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

Band: 31 (1924)

Heft: 23

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: 02.07.2025

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. 23. XXXI. Jahrgang. Erscheint jährlich in 24 Nummern **Zürich,** 13. Dezember **1924.**

Advent.

Eine Knospe von schneeweißem Schimmer,
Neigst du dich herein in die Zeit.
Aus deiner Ewigkeit
Kommst du doch immer
Wieder zu uns, und wirst geboren, Menschensohn.
Aller Mutterinbrunst heiligster Ton,
Und der Kinderfreude jauchzender Schall
Umklingen das Kripplein im Stall.

Dora Stieler.

□

Weihnachten und wir.

(Nachdruck verboten.)

Wenn uns Hausfrauen kalendermäßig das eine oder andere unserer christlichen Feste naht, denken wir wohl zunächst an die vermehrte Arbeit, die vermehrten Pflichten und Ausgaben, die es mit sich bringt. Diese Aussichten haben oft etwas bedrückendes für uns, die wir doch wahrlich schon genug unter den täglichen Leistungen dieser Art zu leiden haben. Auch die berufstätigen Frauen denken kaum anders, wenn sie von kommenden Festen hören. Sind sie aber endlich erschienen, dann bringen sie ihnen auch Erleichterungen mit, die uns Hausfrauen nur selten und nur vorübergehend fühlbar werden: die Muße- und Feierstunden. Sie, die berufstätigen Frauen, werden, wenn sie nicht gänzlich allein stehen, am Festtage von der Mutter, von Schwestern und Anverwandten umsorgt und umhegt. Wir Hausfrauen dagegen müssen vermehrte Arbeit auf uns nehmen, wenn wir unserer Familie die an Festtagen besonders begehrten, ja diese erst dazu stempelnden Gaumengenüsse bieten wollen.

Sind diese aber die einzige Ausdrucksmöglichkeit unserer Festesfreude? Verlangen nur Zunge, Gaumen und Magen nach verfeinerten Genüssen, nach besonderen Reizen, nach fühlbaren Abweichungen von der Alltagskost? Ist nicht auch unser Herz, unsere Seele voll Verlangen danach, am Fest- und Feiertage mit besonderer „Kost" bedacht zu werden?

Wohl reinigen und putzen wir Hausfrauen unser Heim für ein kommendes Fest, beseitigen Staub und Schmutz, Unordnung und Arbeitsgeräte, die uns an unsere Werktagspflichten, Werktagsstimmung erinnern könnten. Tun wir in der Vorbereitungszeit für das Fest auch alles, um hinwegzuräumen, was unserem Herzen, unserer Seele die Festtagsstimmung beeinträchtigen könnte? Hebbel sagt einmal: „Nicht nur unser Wochentag ist grau, unser Sonntag ist es noch viel mehr und wenn wir uns den Schweiß überhaupt noch abtrocknen und die Feierkleider anziehen, so geschieht es weniger, um einmal aufzujubeln wie ehemals, als uns von der Arbeit auszuruhen, oder wohl gar nur, weil der Kalender und der alte Brauch es vorschreiben!"

Soll auch das Weihnachtsfest für uns nur deshalb eine Ausnahmestellung einnehmen, weil es nun einmal ein alter Brauch vorschreibt? Nein, wir Hausfrauen, die wir den Staub von unsern Möbeln beseitigen, wollen auch alles aus dem Wege räumen, was den befreienden Aufschwung unserer Seele zu lichteren Höhen, die Befreiung unserer Sinne von Alltagssorgen und -Nöten behindert. Wir sind die Seele des Hauses, seien wir auch die Seele der Familie. Wir beherrschen mit unserer Umsicht und Tatkraft das ganze Hauswesen. Kraft dieser sollen und dürfen wir nicht dulden, daß der Alltag zu sehr in unsere Feiertagsstimmung und -Ruhe dringt. Für unsere Familie und für uns sollte der Feiertag dank unserer unermüdlichen und zielbewußten Einwirkung zu der Verinnerlichung beitragen. Sorgen wir Frauen dafür, daß unser Heim festlich aussehe, daß einfache Festgerichte auf unsern Tisch kommen, daß kein Familienglied ohne Weihnachtsgabe ausgehe. Hüten wir uns aber vor dem Übermaß der Anforderungen an unsere Arbeitskraft und suchen wir durch planvolles Vorausdenken, rechtzeitige und gegenseitige Hilfeleistung aller Familienglieder uns Feiertagsstimmung und Ruhestunden auch für die Festtage zu retten. Die Weihnachtszeit soll für uns nicht Fronzeit bedeuten, sondern Aufschwung der Seele, innigeres Zusammenwachsen der schon durch Verwandtschaftsbande Verbundenen. Eine solche Weihnachtszeit wird dann auch auf lange hinaus einen Abglanz auf die kommenden Werktage werfen. E. Th.

□

Die Benutzung des Kochraums im Heizofen.

