Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis

Band: 16 (1894)

Heft: 11

Anhang: Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

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: 12.07.2025

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am dritten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen | No. 3 | März 1894

Hauswirtschaft und Berufsarbeit.

Die Klage über allzu große Konkurrenz auf allen frauenberuflichen Gebieten ist eine weitverbreitete und das Bestreben, der Frauentätigkeit stets neue Felder zu öffnen, hat daher volle Berechtigung.

Je mehr aber der Sinn unserer Frauen und Töchter auf das gewerbliche und höhere wissenschaftliche Wirken hingelenkt wird, um so mehr Boden, Raum zur Entfaltung, gewinnt die hauswirtschaftliche Betätigung; um so mehr stellt sich die gründliche Ausbildung von tüchtigen Hauswirtinnen als ein dringendes Bedürfnis dar.

Für die Frauen und Töchter, die sich durch ihre berufliche oder wissenschaftliche Tätigkeit außer das Hauswesen stellen, muß Ersatz geschaffen werden, denn jene Zeit ist noch nicht da, wo die Einzelfamilien aufgehoben und die Massenverpflegung an deren Stelle getreten sein wird. Und je höher die Bildungsstufe ist, welche die Frau einnimmt, um so unabweisbarer muß sie die Verpflichtung empfinden, die Erziehung der Kinder und die Führung des Haushaltes nur für ihre Aufgabe gründlich vorgebildeten Kräften zu übertragen.

Tüchtige Wirtschafterinnen, die nicht blos diesen Namen führen, sondern die denselben auch selbständig arbeitend verdienen wollen, sind immer gesucht. Es wird ihnen, wenn sie sich bewähren, die beste Behandlung zu teil und mit ihrer Belohnung wird nicht gekargt.

Die Tochter, die auf dem Gebiete der Hauswirtschaft eine selbständige Stellung einzunehmen wünscht, muß aber nicht glauben, daß sie dies mit bloßem Zusehen erreichen kann. Sie muß nicht nur zusehen und befehlen können, sondern sie muß das Befohlene auch tadellos und in kürzester Frist selbst auszuführen verstehen und dies lernt sich nicht von heute auf morgen, noch kann das bloße Lesen von einschlägigen Büchern genügen. Dazu bedarf es der andauernden praktischen Uebung mit eigener Verantwortlichkeit.

Ein Jahr der Erlernung der kompleten Hauswirtschaft gewidmet, ist nicht zu viel.

Rosig mag es zwar dem jungen, vielleicht durch die lange Schulzeit verwöhnten und der körperlichen Tätigkeit entwöhnten Mädchen nicht vorkommen, zuerst Tag für Tag dieselben untergeordneten Arbeiten verrichten, die Hände immer wieder in Spühlwasser und Lauge tauchen zu sollen und im Dienste des Hauses am Morgen die Erste und Nachts die Letzte sein zu müssen. Es möge aber ein jedes Mädchen bedenken, daß auch dem von der Schule abgehenden Jüngling eine anstrengende Berufslehre nicht erspart bleibt, und daß auch bei ihr, nach Umfluß der ersten Monate schon, die ihr das Leben schwer machenden Schwierigkeiten überwunden sind.

Eine verständige Mutter wird, aller weiteren Bildung vorangehend, ihre Töchter in der selbständigen Führung eines Hausstandes tüchtig machen; sie gibt ihnen damit ein gesichertes Brod mit auf den Lebensweg.

Das Rindfleisch.

Von allen Fleischarten wird im Durchschnitt das Rindfleisch bei allen Klassen der Bevölkerung am meisten in Gebrauch gezogen, denn gutes Mastochsenfleisch wird von keinem andern Fleisch, weder an Wohlgeschmack, noch an Nährwert übertroffen.

Junges Rindfleisch gibt saftige Braten und gutes Siedfleisch, aber schwache Fleischbrühe. Altes Fleisch ist zäh, saftlos und schwer verdaulich, liefert aber bessere Suppen. Junges Fleisch ist schön rot, mit weißem Fett durchzogen; altes Fleisch ist bläulichrot, sein Fett hat einen Stich ins gelbliche.

Zartes und doch kräftiges Fleisch haben völlig ausgewachsene, gut gemästete Ochsen. Auch die Kühe, welche nicht älter sind als fünf Jahre, liefern nach richtiger Mästung ein gutes, zartes Fleisch.

