

Kirschen, Mirabellen, Aprikosen, Pfirsiche, Zwetschgen, Pflaumen, die man ganz einfüllen will, werden vorher roh abgerieben, mit einer Nadel einigemale bis auf den Stein gestochen, in einem dunnen Zuckersirup gekocht (auf

1 Liter Wasser 200 Gr. Zucker) bis bei 1 oder 2 Stücken die Haut springt; dann ziehe man sie heraus und fülle sie samt dem gut passierten Sirup in Gläser. Gewürz kann nach Beslieben beigefügt werden. Rochzeit 20 bis 25 Minuten. Die Früchte können ganz oder gesteilt, geschält oder ungeschält eingefüllt werden.

Spitwegerichfaft.

Gesammelter Spitzwegerich wird mit Wasser bedeckt weichgekocht und auszepreßt. Der Sast, der ganz dunkel ist, wird mit dem gleichen Gewicht an Zucker sirupartig eingekocht. Er ist gegen Husten ein vorzügliches Mittel, das man kasseelösselweise nimmt.

Bilge.

Alle eßbaren frischen Vilze (Schwämme) werden gut gewaschen, gesäubert, wenn nötig zerkleinert und mit wenig Salz auf kleinem Feuer zugedeckt geschüttelt, bis sie Saft ziehen, was schon in 1/4 Stunde geschieht. Dann füllt man sie in Gläser, verschließt und sterilisiert sie 11/2 Stunden.

Gesundheitspflege.

Ausspannen.

Die Urlaubs- und Ferienzeiten haben sich immer mehr eingebürgert. Der Sommer ift ja wie keine andere Jahreszeit geeignet, den abgespannten Aerven neuen Schwung zu verleihen. Welch reinen, gesunden Genuß bietet ein Gang im Morgenglang durch Wiefe und Felder, oder eine Mittagsruhe im fühlen Waldesschatten. Wer Sinn für Aaturschönheiten hat, trinkt immer wieder tausend Freuden aus dem unerschöpflichen Lebensquell der Natur. In freier Gottesluft badet er sich die vom Alltag verstaubte Seele rein, und verjüngt, und neu belebt wendet er sich nach schönen Ferientagen wieder seiner Sätigkeit zu. Die Ferien, die mitten in die Sommerzeit fallen, werden von Erwachsenen und Kinbern mit Freuden genoffen. Wer irgend fann, verbringe die goldenen Tage der Freiheit nicht zwischen Mauern und Häufern, sondern lebe sich aus in freier Natur. hier nur spannt er ganglich aus von den täglichen Geschäften.

Besonders den Kindern gönne man unsetrübte Ferien. Auch sie müssen verhältniss mäßig viel leisten. Die Zeit ist nicht verloren, die der Ruhe, der Freude, dem Ausspannen gewidmet wird, denn der gestärkte Körper, die gesünderen Aerven, der ersrischte Geist leisten nachher dreimal soviel, als wenn sie ununterbrochen in der Arbeitsfron stehen! R. W.

Rinderpflege und eErziehung.

Rünftliche Ernährung.

Als Ersat der Frauenmilch benutt man Ruhmilch oder Ziegenmilch. Es ist von größter Wichtigfeit, daß die Milch von einem sauber gehaltenen, gesunden Viehstand stammt, daß sie in reinen Vehältern gesaßt und vertragen und möglichst rasch nach dem Melken ins Haus geliefert wird. Milch von Rühen, denen Malz gefüttert wird, sogenannte Malzmilch, darf zur Säuglinsernährung nicht benutt werden.