(Nachdruck verboten.)

Der praktisch eingerichtete Haushaltungs-Heizofen muß mit einem Kochraum versehen sein. Während des Winters läßt sich viel Gas oder anderer Brennstoff sparen, wenn die Hausfrau es versteht, diese Kochgelegenheit richtig auszunützen. In den meisten Fällen wird sie mit dem bereits Bestehenden sich abfinden müssen; wenn ihr aber Gelegenheit geboten ist, bei der Erstellung eines Ofens ein Wort mitzusprechen, so wird sie vor allem darauf dringen, daß sowohl Feuer- als Kochraum von der Küche oder von einem Nebenraum, wenn immer möglich nicht vom Wohnzimmer aus, bedient werden müssen. In diesem wirken die unvermeidliche Staub- und Rußbildung, wie Speise- und Wasserdämpfe besonders störend. Auf alle Fälle soll das sogenannte Kochrohr mit einem Dampfabzug versehen sein. Dieser kann im Nichtgebrauchsfalle mittels einer kleinen Klappe abgeschlossen werden zum bessern Zusammenhalten der Heizwärme.

Die idealste und ausgiebigste Kochgelegenheit bietet der Kachelofen. Suppen, Braten, Mischgerichte, Sauerkraut, Hülsenfrüchte werden darin vorzüglich gekocht. Da bei Kachelofenheizung am Morgen immer noch etwas Wärme vom vorhergehenden Tag vorhanden ist, besonders wenn über Nacht einige in Papier eingewickelte Brikette aufgelegt werden, wartet die Hausfrau, wenn immer möglich, mit Heizen die zum Kochen geeignete Zeit ab. Diese soll aber immerhin auf 2—3 Stunden vor der Mahlzeit angesetzt sein. Kocht man in dem über der Heizung befindlichen Raum, wartet man, bis das Holz zur Hauptsache klein gebrannt, doch noch nicht ganz zusammengefallen ist. Dann ist die richtige Hitze zum braten des Fleisches vorhanden. Der Braten muß im Ofen nicht gewendet werden. Man übergießt das Fleischstück in der Bratpfanne mit heißem Fett, Schweinefleisch und Roastbeef mit heißem Wasser, läßt die Oberfläche gelb werden und fügt dann auf den Boden der Bratpfanne heißes Wasser, womit man auch den Bodensatz abbürstet. Das Fleisch wird jeweilen mit der sich bildenden Sauce übergossen. Wasserzugabe und Über-

gießen des Bratens machen sich ungefähr alle 15—20 Minuten nötig. Dieser soll nur etwa 2 Cm. hoch in der Sauce liegen. Eine halbe Stunde vor Essenszeit zieht man die Glut im Feuerraum etwas auseinander, damit sich im Kochraum vermehrte Hitze bilde, gießt über den Braten einige Eßlöffel sauren Rahm und läßt diesen, ohne auch noch Sauce aufzugießen, gelb werden. Zu diesem Zwecke kann man auch die Bratpfanne direkt in den Heizraum stellen und sie ringsum mit Glut umgeben. Es muß dann ziemlich viel Flüssigkeit am Boden sich befinden.

Suppen und Mischgerichte können zu gleicher Zeit eingestellt werden, doch etwas mehr gegen vorn, während im Heizraum das Feuer bereits etwas nach hinten gestoßen worden ist.

Für Siedefleisch wird das kalte Wasser mit den Knochen und dem Suppengrün gleich zu Beginn des Heizens eingestellt, und wenn nach dem Einlegen des Fleisches in die kochende Brühe diese wieder kocht, zieht man den Topf nach vorn, damit sein Inhalt langsam weiterkochen kann. Auch Mehl- und Hülsenfruchtsuppen müssen, einmal im Kochen, langsam weiterkochen. Wenn der Ofen zu heiß ist, stellt man nach ungefähr einer halben Stunde die Gerichte in die Kochkiste. Läßt man bei starkem Kochen im Ofen den Deckel des Topfes etwas schief stehen, vermeidet man meist ein Überkochen der Speise, noch besser aber, wenn man eine der gelochten Metallscheiben, wie sie für solche Zwecke in Haushaltungsgeschäften käuflich sind, auf den Boden des Gefäßes legt.

Milch und Milchgerichte sollten nur in gut heißem Ofen gekocht werden, sonst verliert die Milch etwas von ihrem Wohlgeschmack und auch von ihrem Wert für unsern Körper. Bei abnehmender Hitze kann man die Glut etwas auseinanderziehen, nötigenfalls einige tannene Scheitchen verbrennen und gleich nachher die gedeckte Milchpfanne davor oder direkt auf die Glut stellen.