Der Ochse wird in zwei Hinter- und zwei Vorderviertel geschnitten. Am Hinterviertel ist

1. Der Lummel, Filet, Lendenbraten — besteht aus den Muskeln, welche auf dem Kreuzbeine und auf den Lendenwirbeln liegen — das zarteste Fleisch des Ochsen, fettarm und doch sehr saftig — gut zu Beefsteaks, Braten 2c.;

2. Die Schos — liegt in der Nähe des Lummels, auf den Querfortsätzen der Lendenwirbel, etwas trockener und von gröberer Faser als der Lummel — gut zum Braten;

3. Der dicke Lamben — besteht hauptsächlich aus dem Querbauchmuskel und dem Darmbein-Bauchmuskel, sehr saftig und von Fett durchwachsen — gutes Stück zum Sieden;

4. Der dünne Lamben — besteht hauptsächlich aus dem äußeren Rippenmuskel und aus dem geraden Bauchmuskel, ist hart, mit viel zähen Sehnen und sehnigen Häuten durchwachsen — wird mit Vorteil gehackt und zu Füllungen verwendet.

5. Das Bäckle — der äußere Backenmuskel, ist trocken und grobfaserig und wird deshalb zum Beizen verwendet;

6. Die saftige Schwanzfeder — ziemlich grobfaserig und mit Fett durchwachsen — zum Sieden und zum Beizen;

7. Die trockene Schwanzfeder, ziemlich saftlos — ebenfalls Siede- und Beizestück.

Das Vorderviertel hat folgende Teile:

1. Der gedeckte Hohrücken — der lange Rückenmuskel und die Muskeln, welche an den Rückenwirbeln liegen — saftig, mit Fett durchwachsen — zum Braten und Sieden;

2. Der abgedeckte Hohrücken, erscheint nach Abnahme des Laffen (Schulterblatt) — zart und saftig, zum Braten und Sieden;

3. Der Strähl — der gewölbteste Teil der Rippen — saftig, mit Fett durchwachsen, gut zum Sieden, geht schön auf und ist profitabel;

4. Der dünne und der dicke Schild — der unterste Teil der Rippen, gegen das Brustbein zu, saftig, mit Fett durchzogen, grobe Fasern — gutes Siedestück;

5. Der Brustkern, sehr saftig, viel kerniges Fett — nur zum Sieden und erfordert mehr Zeit zum Garwerden, als die andern Teile.

Trotzdem das Fleisch von den hier genannten verschiedenen Teilen des Tieres durchaus nicht denselben Wert besitzt, so wird es doch noch an den meisten Orten zu ein und demselben Preis verkauft. Da wo das Fleisch in verschiedene Klassen eingeteilt wird, kostet beispielsweise das beste Stück aus der ersten Klasse etwa viermal so viel, als die minderwertigsten Stücke der letzten Klasse. London zum Beispiel teilt das Fleisch des Ochsen nachfolgendermaßen ein:

1. Klasse	Nr.	1.	Schwanzstück.
	„	2.	Lendenbraten.
	„	3.	Vorderrippe.
	„	4.	Hüftenstück.
	„	5.	Hinterschenkel.
2. Klasse	Nr.	6.	Oberweiche.
	„	7.	Hinteres Weichenstück.
	„	8.	Wadenstück.
	„	9.	Mittelrippenstück.
	„	10.	Oberarmstück.
3. Klasse	Nr.	11.	Flankenteil.
	„	12.	Schulterblatt.
	„	13.	Brustkern.

4. Klasse
- Nr. 14. Wamme.
- „ 15. Hals.
- „ 16. Beine.
- „ 17. Kopf.

Paris verkauft nach drei Klassen:

1. Klasse
- die beiden Lendenstücke.
- Schwanzstück.
- Vorderrippe.
- Hüftenstück.
- Hinterschenkel.
- Oberweiche.

2. Klasse
- die Mittelrippe.
- das Oberarmstück.
- das Schulterblatt.
- den obern Teil der Wamme.

3. Klasse die noch übrig bleibenden Teile.

Ein Kilo Fleisch von einem Stücke der ersten Klasse enthält aber zehnmal mehr Nährwert, als ein Kilo von der letzten Klasse und diejenigen Hausfrauen, welche weniger große Stücke, aber Fleisch von der ersten Klasse auf ihren Tisch bringen, handeln im wohlverstandenen, wirklichen Interesse ihrer Tischgenossen, aber sie wahren zugleich auch die Interessen ihres Geldbeutels.

Das teuerste und beste Fleisch kann aber durch eine unerfahrene und unkluge Köchin so entwertet werden, daß es zum minderwertigsten herabsinkt.