Die Milch soll zu Hause etwa eine halbe Stunde, jedoch nicht länger zugedeckt stehen gelassen werden, damit die Stallverunreinigungen sich an dem Boden des Gefäßes niedersetzen. Dieselbe ist dann sorgfältig abzugießen und sofort abzukochen. Längeres Rochen ist unnötig und unzweckmäßig. Nach dem Rochen soll die Milch in einen gut zugedeckten, sorgfältig gereinigten Topf gebracht und an einem fühlen Ort aufbewahrt werden. Länger als 24 Stunden foll die Milch nicht aufbewahrt werden. Die einmal gekochte Milch soll nicht nochmals gekocht, sondern nur noch in der Trinfflasche selbst aufgewärmt werden. Die Trinkflasche ist nach Gebrauch sofort auf das sorgfältigste zu reinigen. Die gereinigte Flasche wird entweder bis zum Rande mit reinem faltem Waffer gefüllt aufbewahrt, oder umgestülpt trocken gestellt. Wie die Erinfflasche, so ist auch das Saughütchen jedes= mal nach Gebrauch auf das peinlichste zu reinigen und in der Zwischenzeit in einer Tasse mit reinem, kalten Wasser aufzubewahren.

Es sollen nur Trinkflaschen mit Grammeinteilung gekauft werden.

Am 1. Tag wird keine Nahrung verabreicht, am 2. Tag 3 Mahlzeiten, am 3. Tag
4 Mahlzeiten. Vom 4. Tag an 5 Mahlzeiten
in vierstündigen Pausen mit achtstündiger Nachtruhe, also: morgens 6 Uhr, 10 Uhr,
mittags 2 Uhr, 6 Uhr und nachts 10 Uhr.
Uuß "Säuglingsernährung"

von Dr. Amstad.

Gartenbau und Blumentultur.

Umerifanischer Stachelbeermeltau.

Bahlreich eingehende Einsendungen, Unsfragen und eigene Beobachtungen lassen darauf schließen, daß der amerikanische Stachelsbeermeltau immer mehr überhand nimmt und in absehbarer Beit unsere Stachelbeerkulturen zu vernichten droht, wenn die Krankheit nicht energisch bekämpft wird.

Rrankheitsbild: Auftreten von weißen, später braun werdenden filzartigen Überzügen an den Beeren, häusig auch an jungen Triebspiten. In den filzartigen Überzügen befinden sich Sporen oder "Samen" des Pilzes, die die Rrankheit leicht weiter verbreiten. Die befallenen Beeren sind ungenießbar.

Bekämpfung der Krankheit: Die franken Beeren und Triebe find abzunehmen und zu verbrennen, um ein Weiterverbreiten der "Samen" möglichst zu verhindern. Im weiteren sind Winter- und Commerbehandlung zur Befämpfung der Rrankheit notwendig. Winterbehandlung: Bespriten mit Schwefelfalfbrühe. Einige Wochen vor dem Austrieb werden die Pflanzen mit Schwefelfalkbrühe 1:3 (1 Liter Schweselkalkbrühe auf 3 Liter Wasser) bespritt. Von Vorteil ist nebenbei ein Umgraben des Bobens unter Zugabe von 11/2 Rg. Akfalt oder Kalkhydrat per Quadratmeter. Sommerbehandlung: Die Pflanzen sind nach dem Abbluhen, bann ein zweites event. drittes Mal je nach weiteren 14 Tagen, mit Schwefelkalkbrühe 1:50 (ein Liter fäufliche Schwefelfaltbrühe (20 ° Baumé) auf 50 Liter Wasser) zu behandeln. Gewisse Sorten lassen bei der Behandlung die Blätter fallen. Je nach dem Auftreten der Krankheit ist die Winter- und Sommerbehandlung in den folgenden Jahren zu wiederholen.

Die diesjährige Behandlung würde sich auf das Entfernen der franken Teile und nach der Ernte der gesunden Beeren auf die erwähnte Sommerbehandlung beschränken.

Da, wo die Krankheit allgemein auftritt, muß auch eine durchgreifende, alle kranken Pflanzen umfassende Bekämpfung durchgesführt werden, sonst nügen die empfohlenen Maknahmen wenig.

Beim Unkauf von Stachelbeerpflanzen sollten verseuchte Baumschulen übergangen

werden.