Der Kochraum wird in der Zwischenzeit zum Erhitzen von Wasser ausgenutzt. Zur Vermeidung unnützer Dampfentwicklung soll aber das Wasser nicht lange kochen, um einen großen Vorrat heißen Wassers zu erhalten, kann man es vorweg in die Kochkiste stellen. Lange Zeit im Ofen gestandenes Wasser ergibt keinen guten Tee oder Kaffee. Die Geschirre, die man stets zum Erhitzen von Wasser gebraucht, müssen regelmäßig mit Seifensand gereinigt werden, damit sich nicht mit dem Wasserstein auch die Unreinigkeiten, die im Wasser sein können, an den Gefäßwänden festsetzen. Geschirre mit abgesprungenen Emailteilen, mit Rost- oder Grünspanbildung sind keineswegs „noch gut genug“ zum Wasserkochen. Auch zum Kochen der Speisen im Ofen muß ganz besonders gutes Geschirr verwendet werden, nur bestes dickwandiges Email oder Aluminium. Zum Braten eignen sich auch die Stahl- und die gußeisernen Gefäße, hauptsächlich niedere Formen.

Ganz besonders empfehlenswert ist das feuerfeste Glaskochgeschirr Pyrex. Es verträgt größte Koch- und Backhitze; nur darf das kalte Geschirr nicht etwa direkt auf die glühende Eisenplatte gestellt werden, wohl aber auf den Boden des mit Backsteinen belegten Kochraumes. Auch plötzliche Abkühlung beim Herausnehmen, z. B. Aufstellen auf einen Steinboden erträgt es nicht. In den verschiedensten Formen erhältlich, dient es zum Kochen und Backen mannigfacher Gerichte. Die Möglichkeit, von außen das Kochen oder Backen der Speisen in diesen Gefäßen fortwährend beobachten zu können, erweist sich beim Ofen besonders vorteilhaft und weiter der Umstand, daß die Speisen in den hübschen Geschirren ohne besonderes Anrichten direkt auf den Tisch gebracht, Gebäck sehr leicht daraus gestürzt werden kann. H.-E.

□

Die Verwendung der Datteln.

(Nachdruck verboten.)

Die Dattel, diese köstliche Frucht, ist wieder in den Kaufläden erschienen und wird von alt und jung freudig begrüßt. Sie ist eine gesunde Frucht, die besonders Schwindsüchtigen zum Genusse empfohlen wird. Gewöhnlich werden die Datteln trocken gegessen, doch sollte man sie unter Dörrobst recht viel verwenden, da sie es außerordentlich schmackhaft machen. Man kann aber Datteln auch allein als Gericht zubereiten.

Die Heimat der Dattel ist die heiße Zone, und Tunis liefert die besten Früchte. Keine Karawane wird die Sahara durchqueren, bevor sie nicht einen stattlichen Vorrat an Datteln eingepackt hat. Die goldgelbe Frucht ist die bestschmeckende.

Um Datteln zu dämpfen, schneidet man sie auf, entfernt den Kern und das innere weiße Häutchen, gibt ein Stück Butter in den Kochtopf, legt die Datteln darauf und läßt sie dämpfen. Dann gießt man etwas alkoholfreien Weiß- oder Apfelwein darauf, fügt wenn noch nötig Zucker, Zitronenschale und feinen Zimt nach Geschmack hinzu und gibt das Gericht kalt oder warm zu Tisch.

Auch als Kompott sind Datteln gut zu verwerten. Man weicht sie in Weißwein ein, läßt die Kerne darin und bringt die Früchte, wenn sie recht aufgequollen sind, nach Belieben mit Zucker, Zitronenschale und Zimt aufs Feuer, wo sie weich gekocht werden.

Auch kandierte Datteln sind eine Delikatesse. Man entfernt den Kern und steckt statt seiner eine Mandel hinein. Dann läutert man Zucker, bis er glasig geworden ist, taucht die Frucht hinein und legt sie in eine ganz wenig warme Ofenröhre zum Trocknen auf einen Bogen weißes Papier. Den Bogen bestreut man vorher mit feinem Zucker. Dort trocknen sie langsam.

Empfehlenswert ist auch ein Dattelkuchen, der wohl noch wenig bekannt ist. Man legt eine runde Form mit Ölpapier aus. Auf dieses legt man mehrere Lagen ausgekernte Datteln, in die man Haselnußkerne gesteckt hat. Ist die Form gefüllt, so wird sie mit Ölpapier bedeckt. Man preßt nun den Inhalt der Form durch Auflegen schwerer Gewichte einige Stunden fest zusammen. Dann wird sich der Kuchen mit Leichtigkeit stürzen lassen. Man gibt ihn als Nachtisch und verziert ihn mit gezuckerten Orangenscheiben. Gebacken wird der Kuchen nicht. M. A. T.

□

Praktische Verwertung des Alauns.

(Nachdruck verboten.)