Man hat zum Beispiel hie und da Gelegenheit zu sehen, daß Hausfrauen und Köchinnen ihr in der Metzg gekauftes Stück Fleisch unter die Röhre nehmen und dasselbe anhaltend und gründlich von allen Seiten durch den kräftigen Strahl auswässern lassen. Wohl werden durch dieses Verfahren die dem Fleische allfällig außen anhaftenden Unreinigkeiten entfernt, dabei wird aber auch das Fleisch an der Oberfläche seines besten Saftes beraubt. Wenn es dann noch mit kaltem Wasser zum Kochen aufgestellt oder in den nicht völlig heißen Ofen zum Braten gebracht wird, so daß auch der in den inwendigen Teilen noch vorhandene Saft ungehemmt austreten kann, so wird auch das beste Fleisch trocken und arm an Nährstoffen.

Richtig an die Hand genommen, kann die Köchin aus demselben Stück Fleisch eine kräftige Suppe und ein saftiges Tafelstück aus ihrem Siedefleisch herstellen.

Die Knochen und die sehnigen Teile des Siedestückes werden vom besseren Teile des Fleisches, vom Tafelstück, abgesondert. Beides wird

vermittelst eines sauberen feuchten Tuches durch genaues Abtupfen gereinigt. Die Knochen werden der Länge nach aufgespalten, das sehnige Fleisch wird gehackt oder in kleine Würfel geschnitten. Beides legt man in kaltes Wasser. Weiches Wasser ist besser als hartes, kalkhaltiges. Auf 500 Gramm Fleisch und Knochen sind 3 Liter Wasser zu rechnen. Nachdem das Wasser zusagend gesalzen ist, wird demselben auf 1/2 Kilo Fleisch, 6 Tropfen in der Apotheke erhältliche, reine Salzsäure zugegeben. Dies bleibt nun, wenn das Fleisch um 8 Uhr aus der Metzg gekommen, bis 10 Uhr kalt stehen. Während dieser Zeit zieht das Wasser alle Kraft aus dem Fleisch und den Knochen aus. Gegen 10 Uhr wird das Fleischwasser auf's Feuer gestellt und zum Kochen gebracht. Inzwischen wurde das Tafelstück mit einem reinen Bindfaden wurstförmig zusammengeschnürt und in's strudelnde Fleischwasser gelegt. Das Tafelstück wird auf diese Weise sofort mit einer Schicht von geronnenem Eiweiß bedeckt, so daß kein Saft aus dem Stücke mehr austreten kann. Das Fleisch wird nun langsam weich gekocht, nachdem die nötigen Suppenkräuter: Sellerie, Petersilie, gelbe Rübe und Pastinak, sorgfältig gereinigt, beigegeben wurden. Zum Sieden bestimmtes Fleisch muß frisch geschlachtet sein.

Ein Bratenstück wird nach dem Abtupfen geklopft, gespickt, mit gestoßenem Salz eingerieben und als Pfannenbraten in heißem Fett auf allen Seiten rasch angebraten oder in den heißen Bratofen geschoben und mit heißem Fett begossen. Es bildet sich so ebenfalls rasch eine Kruste von dem auf der Oberfläche liegenden Eiweiß, welche verhindert, daß dem Fleische weiterer Saft entzogen wird. Ein Bratenstück soll nach dem Schlachten einige Tage hängen, bevor man es verwendet.

Für Küche und Haus.

Rheinisches Obstkraut. Zur Bereitung des rheinischen Obstkrautes werden nach der Reife des Obstes die Aepfel oder Birnen einfach abgeschüttelt und bis zur Fabrikation auf einen luftigen Speicher gebracht. Um Raum zu sparen, kann man das Obst 1—3 m hoch aufschichten und so etwa 3 Wochen, d. h. bis zur Verwertung liegen lassen. Die Aepfel oder Birnen kommen nun in einen großen kupfernen Kessel, über dessen Boden in einer Höhe von 20 cm ein Rost zur Verhütung des Anbrennens des Obstes eingelegt ist.

Nachdem das Obst gar gekocht ist, bringt man es in eine Presse und läßt den Saft in einen darunter stehenden Behälter ablaufen. Der so gewonnene Saft wird abermals gekocht, und zwar so lange, bis er anfängt, dick zu werden, was ungefähr zwei bis drei Stunden dauert;

hiernach ist derselbe in ein anderes Gefäß zum Erkalten abzugießen. Zur Saftgewinnung kann man alles Obst gebrauchen, auch solches, welches sich zum Kochen und Dörren nicht verwenden läßt. Aus 5 Doppelzentnern Birnen lassen sich ungefähr 50 Kilogramm Saft herstellen.

