

Die Schweizerfrau in ernster Zeit

Autor(en): **Hanka**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift**

Band (Jahr): **43 (1939-1940)**

Heft 21

PDF erstellt am: **12.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-671868>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Gartenarbeiten in der ersten Hälfte des Monats August.

So einfach dir diese Frage erscheinen mag, ist sie dennoch der Erörterung wert, denn ich bin davon überzeugt, daß auch in deinem Garten schon viele Pflanzfehler begangen worden sind. Wenn sich dies in der Pflanzenentwicklung nicht negativ auswirkte, so war es lediglich die unermüdlige Kraft der Pflanze, welche die verursachten Wachstumshemmungen überwand. Wir unterscheiden im wesentlichen zwei Verpflanzungsarten.

1. Das **Pickieren**. Die Sämlinge werden zu diesem Zwecke aus dem Saatbeet entfernt und hernach in einem Abstände von zirka 5—10 Zentimeter (je nach der Pflanzenart) auf ein gut vorbereitetes Beet gepflanzt. Durch ein geringes Einkürzen der Wurzeln bekommst du einen kräftigen Wurzelballen, welcher in hohem Maße die Fähigkeit besitzt, mit seinen Faserwurzeln das im Boden vorhandene Wasser aufzunehmen. Im weitern verhütest du damit, daß dir die langen Wurzeln schräg gegen die Erdoberfläche hin zu stehen kommen. Ein pickierter Sackling verspricht dir in bezug auf Wachstum und Tragbarkeit einen bedeutend sicherern Erfolg.

2. Das **Anpflanzen aufs freie Land**. (An Ort und Stelle.) Diese Arbeit kannst du entweder mit pickierten oder unpickierten Sacklingen vornehmen. Sofern letzteres der Fall ist, müssen die Pflanzentwurzeln etwas eingekürzt werden, wie dies unter Titel 1 bereits erwähnt wurde. Zu große Blätter sollst du, der geringeren Wasserverdunstung wegen, etwas zurückschneiden (nicht mehr als $\frac{1}{3}$ des Blattes).

Das **Einschwemmen** von frisch gepflanzten Sacklingen darfst du auch bei feuchtem Wetter nicht vergessen, da dadurch die Erdteilchen bis in die kleinsten Wurzelzwischenräume geschwemmt werden.

Warum heißt es stets, der Torfmull sollte vor seinem Gebrauche im Garten angefeuchtet werden? Ich will dich heute deshalb darüber aufklären, damit du nicht mehr länger mit Unwissenheit diese deinem Empfinden nach unnütze Arbeit vollbringen mußt!

1. Enthält der Torfmull eine Säure, die durch eine reichliche Wasserzufuhr für die Pflanzen unschädlich gemacht wird.

2. Trocken in die Erde gebrachter Torfmull feuchtet sich, ganz besonders dann, wenn er noch schlecht mit der Erde vermischt wurde, nur äußerst langsam an. Er stößt das Wasser ab, gleich wie etwa die zu Pulver ausgetrocknete Erde in einem Blumentopfe.

Sofern du deinen Garten mit Lonza düngst, rate ich dir dringend, mit diesem Salze nicht allzu verschwenderisch umzugehen. Auf ein Liter Wasser verabreiche man nicht mehr als 1 Teelöffel voll Dünger. Trocken ausgestreut rechnet man pro Quadratmeter eine handvoll Lonza. Die letztgenannte Methode soll hauptsächlich bei feuchtem Wetter angewandt werden, da sich das Salz dann trotzdem rasch lösen kann.

Bereits steht der im vergangenen Monate ausgesäte 1. Satz Endivie zur Auspflanzung bereit. Der Pflanzenabstand beträgt 30 bis 40 Zentimeter.

Herbststrüben (Räben) werden je nach Bedarf in diesem Monate breit ausgesät, um nachher auf eine Distanz von 30 Zentimeter verzogen zu werden.

Den absolut winterharten Carentauerlauch kannst du in der ersten Hälfte dieses Monats in einem Abstände von 20×15 Zentimeter auspflanzen. Die Ernte erfolgt im kommenden Frühjahr.