Der Alaun ist vielseitig verwendbar im Haushalt. Stoffe, die zarte Farben aufweisen, erhalten ihre Farbe am besten, wenn sie in Alaunwasser gespült werden. Das Spülen muß unmittelbar nach erfolgtem Waschen vor sich gehen. Der Alaun wird dazu in heißem Wasser aufgelöst und zu lauwarmem Spülwasser hinzugegeben. Die zartfarbigen Kleider oder Stoffe werden darin tüchtig gespült und darauf in klarem, kaltem Wasser nochmals nachgeschwenkt. Die Farben erhalten sich durch dieses Alaunbad erheblich frischer.

Auch als Imprägnierungsmittel ist Alaun anzuwenden. Man bereitet eine Lösung aus Wasser und Alaun, zieht die Stoffe, die man imprägnieren will, mehrfach hindurch und hängt sie dann zum Trocknen auf. Zu beachten ist hierbei, daß nur vollkommen farbechte Stoffe auf diese Weise imprägniert werden können.

Auch als treffliches Bindemittel ist Alaun anzuwenden. Man erwärmt das genügende Quantum Alaun und vermischt es darauf mit Gips. Die Masse wird recht rasch zusammengerührt und muß einen vollen Tag trocknen, nachdem gekittet worden ist. Dann aber ist sie fest und dauerhaft..

Sehr wirksam ist eine aus Kokosöl, Ätznatronlauge und Alaun hergestellte Seife; sie wird aber schwerlich im Haushalt selbst hergestellt werden. M. A. T.

Haushalt.

Wenn Weihnachtsbäckereien geraten sollen.

Eine alte Hausfrau gibt folgende Ratschläge: Vor allen Dingen muß das Mehl dazu schon einige Tage vorher gesiebt und recht warm gestellt werden. Je besser ausgetrocknet es ist, umso mehr geht das Gebäck auf. Durch das Sieben wird nicht nur jede Unreinigkeit beseitigt, sondern auch das Mehl mit Luft durchsetzt, die ungemein zur Lockerung des Gebäckes beiträgt. Die Milch zum auflösen der Hefe darf weder zu kalt, noch zu heiß sein. Wird der gut handwarmen Milch vor dem einbröckeln der Hefe 1 Eßlöffel Zucker und 1 Löffel Kartoffelmehl beigefügt, dann geht sie bedeutend besser auf, da beide Zutaten die Gärung beschleunigen. Bei Backpulvergebäck muß das erwärmte Mehl vor dem Rühren des Teiges wieder abkühlen, alle Zutaten kalt verwendet und das Backpulver zuletzt zugesetzt werden.

Das Fett darf nur zerlassen, aber nicht heiß gemacht werden. Es wird am besten über den Zucker gegossen, den man als erste Zutat über das Hefenstück gibt. Unter den Zucker muß auch das nötige Salz gemischt werden, damit es nicht direkt mit der Hefe in Berührung kommt, da es in diesem Falle deren Triebkraft mindert. Rosinen müssen am Abend zuvor erlesen, gewaschen und knapp mit lauwarmem Wasser bedeckt, eingeweicht werden. Am anderen Morgen auf einem Sieb abgetropft, müssen sie auf Tüchern getrocknet und mit etwas Mehl bestäubt werden, damit sie im Teige nicht untersinken. Sämtliche Zutaten müssen bei Hefenteig nach dem Aufgehen des Hefenstückes so lange gewirkt werden, bis sich der Teig vom Backtrog löst, schön glänzend aussieht und beim Durchwirken mit den Händen das bekannte knisternde Geräusch verursacht. Vor Zugluft muß er sorgsam bewahrt werden. -e-

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.

Markklößchensuppe.

50 Gr. fein gewiegte Brotkrume, 1 Ei, 60 Gramm Ochsenmark, 20 Gr. Mehl, Salz und Pfeffer, Muskat, gehacktes Grünes — 1¼ Lt. Fleischbrühe, Grünes, Muskat. Das gewiegte Mark wird gewässert, leicht geschmolzen und in ein Näpfchen gesiebt. Dann rührt man es schaumig und gibt nach und nach alle übrigen Zutaten dazu, formt schöne, gleichmäßige Klößchen, die sorgfältig gekocht und zur Suppe verwendet werden.

Kalbsleberpastete (Pain).

500 Gr. Kalbsleber, 100 Gr. frischer Speck, 30 Gr. Butter, 30 Gr. Zwiebel, 30 Gr. Brotkrume, ⅛ Liter Milch, 3 Eigelb, 40 Gr. Käse, 15 Gr. Salz und Pfeffer, 3 Eiweiß, 5 Gr. Butter zur Form. Die gehäutete Leber und der Speck werden zweimal durch die Maschine getrieben. Von Butter, Zwiebel und eingeweichter Brotkrume macht man einen Kloß, vermischt ihn mit der Leber und streicht alles durch ein feines Drahtsieb. Die Eigelb werden schaumig gerührt, der Käse, das Gewürz, sowie die Leber beigefügt, der Eierschnee daruntergezogen und die Masse in eine ausgebutterte Form gefüllt. Man läßt die Pastete zugedeckt 1½ Stunden im Wasserbade ziehen. Warm serviert man die Speise mit einer braunen, pikanten Sauce; kalt garniert man die Pastete mit Sulz, Eiern, Cornichons usw.