Schwefelfalkbrühe (20° Baumé) kann bezogen werden von der Chemischen Fabrik vorm. B. Siegfried in Zofingen, oder von Dr. A. Maag, Chem. Fabrik in Dielkdorf. Die Spriken sind nach Gebrauch sofort gut zu reinigen.

Schweiz. Versuchsanstalt für Obst-, Wein- und Gartenbau in Wädenswil.

FragesEde.

Untworten.

36. Raufen Sie das Büchlein "Buchbins derei im Haushalt" (Verlag von Hachmeister & Thal, Leipzig). Jede Buchhandlung wird es liefern. Obiger Verlag hat fast für jedes Handwerf eine Anleitung herausgegeben. Ich habe an Hand dieser Büchlein schon manche Arbeit selbst besorgt.

39. Die alten Rartoffeln verwende ich meistens zu Büree oder zur Hälfte mit neuen zu Röstkartoffeln. Rartoffelklöhli schmecken noch gut mit einer Vinaigrette (Essig, Öl, Eisgelb, Salz und Schnittlauch gemischt).

ચા. છ.

41. Vielleicht bekommen Sie in einer Drogerie Anweisung zum imprägnieren der Stoffe. Fragen Sie in der Drogerie Wernle A.-G., Augustinergasse, Zürich, an, möglicherweise ist dort ein bezügl. Präparat vorrätig. E.

43. Zum Roheinmachen in Flaschen mit oder ohne Wasserzusatz eignen sich nur: Rhasbarber, Preißelbeeren, Berberitzen, unreise Stachelbeeren und Corneillefirschen, nicht aber Johannisbeeren. In den ersten 5 Früchtearten ist eine chemische Substanz (Benzossäure) enthalten, die eine Haltbarmachung ohne weisteres sichert. Die übrigen Beerenarten und Obstrüchte besitzen diese Säure nicht und müssen deshalb sterilisiert werden, falls man eine richtige Dauerkonserve wünscht. F. H.

Fragen.

44. Ich bin genötigt, einen neuen Petrolapparat anzuschaffen, weiß aber nicht, welchem System der Vorzug zu geben ist, und möchte daher die Leserinnen bitten, mir gütigst ihre Erfahrungen mit Petrol=Vergasern mitzuteilen. Besten Dank.

45. Wie kann man einen zartfarbenen, gemusterten Smyrnateppich, speziell dessen Grundfarbe (rosa) wieder auffrischen? Gibt es hiefür ein Verfahren, das man selbst und ohne große Kosten anwenden kann? Für gütigen Rat dankt Langjährige Abonnentin.

46. Welches Bettfedern = Reinigungs= verfahren ist eher zu empfehlen: die Damps= reinigung oder die Reinigung auf elektrischem Wege? Haben vielleicht Abonnentinnen Ers fahrungen gemacht und sind so gütig, solche mitzuteilen? Zum voraus dankt M.H.

47. Wo könnte man Aloepflanzen beziehen? Es scheint, daß diese selten geworden sind. Ich wünsche eine solche unter meinen Topfblumen zu besitzen. Für gütige Auskunft besten Dank.

Olhannantin am ahann

Abonnentin am obern Zürichsee.

48. Wie kann man sich gute Kenntnisse der eßbaren Pilze aneignen? Man hört immer wieder von Vergiftungen. Sind nicht in der Regel Verwechslungen mit Giftpilzen daran schuld? Oder sehlt es auch an der Zubereitung?

Angstliche.

49. Ist das Rochen in Papier, dort wo man keine Rochkiste aufstellen kann, ebenfalls zu empfehlen? Wie geht man dabei vor? Sind Migerfolge ausgeschlossen? Hanna.

50. Lohnt es sich, so viele Frückte einzumachen, wenn man doch im Honig eine so vorzügliche Beigabe zu Butter und Brot hat? Ist dieser nicht auch als Nahrungsmittel voll wertiger als die Konfitüren? Junge Leserin.