Beim Neuseeländerspinat hat jetzt bereits die volle Ernte eingeseht. Es werden im allgemeinen fälschlicherweise stets die größten Blätter gepflückt, in der guten Meinung, daß diese am besten wären. Ich möchte jedoch ausdrücklich betonen, daß wir von den Triebspitzen, deren es eine Menge hat, das zarteste Gemüse erhalten, da diese noch am wenigsten Bitterstoffe enthalten. Zudem erzielen wir durch diese Ernteweise einen reichverzweigten Pflanzenwuchs.

Die vorbeugende Spritzung gegen Schädlinge tierischer und pilzlicher Natur, darfst du auch in diesem Monate nicht unterlassen, wenn du dir eine reiche Ernte sichern willst. Es wäre für dich ein mangelhaftes Zeichen, wenn du am Ende des Gartenjahres nur noch das ernten könntest, was dir die Schädlinge übrig gelassen haben.

Hofmann.

Die Schweizerfrau in ernster Zeit.

„Trocken Brot macht Wangen rot!“ Nicht ein Landesunglück, sondern ein „Hergottenglück“ ist es, daß wir kein frisches Brot mehr essen dürfen. Und jene Mütter, die ein paar Tage vor Inkrafttretung der bundesrätlichen Maßnahme betreffend den Brotverkauf gesammelt hat und meinte, nun könnten dann ihre Töchter gar kein Brot mehr essen, weil sie nur frisches Brot wollen, sollte man — gelinde gesagt — „hagenschwanzten“ (und die Töchter dazu!). Sollten wir nicht dem Himmel danken, daß unsere

weisse Landesregierung dafür gesorgt hat, daß wir überhaupt noch Brot kaufen können? Aber ganz abgesehen davon, lernt es ja schon der Erstklässler in der Schule, daß frisch-genossenes Brot auf die Dauer gesundheitschädlich wirkt, älteres, das heißt mindestens 24 Stunden altes Brot für Magen und Zähne aber „non plus ultra“ sei. Das backfrische Brot wird nämlich weniger gut gekaut und in größeren Mengen verschlungen — ja: verschlungen — als altes. Für die Verdauung aber ist das

Fortsetzung auf 3. Umschlagseite.

Kauen und die damit verbundene Durchsetzung mit Speichelferment die Hauptsache, denn dabei wird die Stärke in Zucker verwandelt. Bei frischem Brot dagegen gelangt die unverdaute Stärke in den Darm, wo sie infolge Gasbildung blähend wirkt und Müdigkeit und Arbeitsunlust im Gefolge hat. Es wird also weniger Brot gegessen, was sich spartechnisch günstig auswirkt, und es wird besser gekaut, was die Zahnarztrechnung herabsetzt. Das weit verbreitete Ubel der Zahnfäule kommt ja bekanntlich daher, weil wir einem „Ernährungs-Bolschewismus“ fröhnen oder mit andern Worten, einer „Ernährungs-Defizienz“ verfallen sind, wobei die Zähne möglichst wenig und der Magen möglichst viel zu leisten hat. Den besten Beweis für die Bekömmlichkeit des alten Brotes für unsere Zähne liefern ja die Bewohner des Gomsertales im Wallis, die nur monatealtes Brot essen und Gebisse aufweisen, die zu den gesündesten Europas zählen dürfen.

Um nun das Brot möglichst lange „frisch“ zu erhalten, bzw. es vor dem Austrocknen und „scherwerden“ zu bewahren, wird man sich eine der praktischen Brotbüchsen anschaffen. Billiger kommt es, wenn man sich eine solche aus einer passenden Blechbüchse selbst verfertigt, die man mit genügenden Luftlöchern versehen muß. Wickelt man das Brot überdies noch in Seidenpapier ein, wird es sich noch länger feucht erhalten. Wer keine Büchse hat, hülle das Brot in ein leinenes Säckchen ein und stelle es auf die Schnittfläche. — Essen wir also frohen Mutes und mit gutem Willen ein- bis zweitägiges Brot und seien wir dankbar, wenn uns die künftige Bitte stets Erfüllung bringt: „Unser täglich Brot gib' uns heute!“ —