„Kochbuch der Koch- u. Haushaltungsschule Winterthur."

Gans, ausgebeint und gefüllt mit Maccaroni.

Eine gereinigte und ausgebeinte Gans wird inwendig mit Salz und Pfeffer eingerieben. Dann läßt man 250 Gr. kleingebrochene Maccaroni in Salzwasser einmal aufkochen, auf einem Siebe ablaufen, vermischt sie mit 125 Gramm geriebenem Parmesankäse und einem Stück frischer Butter, füllt sie in die Gans, näht diese zu, salzt sie und bedeckt sie mit einem gebutterten Papier. Man legt sie auf einer Unterlage in eine Pfanne mit ¾ Liter heißem Wasser und brät sie unter fleißigem Begießen 1½ Stunden, worauf man sie mit der eigenen Sauce serviert.

Blumenkohl mit Mayonnaise (kalt).

Ein schöner, recht weißer Blumenkohl wird in Salzwasser weich gekocht, behutsam herausgenommen, der Strunk weggeschnitten und erkalten und abtropfen gelassen. Vor dem Gebrauch legt man ihn in eine Kristallschale und gießt folgende Mayonnaise darüber: 6 Eigelb, 6 Eßlöffel gutes Olivenöl, 8 Eßlöffel kalte Bouillon, 3 Eßlöffel Essig, Salz und Pfeffer werden tüchtig gerührt, in kochendes Wasser gestellt und nun im Wasserbade solange gerührt, bis die Masse sehr dick wird. Nun läßt man die Mayonnaise erkalten (rührt aber noch ein paarmal, damit sie recht glatt wird) und gibt sie über den kalten Blumenkohl.

Columbus-Eier.

Man kocht eine beliebige Zahl, 6—10, Eier ziemlich hart, schneidet unten so viel ab, daß sie aufrecht stehen können, und stellt sie auf

eine flache Schüssel mit breitem Rand. Vorher hat man unter beständigem, tropfenweisen Zugießen von feinem Olivenöl aus ca. 2 Eidottern, etwas Senf, Essig, weißem Pfeffer und einigen Teelöffeln voll Kapern eine dicke Mayonnaise gerührt, die man über die Eier gießt. Den Rand der Schüssel garniert man mit kleinen, gerösteten Weißbrotschnittchen, die abwechselnd mit Sardellen und geriebenem Käse belegt sind, und fügt hin und wieder ein Büschelchen in Butter gebackener Petersilie dazwischen ein.

Aus „Eierspeisen" von M. Arnold.

Selleriegemüse.

Die Sellerieknollen werden geschält, in Scheibchen geschnitten und in Salzwasser mit etwas Essig weichgesotten. Gekochte, geschälte und ebenfalls in Scheiben geschnittene Kartoffeln werden dazu gegeben und mit reichlich Buter, in der man feingehackte Zwiebel und Petersilie hat anlaufen lassen, verkocht unter Zugabe von Bouillon. Das Gemüse darf nicht gerührt, nur geschüttelt werden, damit die Scheiben ganz bleiben.

Kastanientorte.

70 Gr. Butter werden mit 140 Gr. Zucker und 4 Eidottern abgetriebeu, 500 Gr. schon vorher gekochte, geschälte und passierte Kastanien mit Vanillegeschmack werden zugleich mit dem Schnee dazu gerührt. Die Torte wird gebacken und mit Schokoladeglasur überzogen. Vor dem Auftragen wird Schlagrahm rings herum garniert.

Orangenkörbchen.

Von 6 Orangen schneidet man aus der oberen Hälfte die Schale so ab, daß ein schmaler Streifen als Henkel bleibt, und höhlt die übrige Hälfte mit einem Löffel gut aus. Den Saft verwendet man zu einem Apfelgelee, zu dem man dann weniger Apfelsaft braucht. Man füllt dann die Körbchen mit Gelee, mischt aber ein Weniges davon mit 1/8 Liter geschlagenem Rahm und etwas Zucker, garniert sie damit und stellt die Körbchen recht kalt. Statt Rahm kann man einige eingemachte Kirschen oder sonst hübsche Fruchtstücke auf das schon festgewordene Gelee legen und mit einer Blume, einem Stechpalmzweig usw. die Körbchen entsprechend der Festlichkeit verzieren.

„Was koche ich?" von F. Zingerle.

Warmer Eierpunsch.

Zwei ganze Eier und 4 Eigelb werden mit 300 Gr. Staubzucker schaumig gerührt, der Saft von 4 Zitronen, 1/2 Liter Meilener alkoholfreier Weißwein und 1/2 Liter Wasser langsam unter stetem Schlagen zugegossen. Man rührt beständig, bis der Punsch in die Höhe steigt und serviert ihn warm. R.

