Zeitschrift: Am häuslichen Herd : schweizerische illustrierte Monatsschrift
Herausgeber: Pestalozzigesellschaft Zürich
Band: 43 (1939-1940)
Heft: 21

Artikel: Die Schweizerfrau in ernster Zeit
Autor: Hanka
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-671868

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: 16.07.2025

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

Gartenarbeiten in der ersten Hälfte des Monates 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 unermüdliche 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 Abstande 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 Setzling 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 Setzlingen vornehmen. Sofern letzteres der Fall ist, müssen die Pflanzenwurzeln 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 ⅓ des Blattes).

Das Einschwemmen von frisch gepflanzten Setzlingen 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.

Herbstrüben (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 Monates in einem Abstande von 20×15 Zentimeter auspflanzen. Die Ernte erfolgt im kommenden Frühjahre.

Beim Neuseeländerspinat hat jetzt bereits die volle Ernte eingesetzt. 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 Mutter, die ein paar Tage vor Inkrafttretung der bundesrätlichen Maßnahme betreffend den Brotverkauf gejammert hat und meinte, nun könnten dann ihre Töchter gar kein Brot mehr essen, weil sie nur frisches Brot wollen, sollte man — gelinde gesagt — „hagenschwanzen" (und die Töchter dazu!). Sollten wir nicht dem Himmel danken, daß unsere weise 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 gesundheitsschädlich 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 Übel der Zahnfäule kommt ja bekanntlich daher, weil wir einem „Ernährungs-Bolschewismus" fröhnen oder mit andern Worten, einer „Ernährungs-Dekadenz" 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 gesundesten Europas zählen dürften.

Um nun das Brot möglichst lange „frisch" zu erhalten, bzw. es vor dem Austrocknen und „scherbwerden" 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 kindliche 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 „Stucken" 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 kurierende 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 schadhaft werden, kann diese leicht ersetzt werden, eventuell mit Hilfe eines Stäbchenentredeux, da die Ansatznaht unschön aussieht. Bei Kopfkissen werden am besten aus zweien eines gemacht. Schadhaft gewordene Tischtücher, die schon „ausgestopft" sind, finden noch für die Krankenpflege, für Wickelzwecke Verwendung, während die dazugehörenden Servietten zu einer neuen Tischdecke zusammengefügt werden können. Dies gibt Veranlassung zu einer dankbaren Handarbeit, indem die einzelnen Teile eventuell farbig umhäkelt und dann zusammengefügt werden. Sie können aber auch mit einem gehäkelten oder geklöppelten Entredeux, je nach Geschmack aber auch mit Zacken- oder andern gewobenen Litzen 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 abwechslungsweise 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 währschafter **„Heubeeribrägel"!** Die gut erlesenen Beeren werden mit etwas Wasser und reichlich Zucker nebst einer Zimmetstange weichgekocht. Unterdessen werden Brotwürfeli 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 Crapefruit, 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 Eure

Hanka.

Eine helle Freude ist Salat mit

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

OF 8 R

GEBR. RÜEGER
ZÜRICH 7 *Zeltweg 44-46, Telephon 2.36.01*
Gegründet 1876

Sämtliche Malerarbeiten + Mäßige Preise

Albrecht-Schläpfer, Zürich
am Linthescherplatz - (nächst Hauptbahnhof)

Wolldecken Steppdecken

Feinste Kamelhaardecken

Reisedecken, Autodecken, Teppiche, Weißwaren

Berücksichtigen Sie unsere Inserenten!