

# Hauswirtschaftliche Ratschläge für die Schweizerfrau

Objektyp: **Group**

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

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

Heft 17

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 die Schweizerfrau.

**Vorräte kontrollieren!** Der Eintritt der warmen Witterung bleibt nicht ohne Einfluß auf die Entwicklung der Schädlinge, die sich gerne an unsern Lebensmittelvorräten gütlich tun. Wir denken da an die Mehlmotte, die Hülfruchtmotte, das Silberfischchen, die Ameisen usw. Gerade in der feuchten Witterung des Vorjammers entwickeln sie sich gern und rasch. Generationen folgen sich innert kurzer Zeit und verseuchen unversehens unsere kostbaren Nahrungsmittel. Deshalb muß die Kontrolle gerade jetzt verschärft und regelmäßig wiederholt werden. Vorräte, die über den Winter auf dem Estrich aufbewahrt wurden, sind jetzt in kühlere, aber ja nicht feuchte Räume zu verbringen. Feuchte Wärme und direktes Licht — vor allem aber Sonneneinstrahlung — fördert selbstredend die Entwicklung der Kleinlebewesen, während Durchzug und Bewegung der Vorratbehälter die Entwicklung hemmt. Peinlichste Reinhaltung ist Grundbedingung. So müssen alle Ritzen der Behälter bzw. Schränke ganz gründlich gereinigt werden, da z. B. Rückstände von Nahrungsmitteln die ideale Brutstätte der Schädlinge bilden. Auch ist es ratsam, die Vorräte hin und wieder auf sauberes Papier auszuschütten, zu erfesen, eventuell zu sieben und in frische Säcke zu füllen. Auch Papiersäcke sollten zwecks Desinfektion gebügelt werden. Zeigen sich im Mehl, Mais oder Grieß Fäden oder Klumpen, so wird es gesiebt, nachher auf einem Backblech auf zirka 80 Grad erhitzt und unter öfterm Bewegen während etwa einer Stunde an einer Wärme von 60 Grad gehalten. Mehl kann aber auch in der Gupfpanne hellgelb geröstet und für Suppen oder Saucen verwendet werden. Sollte Fett talgig werden oder ranzig riechen, so wird es in einer gußeisernen Pfanne mit zerschnittenen Zwiebeln oder Äpfeln erwärmt, aber nicht etwa bis zur Rauchentwicklung erhitzt und durch ein Sieb in einen mit Sodawasser ausgewaschenen irdenen Topf verbracht. Bei regelmäßiger und gewissenhafter Kontrolle können unsere Vorräte wenigstens nicht in dem Maße verderben, daß sie für die menschliche Ernährung nicht mehr in Betracht fallen.

**Fleischlose Tage** hat uns das Kriegswirtschaftsamt aufgebrummt. „Gschäch nüüt börsers!“ Wetten wir, daß auch

ein fleischloses Menu durchaus sättigend sein kann, wenn es mit Verständnis zubereitet wird. Wir schlagen vor, den wöchentlichen Wähentag, der meistens am Samstag abgehalten wird, auf den Freitag vorzuzerlegen. Für den Mittwoch bleiben uns eine Menge fleischloser Gerichte reserviert. So zum Beispiel „Binätsch“ mit Ei und Salzkartoffeln, natürlich vorerst eine gute Suppe, die „den Boden legt“. Dann Rhabarberkompott mit Eierspeisen, Teigwaren, Kartoffelgerichten, Milchreis, Polenta, Käsegerichten, Späzli oder ein rassisger Salat zu Teigwaren, Risotto, Kartoffeln, weißen Bohnen, Linsen usw. Auch Dörrobst (das „Frühlings-Obst“) soll jetzt gebraucht werden. Noch wenig bekannt ist das **Dörrobst-Köpfli** nach folgendem Rezept: Je 100 gr dünne Birnen, saure Äpfel, Zwetschgen und Aprikosen werden nach dem Einweichen durch die feine Scheibe der Fleischhackmaschine getrieben und mit dem Einweichwasser zu einer saftigen formbaren Masse vermischt. Gewürzt und verbessert wird die Masse mit 2—3 Eßlöffeln Zwetschgen- oder Johannisbeerkonfitüre, gehackten Baum- oder Haselnüssen, Zitronenrinde, je einer Messerspitze Zimmt, Melkenpulver und Muskat. Das fertige Köpfli wird dann mit ganzen durren Früchten garniert und mit einer Vanillecreme übergossen.

**Rhabarberkompott** mit wenig Zucker: Vor allem die rötlichen Sorten sollten nicht geschält werden. Dann empfiehlt es sich, einen Viertel der übrigen Zuckermenge (man rechnet bei einem Pfund Rhabarber 150 gr Zucker) beizubehalten und die andern Dreiviertel durch Saccharin zu ersetzen. (Bei Hermesetas, der besten, aber auch teuersten Saccharinart entsprechen 4 Tabletten 25 g Zucker.) Saccharin darf nicht mitgekocht, sondern soll in etwas kaltem Wasser aufgelöst und unter das leicht ausgekühlte Kompott gemischt werden. Das Kompott kann auch durch Zugabe eines Teigleins aus Maizena (oder Stärkemehl) und Wasser milder gemacht werden. Vorteilhaft ist es auch, geröstete oder gebähte Brotwürfel, vor dem Servieren unter das Kompott zu geben. Das Neutralisieren der Rhabarbersäure mit Natron ist deshalb nicht günstig, weil dadurch die Nährsalze gebunden werden, so daß der Nährwert herabgemindert wird. Hanka.

SALAT mit



**Citrovin**

Citrovin ist kräftig-sauer, jedoch nicht scharf, braucht darum wenig Oel.



ANDERSON & WEIDMANN  
Tel. 38.234. Zürich 5  
Traugottstr. 6

**Blindenheim  
für Männer**  
ZÜRICH 4

St. Jakobstr. 7 • beim Stauffacher

Telephon 3.69.93

Sessel-Flechterei  
Rohrmöbel, Korb- und  
Bürsten-Fabrikation



„Winterthur“ Lebensversicherungs-Gesellschaft