* * *

Weihnachtsgebäck.

Schokolade-Herzen.

120 Gr. feingestoßene Mandeln werden mit einem ganzen Ei, einem Eiweiß, 1 Prise Zimt und eigroß Butter gut zusammengerührt, dann 60 Gr. Schokolade und 120 Gr. Mehl eingemischt, ausgerollt, Herzformen ausgestochen, auf ein mit Butter bestrichenes Blech gelegt und langsam gebacken.

Verzuckerte Mandeln.

250 Gr. Zucker werden mit 5 Gr. Zimt und einem halben Glas Wasser zum Faden gekocht, dann werden 250 Gr. große, süße Mandeln mit einem Tuche abgewischt und in den Zucker geworfen und darin so lange gerührt, bis sie glänzen und anfangen zu knakken. Sie werden auf eine Platte herausgenommen und auseinander gelegt.

Quitten-Würstchen.

Quitten-Mark wird mit gleichschwer Zucker auf dem Feuer gut verkocht, geriebene Mandeln, Zitronat, Zimt dazu gemischt, dann in gut gereinigte und ausgetrocknete Schafsdärme gefüllt und zu kleinen Würstchen geformt.

Zimtsterne.

500 Gr. Zucker, 500 Gr. Mandeln, 1 Löffel Zimt, 5 Eiweiß, nach Belieben 1 Löffel Sandelpulver. Eiweiß und Zucker werden zusammen 30 Minuten gerührt, die ungeschälten, gemahlenen Mandeln und der Zimt beigegeben und der Teig leicht geknetet. Man wallt ihn auf feinem Zucker 3/4 Cm. dick aus. Man sticht mit Blechförmchen Sterne aus, legt sie auf ein gefettetes Blech, bäckt sie in schwacher Hitze und überpinselt sie beim Herausnehmen mit dünner, kalt gerührter Tortenglasur, oder mit zu Faden gekochtem Zucker.

Christstollen.

Man gibt in eine Schüssel 125 Gr. gereinigte, entkernte Weinbeeren, 250 Gr. gereinigte Sultaninen, 125 Gr. geschnittene Mandeln — nach Belieben mit einigen bittern — 100 Gr. geschnittenes Zitronat, nebst 15 Gr. Muskatblüte. Das alles wird tüchtig untereinander gemischt und mit so viel Rosenwasser befeuchtet, daß es kaum feucht wird, und dann, gut zugedeckt, an die Wärme gestellt. 1 Kilo Mehl, 7 Gr. Salz, 10—15 Gr. Hefe, 1/2 Liter Milch, 250 Gr. frische Butter, 125 Gr. Zucker. Man mache wie zu Hefenbrot einen Vorteig und lasse ihn doppelt aufgehen. Dann mache man mit den übrigen Zutaten einen guten, geschmeidigen Hefenteig, den man wieder doppelt aufgehen läßt. Die oben genannten warmen Zutaten werden nun leicht unter den aufgegangenen Teig geknetet, Wecken davon geformt, diese auf ein mit Mehl bestäubtes Blech gegeben, mit einem Stabe der Mitte entlang ein tiefer Eindruck gemacht und nochmals 2 Stunden zum

Aufgehen gestellt. Dann werden die Stollen mit Honigwasser bestrichen, gebacken und noch warm mit Zucker bestreut. Will man die Stollen einfacher haben, so nehme man das doppelte Quantum Mehl, Milch und etwas mehr Zucker.

Gesundheitspflege.

Frauengymnastik.

Es besteht vielfach die Ansicht, daß die körperliche Betätigung im Haushalt gymnastische und sportliche Übungen der Hausfrau ersetzen könnte. Der Wert des Sportes besteht darin, daß alle Muskeln sich in gleicher, straffer Bewegung befinden. Gewiß ist die Hausarbeit jeder anderen Berufsarbeit vorzuziehen, sie kann aber niemals ein voller Ersatz für sportliche Bewegungen sein. In welcher Weise sind sportliche und gymnastische Übungen mit dem Frauenberuf zu vereinbaren? Zu größeren sportlichen Unternehmungen gebricht es der vielbeschäftigten Gattin und Mutter an Zeit, wenngleich es sich bei etwas Einteilung auch ermöglichen ließe, wenigstens wöchentlich einmal zur Freiübung einer Frauen-Turnriege abzukommen. Aber eines sollte die Frau nie vergessen: den täglichen Spaziergang ins Freie. Und nicht müßig tändelnd ein wenig auf der Straße promenieren, nein, in kräftigem Schritt, so schnell, wie es die müden Füße erlauben, ohne Ruhepause seinen täglichen Spaziergang machen, um auch der Lunge durch kräftiges Einatmen den nötigen Sauerstoff zuzuführen.