*

Obstkeller. Wie die Frankfurter Gärtnerzeitung meldet, kamen kürzlich mehrere Waggons belgische Aepfel in Frankfurt a. M. an, die so frisch aussahen, als wenn sie eben erst vom Baume gepflückt worden wären und die von der einheimischen Ware, die durch die Kälte gelitten, im Aussehen sehr abstachen. „Aus dieser Tatsache geht hervor," so schreibt genannte Zeitung, „daß wir uns noch sehr befleißigen müssen, die Ueberwinterung des Obstes in zeitgemäße Bahnen zu lenken."

*

Ein treffliches Aepfelmus, welches sich fünf Jahre hält, wird folgendermaßen zubereitet: Man nehme ein weites Gefäß und mache es nicht ganz voll Wasser; man schneide die Aepfel, ohne sie zu schälen, in Viertel, nehme das Kernhaus heraus, sammle aber die Kerne und zerquetsche sie und gebe sie mit den Aepfeln in das Gefäß, man binde dieses mit Papier zu und stelle es in einen mäßig heißen Ofen; wenn die Aepfel ganz weich und kalt sind, streiche man das Fleisch derselben mit einem hölzernen Löffel durch ein Sieb. Auf jedes Kilo Obst nehme man nach dem Zerquetschen 3/4 Kilo gestoßenen Zucker, koche gelinde, bis sich Gallerte bildet.

Man gebe die Masse in Gefäße und verschließe dieselben mit tierischer Blase. Soll sich das Mus nur kurze Zeit halten, so braucht man weniger Zucker anzuwenden.

*

Bratenreste. Eine der einfachsten Verwendungen ist die zur Schüsselpastete.

Man kocht Kartoffeln in der Schale und schneidet sie in Scheiben, wiegt Sardellen fein, ebenso Schnittlauch oder junge Zwiebeln und grüne Petersilie und schneidet die Bratenreste in Scheiben. Nun begießt man eine Pastetenschüssel oder Form mit Butter, füllt eine Schicht Fleisch und Sardellen darauf, Zwiebeln, Petersilie, Pfeffer und Salz, dann eine Schicht Kartoffeln, dazwischen gießt man Bratenjus, schichtet Fleisch und Kartoffeln bis zum Rande der Schüssel, belegt sie mit Stückchen frischer Butter und läßt sie im Ofen 1/2 Stunde backen. Diese Speise nennt man auch Höllenspeise.

*

Gemüsereste. Die meisten Gemüse sind aufgewärmt besser, als frisch zubereitet. Kleine Reste von Blumenkohl, Wirsing- oder Rosenkohl, Schwarzwurzel, Spargel, weißen Bohnen, Erbsenpurée verwendet man zur Bereitung

von Suppen; Spargel, der sich nicht aufwärmen läßt, wird in geschlagenes Gelb- und Weißei gehüllt und in der steigenden Butter gebraten. Grünkohl, Sauerkohl, Weißkohl und alle Rübenarten wärmt man einfach auf. Sauerkohl schmeckt auch aufgewärmt sehr gut, wenn man ihn mit Erbsenbrei oder gerührten Kartoffeln aufschichtet, oder dazwischen Reste von Wildbraten, Schinken oder fettes Rindfleisch legt. Von abgekochten Kartoffeln in der Schale bereitet man gebratene Kartoffeln, indem man sie in dünne Scheiben schneidet und in steigender Butter mit oder ohne gehackte Zwiebeln bratet, oder sie nur im steigenden Gänsefett dämpft, man verbraucht sie zu Klößen oder zu Salat, indem man Essig und Oel, Pfeffer, Salz und Zwiebel mit den in dünne Scheiben geschnittenen Kartoffeln vermischt.

*

Feiner Kuchen. 625 Gramm Mehl wird auf dem Backtisch in Form eines Kranzes aufgehäuft; in die Mitte desselben tut man 375 Gramm frische, in kleine Stücke zerschnittene Butter, 8 rohe Eigelbe, 500 Gramm Zucker, woran die Schale einer Zitrone vor dem Stoßen abgerieben worden, 250 Gramm geschälte, mit 4 hartgesottenen Eidottern und ein klein wenig süßem Rahm feingestoßene Mandeln, mischt alles leicht und schnell durcheinander und knetet es zu einem festen Teige. Sollte er zu fest sein, so kann er durch ein paar Löffel voll süßen Rahm verdünnt werden. Dieser Teig wird kleinfingersdick ausgerollt, mit einer großen, einen Stern bildenden blechernen Form ausgestochen, mit Ei bestrichen und auf einem mit Butter bestrichenen Blech gebacken. Nachher belegt man den Kuchen mit einer weißen Glasur, färbt die Spitzen des Sterns entweder grün mit Pistazien, oder sonst mit einer beliebigen Farbe, und legt in die Mitte Konfitüren.

