

Hauswirtschaftliche Ratschläge für Schweizerfrauen

Objektyp: **Group**

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

Band (Jahr): **44 (1940-1941)**

Heft 14

PDF erstellt am: **12.07.2024**

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.

Hauswirtschaftliche Ratschläge für Schweizerfrauen.

Blutreinigung war schon für die Völker des klassischen Altertums im Frühling eine Selbstverständlichkeit. Nicht nur der Zimmerofen, sondern auch der menschliche Körper setzt im Laufe des Winters Ruß an und muß von der Schlackenbildung befreit werden. Diese „Tempelreinigung“ erreicht man am besten dadurch, indem man während ein paar Wochen einen sachmännisch „gemixten“ Blutreinigungstees durch die Gurgel ziehen läßt. Als gelind abführende Tees wirken besonders Schafgarbe, Holunder, Löwenzahn, Stiefmütterchen, als zusammenschickende Tees gelten Birkenblätter, Erdbeerblätter, Brunnenkresse, Walnußblätter. Gemischte Blutreinigungstees wirken unbedingt stärker als nur einzelne Sorten. Wer an Hautauschlag leidet, verlange in der Apotheke ein Tockenhesepräparat, das ebenfalls blutreinigend wirkt. Auch Wachholderbeer-Extrakt ist sehr zu empfehlen. Eine Kur mit giftfreien Heilkräutern reinigt den Körper von all jenen Stoffen, die nicht hineingehören. Die Tätigkeit aller funktionellen Organe wird angeregt und neu belebt, es vollzieht sich ein großes Lungen-, Magen-, Nieren-, Leber-, Haut- und Nerven-Reinigen, das dem menschlichen Organismus neue Impulse verleiht.

Vorhänge ausbessern ist bei der Hausfrau nicht gerade beliebt. Im Zeitalter des Sparens und der Textildcoupons darf jedoch nicht an Neuanschaffung gedacht werden, solange die alten Vorhänge noch einigermaßen restauriert werden können. Statt mehr oder weniger schöne Wiesel zu produzieren, können die defekten Stellen — so sonderbar es klingt — mit dem Bügeleisen ausgebessert werden. Ein Stückchen Vorhangstoff des gleichen Musters, aus dem der zu flickende Vorhang besteht, wird etwas größer als die Flickstelle zugeschnitten, gestärkt, auf die zerrissene Stelle gelegt und mit dem Eisen aufgebügelt. Auch lassen sich mit buntem Garn Sternchen oder Blümchen über die Löcher sticken. Die Motive müssen aber über den ganzen Vorhang verteilt werden. Das sieht ganz hübsch aus und fällt viel weniger auf, als wenn z. B. ein weißer Vorhang mit einem weißen Stopfgarn geflickt würde.

Seleerte Konfitürengläser sollten nie in den Keller oder Schrank gestellt werden, ohne daß sie mit Zucker gefüllt werden. Dieser Trick bewahrt uns vor der Sorge um den raren und teuren Einmachzucker in der kommenden Konfi-

türzeit. Füllen sie also jedes ausgewachsene „Gomfi“-Glas gleich mit Grieszucker, verbinden Sie es mit gewöhnlichem Packpapier und Sie werden sehen, mit welchem Behagen und mit welcher sorgenfreier Miene Sie in der Einmachzeit die „leeren“ Einmachgläser hervorholen.

Die praktischen Gummistiefel haben uns diesen Winter wieder unschätzbare Dienste geleistet. Gummi wird nun immer rarer und im Preise teurer werden, so daß es eine Frage ist, ob Schuhe aus diesem wichtigen Rohmaterial im nächsten Winter überhaupt noch erschwinglich sein werden. Es ist deshalb ganz selbstverständlich, daß wir unsere Schneestiefel mit Weisheit überfommern. Wir überziehen sie deshalb mit einer leichten Schicht Glycerin, was den Gummi geschmeidig und glänzend erhält. Mit Vorteil bewahren wir die Kronzeugen von Schnee und Pflüder in Seidenpapier eingewickelt in einer Kartonschachtel liegend auf. So werden sie dann wieder frohe Auserstehung feiern.

Butterstreden ist im Privathaushalt erlaubt! Aus einem Hundertgramm-Mödeli kann mit Leichtigkeit eine Ration von 200 Gramm Butter fabriziert werden, die sich namentlich als Brotaufstrich eignet. Man kocht zwei Deziliter Milch und läßt sie gut abkühlen. Inzwischen gibt man 100 Gramm Butter und einen halben Teelöffel Salz in einen hohen Topf. Alsdann gießt man die abgekühlte Milch über die Butter und schlägt die Masse 15 Minuten lang mit einem Schneebesen. Ist alles gut vermischt, kann zur Färbung ein paar Tropfen Rüebli-saft hinzugegeben werden. Probieren geht über studieren!