Sehr zu empfehlen ist 10-Minuten-Turnen morgens und abends. Hier möchte ich neben den bekannten Freiübungen zur Stärkung der Bauchmuskulatur noch empfehlen: Kniebeugungen 50—60 mal und wiederholtes Aufrichten 20 mal. Sehr gut sind auch Bewegungen des Kriechens zur Stärkung des Rückgrates.

Auch die Körpermassage sollte nie in Vergessenheit geraten. Sie kann ohne fremde Hilfe von jeder Frau allein ausgeführt werden. Vor allem die Bauchmassage, in einem kreisförmigen Reiben von der Mitte ausgehend, und die Brustmassage, vom oberen Brustwirbel anfangend, um die Brüste herumführend und in den Schulterblättern endigend. Ebenso müßte die Gesichtsmassage um Augen, Stirn und Mundwinkel täglich wenigstens 5—10 Minuten ausgeführt werden. Ch. L.

Kinderpflege und -Erziehung.

Zeigen sich bei dem Kinde die Anzeichen von Grippe,

so hat die Mutter folgende Ratschläge zu befolgen: 1. Ist das erkrankte Kind sofort zu Bett zu bringen und ein vollständiges Fasten, das durch die vorhandene Appetitlosigkeit erleichtert wird, durchzuführen, auch mache man täglich zwei Darmeinläufe, zur Reinigung des Darmes. Gegen den Durst ist Lindenblütentee ohne Zucker, oder mit Obstsäften vermischtes Wasser zu geben. Je nach der Heftigkeit der Erkrankung ist diese strenge Diät 2—4 Tage einzuhalten. 2. Um das zur Ausscheidung der Krankheitsstoffe so notwendige Schwitzen zu erzielen, sind schweißtreibende Tee, wie Fliederblüte, Lindenblüte usw. zu trinken und Ganzpackungen von 2 stündiger Dauer zu machen. Bei herzschwachem Organismus dürfen solche nicht über eine halbe Stunde ausgedehnt werden. 3. Sind je nach den auftretenden Beschwerden nachts kühle Brust- und Leibwickel anzulegen, die aus einem vierfach zusammengelegten, feuchten Leinentuch bestehen, faltenlos um den Körper gelegt und mit einer, die Einlage zu beiden Seiten zweifingerbreit überragenden dichten, wollenen Hülle abgeschlossen werden. 4. Ferner ist in dem, am besten nach Süden gelegenem Krankenzimmer, Tag und Nacht für hemmungslose Zuführung frischer, reiner Luft zu sorgen. Dr. K.

Gartenbau und Blumenkultur.

Alle eigentlichen Winterblüher

wie Hyazinthen, Christblume, Calla, sowie alle winterblühenden Begonien, ferner Kaktus, die Clivia, der Gummibaum, die verschiedenen Zimmerpalmen und ferner die Zimmertännchen, die Primeln, Alpenveilchen, Amarillis und die feinblättrigen Asparagus, sie alle gehören im Winter ins mäßig geheizte Zimmer, ebenso auch die winterblühenden Azaleen. Die im geheizten Zimmer stehenden Pflanzen brauchen viel Wasser, wobei aber zu beachten ist, daß blühende und mehr krautige Gewächse ein größeres Wasserbedürfnis haben, dafür auch öfters und reichlicher begossen werden müssen, als die mehr trockenen und die sogenannten Blattpflanzen. Die Winterblüher brauchen auch Licht, im Halbdunkel hält es, außer den Farnen, überhaupt keine Pflanze lange aus, sie wird nach und nach schlaff und geil. Im Winter, wenn morgens jeweils das Zimmer gewischt und gelüftet wird und die Fenster geöffnet werden müssen, bringe man die am Fenster und direkt in der Zugluft stehenden Pflanzen lieber schnell in eine Ecke nahe beim Ofen und stelle sie, bevor man zu heizen beginnt, wieder an ihren gewohnten Platz, weil sich sonst bei rauher Außentemperatur solch empfindliche Zimmerpflanzen sehr leicht erkälten und trotz guter Pflege im Wachstum zurückbleiben, nicht blühen wollen oder gar anfangen zu serbeln. Alle Blattpflanzen bespritze man hin und wieder mit frischem Wasser, reinige damit zugleich die Blätter von Staub, Rauch und Insekten. G.

Tierzucht.

Der Entenstall

braucht durchaus nicht warm, er muß aber trocken und zugfrei sein. Die Enten halten sich bei guter Befiederung auch im kalten Stall gut. Deshalb baut man vielfach einfache Holzställe, die auf der Vorderseite durch verschiebbare Türen beliebig weit geöffnet werden können. Im Winter ist reichlich trockene Einstreu notwendig und der Stall gegen Raubtiere zu sichern. Im übrigen ist eine besondere innere Einrichtung des Stalles entbehrlich. Die Legenester finden in einer dunklen Ecke des Stalles durch Abgrenzung der Vorderseite mit einem 10 Cm. hohen Brett oder mit Ziegelsteinen Platz und sind mit kurzem Stroh reichlich zu versehen. Ein Legenest muß 40×40 Cm. Bodenfläche haben. Es werden mehrere Nester nebeneinander eingerichtet und durch Zwischenwände getrennt. Bei gutem Wetter werden die großen Türen des Stalles beiseite geschoben, so daß die Sonne und die Luft ungehindert eintreten können. J. S.