*

Italienische Käsesuppe ist von so ausgezeichnetem Geschmack, daß alle Feinschmecker sie für eine der vortrefflichsten Suppen erklären, vorausgesetzt nämlich, daß man eine wirklich gute Kraftbrühe hat, die man bekanntlich schnell und vorzüglich bereiten kann, wenn man gut mit Suppengrün und Gewürz ausgekochte Brühe von Fleischabfällen, Sehnen, Knochen und dergleichen, die sich in jeder Küche bei Bereitung des Mahles vorfinden, nur das immer gleich treffliche Hilfs- und Kraftmittel Liebigs Fleischextrakt zusetzt. Hat man solche gute Kraftbrühe entfettet und durchgeseiht und sie mit einigen Löffeln Madeira versetzt, so müssen in der Zeit auch beide zur Suppe gehörigen Beigaben, Reis und Käse, fertig sein. Der Reis wird, um kräftig und wohlschmeckend zu sein, in Bouillon steif gekocht, mit einigen Eigelb, etwas Krebsbutter und Muskatnuß verrührt, dann in eine bestrichene Form gefüllt und heiß gestellt. Zu dem Käsekuchen belegt man eine tiefe, mit Butter bestrichene Form mit dünnen Weißbrotschnitten, legt

darüber eine Schicht dünner Scheiben Schweizerkäse und füllt so abwechselnd die Form. Man gießt dann so viel fette Bouillon über die letzte Schicht Brot, daß sie bedeckt ist, bäckt das Ganze im Ofen und gibt die Schüssel, mit einer Serviette umschlungen, nebst dem gestürzten Reiskuchen zu der Suppe.

*

Salat von roten Rüben. Die roten Rüben werden gut gewaschen und in der Ofenröhre auf einem Ziegelstein weich gebraten. Geschält und in feine Scheibchen geschnitten, werden die Rahmen mit verdünntem Zitronensaft (nicht Essenz) angemacht.

*

Einsalzen des Fleisches. Allen, welche gewohnt sind, die Schinken selbst zuzubereiten, ist zu raten, es einmal auf westfälische Art zu versuchen, wodurch die Schinken ganz besonders zart werden. Zu einem großen Schinken: 2 Pfund Kochsalz, 15 Gramm Salpeter, 3/4 Pfd. braunen Zucker, 1/2 Liter altes, starkes Bier wird aufgekocht und kochend über den Schinken gegossen, der mit der Schwarte nach unten in das betreffende Gefäß gelegt ist und mehrmals an jedem Tage begossen werden muß; man lege dabei das noch nicht geschmolzene Salz immer wieder auf das Fleisch und zerreibe es mit einem Holzlöffel. 16 Tage muß der Schinken in der Brühe liegen, um dann geräuchert zu werden.

Wer gern Rindfleisch einsalzt, dem kann folgendes Rezept dienen: 4 Pfund gutes Rindfleisch werden mit 200 Gramm Salpeter eingerieben, nachdem man es vorher durch kochendes Wasser gezogen hat. Dann werden 1 1/2 Liter Wasser mit 250 Gramm Salz aufgekocht und kalt über das Fleisch gegossen. Nach 3—4 Tagen wird das Fleisch in dieser Brühe mürbe gekocht; man läßt es in derselben erkalten und bewahrt es auch darin auf. Das Fleisch hält sich sehr lange auf diese Weise, bleibt sehr kräftig und schmeckt auch am ersten Mittage, warm gegessen, sehr gut.

Grosse Ersparnis an Butter und Feuerungsmaterial! **Kein lästiger Rauch und Geruch mehr!**

Die Braunmehl-Fabrik

von Rudolf Rist in Altstätten, Kanton St. Gallen,

empfiehlt **fertig gebranntes Mehl,** speciell für **Mehlsuppen,** unentbehrlich zur Bereitung schmackhafter Suppen, Saucen, Gemüse etc.

Grosse Anstalten, Spitäler und Hôteliers sprechen sich über das Fabrikat nur lobend aus. — **Chemisch untersucht.**

Ueberall zu verlangen! In **St. Gallen** bei: A. Maestrani, P. H. Zollikofer z. Waldhorn; F. Klapp, Droguerie; Jos. Wetter, Jakobstrasse; in **St. Fiden** bei: Egger-Voit; Joh. Weder, Langgasse.

Redaktion und Verlag: Frau Elise Honegger in St. Gallen.
Druck von Th. Wirth & Co. in St. Gallen.