Die Haltbarkeit der Wäsche zu verlängern ist jetzt ein Gebot der Stunde. Um das zeitraubende, unbeliebte und zu allem noch unschöne „Stücken“ der Leintücher zu vermeiden, nehme man sie in die Kur, sobald sie in der Mitte verdünnte Stellen aufweisen. Man „stürze“ sie, bevor sie etwa Löcher aufweisen oder ganz „blöd“ sind. Das zu kurtierende Bettuch wird der Länge nach in der Mitte durchgeschnitten und die Außenkanten (Webekanten) durch Handnaht (Überwindlingsstich) zusammengenäht. Die neuen Außenkanten werden schmal auf der Maschine gesäumt. Die gut verstrichene Mittelnaht geniert beim Liegen nicht. Bei Bettbezügen, die nur an der obern Seite schadhast werden, kann diese leicht ersetzt werden, eventuell mit Hilfe eines Stäbchentrendeux, da die Ansahnnaht unschön

ausieht. Bei Kopfkissen werden am besten aus zweien eines gemacht. Schadhast gewordene Tischtücher, die schon „ausgestopft“ sind, finden noch für die Krankenpflege, für Wickelzwede Verwendung, während die dazugehörenden Servietten zu einer neuen Tischdecke zusammengesügt werden können. Dies gibt Veranlassung zu einer dankbaren Handarbeit, indem die einzelnen Teile eventuell farbig umhäkelt und dann zusammengesügt werden. Sie können aber auch mit einem gehäkelt oder geflöppelten Entredeux, je nach Geschmack aber auch mit Jaeden- oder andern gewobenen Lizen miteinander zur Tischdecke verbunden werden. Wenn Hand- und Küchentücher von Anfang an oben und unten mit je zwei Aufhängern versehen werden, werden sie gleichmäßig abgenützt und nicht nur an der obern Hälfte, vorausgesetzt, daß sie dann auch abwechselungsweise an der obern und untern Seite aufgehängt werden.

Eine „Urner-Rösti“ wäre um den 1. August herum zeitgemäß. Da wird eine fein geschnittene Zwiebel im Fett hell gedämpft, dann die feingeraffelten Kartoffeln dazugegeben. Auf kleinem Feuer unter öfterm Wenden braten. Dann wird etwas Rahm, sowie Salz und ein paar Löffel geriebener Käse dazugegeben und fertig gebraten. Die Rösti muß harte Krusten haben und Fett und Rahm sollen auf der Seite herausquellen. Dazu paßt ein wahrhaftiger „Heubeerbrägel“! Die gut erlesenen Beeren werden mit etwas Wasser und reichlich Zucker nebst einer Zimmetstange weichgekocht. Unterdessen werden Brotwürfel geröstet und in die Anrichtplatte gegeben. Vor dem Anrichten wird noch ein Mehlteigli in die Pfanne gegeben. Rösti und „Brägel“ (auch aus Kirschen auf gleiche Art zu machen) ergeben ein echt schweizerisches Mittagessen.

Die Heilkraft gewisser Südfrüchte dürfte noch zu wenig bekannt sein. Experimente in Krankenhäusern Palästinas haben ergeben, daß der Saft von Grapefruit, Orangen und Zitronen eine große Heilkraft hinsichtlich rascher Vernarbung von Wunden besitzt. Es wird daher empfohlen, vorgängig von Operationen die Säfte genannter Früchte zu trinken, da die Heilung der durch chirurgischen Eingriff entstandenen Wunde bedeutend beschleunigt wird. Daß Zitronen, morgens nüchtern genossen, ein patentes Mittel gegen Rheumatismus sind, hat gewissenhaft ausprobiert Cure Sankta.

Eine helle Freude ist Salat mit



Feinster Citronenessig mit dem Saft der sonnendurchglühten Citrone.
Sparsam verwenden: jeder Tropfen zählt!

OF 8 R.

Puddings ...
Cremen, Flammeris, Aufläufe,
Kuchen und andere Speisen
werden viel feiner mit

Païdol

GEBR. RÜEGER

ZÜRICH 7 Zeltweg 44-46, Telefon 2.36.01
Gegründet 1876

Sämtliche Malerarbeiten + Mäßige Preise

Albrecht-Schlöpfer, Zürich

am Linthescherplatz - (nächst Hauptbahnhof)

Wolldecken Steppdecken

Feinste Kamelhaardecken

Reisedecken, Autodecken, Teppiche, Weltwaren

Cliches
Armbruster Söhne
WIESENSTR. 9 ZÜRICH 8
TEL. 26.365

Berücksichtigen Sie unsere Inserenten!