Zum Panieren von nur wenig Fleisch oder Gemüse reut uns das teure Ei. An seiner Stelle kann etwas abgenommener Nidel und wenig Öl verwendet werden.

Fleischläse, der ja bekanntlich nicht gerade teuer ist, ersetzt uns das teure Beefsteak, wenn er auf beiden Seiten goldig gebraten und mit einem Spiegelei serviert wird. Er kann aber auch in kleine Würfel geschnitten, mit einer raffigen Salatsoße vermengt und so als Fleischsalat präsentiert werden.

Ein gesunder und feiner Tee, der überdies nichts kostet, kann bereitet werden, indem man Orangen und Zitronen mit dem Sparschäler dünn abrindet, diese feinen Schalen mit siedendem Wasser übergießt und ziehen läßt. Hanka.

Bücherschau.

„**Gut Haushalten**“ Nr. 5. Von Irma Neuenchwander. Verlag Otto Walter A.-G., Olten. Illustriert mit Buchhaltungsteil für den Haushalt. Brosch. Fr. 1.50.

Die Rationierung nützt nichts, wenn wir es nicht verstehen, aus Wenigem Vieles zu machen. Wenn der kleine Haushalt der Familie nicht sparen kann, wird auch der große der staatlichen Gemeinschaft sich nicht einzuschränken vermögen.

Das neue, reich illustrierte Heft lehrt uns die Zubereitung neuer Speisen, die Führung des Ausgabenbuches und bringt Küchen-, Haushaltungs- und Gesundheitstipps usw. Alles Wege, die zeigen, wie man Zeit und Geld sparen kann. Das Heft enthält viele gute Ratschläge und ist jeder Hausfrau sehr zu empfehlen.

„**Hausgarten und Pflanzland**“ 6. Auflage. Das von der Landfreund-Genossenschaft Bern herausgegebene 196 Seiten starke, mit über 100 Abbildungen versehene Buch „Hausgarten und Pflanzland“ gibt vorzügliche Anleitungen für den Gemüsebau (Bearbeitung des Bodens, Düngen, Einteilung der Beete, Mistbeete, Beschaffung des Saatgutes usw.); ferner werden die Gemüsearten und ihr Anbau eingehend behandelt. Was für die Frauen wohl von großer Wichtigkeit ist, das ist das Kapitel vom Konservieren und Einmachen der Gemüse. Man darf schon sagen, daß etwas Wertvolleres für unsere Frauen, welche bei der kommenden Jahreszeit nun wieder in den Gärten tätig sind, wohl kaum existiert, als dieser für alle Schichten des Volkes geschriebene Leitfaden, der schön

gebunden nur Fr. 2.— kostet und beim Verlag Landfreund-Genossenschaft Bern erhältlich ist.

„**Der Heiri**“. Die Buben und Mädchen der Anstalt Friedberg waren voller Erwartung, denn der Anstaltsvater hatte ihnen verraten, daß in den nächsten Tagen ein neuer Zögling eintreten werde. Heiri hieß er und war erst neun Jahre alt. Im Märzheft der illustrierten Jugend-Zeitschrift „**Der Spak**“ lesen wir einen kurzen Lebenslauf dieses in den Händen herzloser Pflegeeltern aufgewachsenen und auch später vom Leben hart angefaßten Bauernknechtes, welcher das Herz auf dem rechten Fleck hatte. Das farbige Titelblatt zeigt uns ihn schon im vorgerückten Alter. Weiter bringt der „Spak“, der auch diesmal wieder recht vielseitig ist, einen lehrreichen Aufsatz über das Leben und Wohnen in einer Schweizer-Kolonie in Argentinien. Was unsere Kinder dabei wohl am meisten interessiert, ist der Schulweg, denn die kleinen Schweizer-Argentinier kommen fast alle auf gesattelten Pferden, Ponys und Eseln zur Schule. — Vom übrigen Inhalt sei noch kurz erwähnt die kleine Episode von den Blech-Gummi-Schuhen, die neue Bastelarbeit zur Herstellung einer Holunderspritze und der Preis-Wettbewerb. Diese lehrreiche und unterhaltende Jugend-Zeitschrift, die in keiner Familie fehlen sollte, kostet im Abonnement halbjährlich nur Fr. 2.50. Probenummern sind gratis erhältlich vom Verlag Art. Institut Drell Füßli A.-G., Diehingerstr. 3, Zürich.