Im Käfig gehaltene Vögel

sollen stets reinen Sand erhalten, der ihnen viel bessere Dienste leistet, als das oft benutzte Löschpapier. Der Vogel bedarf für seine Verdauung ganz feine Sandkörnchen. Ein Stück Sepia, im Käfig zwischen die Stäbe gesteckt, dient zum Schärfen des Schnabels. H.

Frage-Ecke.

Antworten.

78. Man sorge in kalten Wohnungen für einen warmen Bodenbelag, auch in der Küche und lege noch Papier oder Karton darunter. Fenster und Türen sollen gut schließen. In der Küche wäre ein **Kochheizofen** angebracht, Sursee-Ofenfabrik fabriziert deren vorzügliche, die Heizung erspart das Gas. Es läßt sich darin kochen, backen, Wasser wärmen zum spülen. Öfeli alten Systems lasse man nie kalt werden, heize langsam bei fast geschlossenen Schiebern, lege auf Holzglut morgens und abends in Zeitungspapier festgewickelte Briquette; man wird bei Hälfte Heizmaterial die doppelte Wärmetemperatur erreichen als zuvor. Wenig Frauen verstehen die Kunst der sparsamen Feuerung. E. G. L.

81. Man sollte solche versengte Stellen sofort durch anfeuchten wieder zu bleichen suchen, die entstandenen **Flecken** feucht machen und an die Sonne legen. Jetzt ist allerdings dieses natürliche Mittel nicht leicht anzuwenden. F.

82. Streuen Sie an den Stellen, wo die **Ameisen** sich Eintritt in den Keller verschaffen, Schwefel. Sie werden sehen, daß keine Ameise diese Schicht übertritt. Tessinerin.

83. Es sind verschiedene Systeme **Petrolgaskocher** im Handel, es ist mir aber noch nie gelungen, festzustellen, welches das beste ist. Warum sind die Hausfrauen, die doch aus Erfahrung reden könnten, so zurückhaltend mit diesen Erfahrungen? Ich würde selbst auch noch gerne davon profitieren. Leserin.

84. **Aluminium** ist ein Metall, das etwas sorgfältig behandelt werden muß, es verträgt zum Beispiel das Soda nicht in seiner Eigenschaft als Reinigungsmittel. Ob es den Säuren, die benutzt werden, um Wasserstein aus Metallgefäßen zu entfernen, sich nicht auch feindlich gegenüberstellt, kann ich leider nicht sagen. Erkundigen Sie sich bei der Verkaufsstelle. Meiner Ansicht nach sollte man in allen Läden, wo man Gegenstände verkauft, die eine besondere Behandlung zeitweise oder andauernd erfordern, solche Auskunft sofort geben, oder durch gedruckte Vorschriften. A.

Fragen.

85. Mit welchen Chemikalien ist es möglich, aus weißem Frottier-Baumwollstoff hartnäckige **Blutflecken** zu entfernen, ohne dem Stoff zu schaden? Die Flecken wollen trotz Einlegen in lauwarmem Sodawasser, kochen mit verschiedenen Waschpulvern, auch nicht im Javellewasser weichen; es bleiben stets häßliche grüne Stellen. Bitte, die Namen der Chemikalien französisch anzugeben. Zum voraus bestens dankend Frau B. in Genf.

86. Würde mir jemand eine Destillierfabrik oder andere Bezugsquelle angeben, wo ich getrocknete **Kirschensteine** (für „Chriesisäcke") beziehen könnte? Frau G.

87. Könnte ich von einer gütigen Küchenfee erfahren, wie man überzuckerte **Mandeln** selbst fabriziert? Frau G.

Backe zuhause!

Stolz darf eine Hausfrau sein, wenn sie versteht, ihren Lieben mit Eigengebäck aufzuwarten. Abgesehen davon, daß das Backenlassen beim Bäcker oft sehr ungelegen kommt, ist die Frau von dem Backwerk, das sie zurückerhält, sicher nicht immer befriedigt. Der Bäcker sieht es der Teigmasse nicht an, welche Hitze sie braucht, und das Produkt läßt daher oft zu wünschen übrig. Wie leicht kann man allen Unannehmlichkeiten abhelfen durch die Anschaffung des einfachen aufstellbaren Backapparates **„Moderna"**. Dieser ersetzt den teuren Ofen, hilft sparen. Das Selberbacken wird dabei zur Freude. Jede Frau soll es sich zur Ehre anrechnen, das Gebäck für ihre Lieben selber zu bereiten.