Zeitschrift: Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht

Band: 20 (1913)

Heft: 8

Heft

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: 11.07.2025

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

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich III.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstraße 27, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

No. 8. XX. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | **Zürich,** 19. April 1913.

Was heute nicht geschieht, ist morgen nicht getan,
Und keinen Tag soll man vergessen.
Das Mögliche soll der Entschluß
Beherzt sogleich beim Schopfe fassen:
Er will es dann nicht fahren lassen
Und wirket weiter, weil er muß. Goethe.

Gesunde Wohnungen.*)

Freudlos ist eine Wohnung, in welche sich niemals ein Sonnenstrahl zu verirren vermag. Dies ist z. B. der Fall bei zahlreichen auf enge Höfe hinausgehenden Wohnungen in den Städten, insbesondere bei Wohnungen im Erdgeschoß, sowie durchweg bei Wohnräumen, die genau nach Norden schauen. Liegen solche Wohnungen zudem in schmalen Gassen oder in den Seitenflügeln eines Hauses, welche nur einen engen Hofspalt begrenzen, so verführt die Scheu, von den Gegenüberwohnenden stetig im häuslichen Tun und Treiben überwacht zu werden, nur allzuleicht dazu, daß die Fenster dicht verhängt und meist geschlossen bleiben. So fehlt es in solchen Wohnungen an der nötigen Lufterneuerung. Es fehlt an Licht, so daß namentlich an trüben Wintertagen die Räume stets halbdunkel sind, und Unreinlichkeit, Staub sowie feuchte Stellen leicht übersehen werden. Die Nahrungsmittel sind in der verdorbenen Luft solcher Wohnungen leichter dem Verderben ausgesetzt — kurz, es häufen sich gerade hier alle die Ursachen, welche für die Entstehung von Rachitis, Skrofulose und Blutarmut bei den Kindern der hier hausenden Familien wirksam sein können.

Damit eine Wohnstätte gesund sei, kommt es aber neben hellen, gut durchlüftbaren und genügend großen Räumen ganz besonders auch darauf an, daß die Haus- und Zimmerwände durchaus trocken und damit zugleich auch luftdurchlässig sind. Der durch die Hauswände stattfindende Luftwechsel, die sog. Porenventilation, darf indes nicht überschätzt werden und ist viel zu gering, um die Lüftung durch Öffnen der Fenster oder der Fensteroberlichter entbehrlich zu machen.

Feuchtigkeit der Wohnung kann erstens entstehen — und zwar kommen hier zu-

*) Aus „Gesundheitslehre" von Dr. F. A. Schmidt. Verlag B. G. Teubner, Leipzig.

nächst die Räume im Erdgeschoß in Betracht — durch Aufsteigen der Bodenfeuchtigkeit in die Hauswände. Das bedeutet nicht nur eine Schädigung des Hauses selbst, indem in den Balkenlagen des Hauses die Einnistung von Pilzen, welche das Holz der Balken und der Fußböden zerstören (Hausschwamm) begünstigt wird, sondern hat auch Luftverderbnis in den Wohnräumen und Gesundheitsschädigung der Bewohner zur Folge. Es ist notwendig, um aufsteigende Bodenfeuchtigkeit zu vermeiden, daß man Wohnhäuser nur auf trockenem durchlässigen Boden errichtet, und da, wo der Untergrund verunreinigt ist und gar aus Kehricht (womit z. B. frühere Sandgruben ausgefüllt zu werden pflegen) besteht, den Boden aushebt und durch trockenen Sand oder Kies ersetzt. Es ist ferner durch geeignete Baumaterialien (mit Zement gedichteter Plattenbelag auf Betonunterlage z. B.) die Kellersohle undurchlässig zu machen für Grundwasser und Grundluft. Ebenso sind die Grundmauern durch eine isolierende Schicht (Asphalt oder Zement) abzugrenzen von den aufstehenden Hausmauern, so daß die Bodenfeuchtigkeit nicht in letztere hinaufsteigen kann. Wichtig insbesondere sind diese Maßnahmen bei nicht unterkellerten Seitengebäuden. Hier empfiehlt sich auch, die Holzteile zum Schutz gegen die Einnistung vor Hausschwamm imprägnieren zu lassen mit Kreosot u. dergl.

Eine zweite Quelle der Feuchtigkeit der Hauswände ist ungenügende Austrocknung der Hauswände vor Beziehen des Hauses. Der zum Hausbau verwendete Mörtel enthält große Wassermengen, teils in Form von sog. Hydratwasser. Diese Wassermengen machen etwa 250 Liter auf einen Kubikmeter Mörtel aus, d. h. ein Viertel der Gesamtmasse. Dieses Wasser muß durch gründliches Austrocknen nicht nur der Oberfläche der Wand, sondern durch deren ganze Tiefe hindurch erst auf dem Wege der Verdunstung entfernt werden. Dazu gehört eine geraume Zeit, die auch durch das Aufstellen von Koksöfen mit offenem Feuer in Neubauten nicht wesentlich abgekürzt wird. Mit Recht schreiben daher viele Bauordnungen vor, daß ein fertiggestellter Neubau erst nach Verstreichen einer längeren Frist für das Austrocknen der Mauern und des Mauerbewurfs bezogen werden darf. Hierhin gehört auch — und das ist für Neubauten nicht nur, sondern auch für ältere Bauten wichtig — daß das Eindringen von Regen- oder Schneeschmelzwasser in die Hauswände verhütet wird. Auf jede Undichtigkeit in der Bedachung, auf Verstopfung oder durchgerostete Stellen bei den Abflußröhren am Hause und was da alles hingehört, ist stetig zu achten und jeder Schaden unverzüglich zu verbessern, wenn anders das Haus in seinem Gefüge trocken und heil bleiben soll.

Die Stillung des Hungers.

(Nachdruck verboten.)

„Wer früh aufsteht, der viel verzehrt, wer lange schläft, den Gott ernährt," lautet ein bekanntes scherzhaftes Verschen zur Beschönigung der Langschläferei. Auch hierin liegt ein Stück Wahrheit, nämlich insofern, als der Mensch während der Zeit, die er verschläft, ganz erheblich weniger Nahrung nötig hat, als während des Wachens und der Arbeit. Jede Arbeit, körperliche wie geistige, muß von unserem Körper zehren, während die Ruhe ein Sparen der Körperkraft ist. Man kann den Hunger mit den verschiedensten Speisen stillen, damit ist aber noch lange nicht gesagt, daß es gleichgültig ist, womit und in welchem Maße diese Stillung erfolgt. Wenn ein Mensch zu einer Mahlzeit mehrere große Beefsteaks mit den entsprechenden Zutaten zu verzehren imstande ist, so wird niemand eine solche Ernährung eine verständige nennen. Der Hunger allein ist auch kein Maßstab für die Erhaltung unserer Kräfte, denn wie der Gewohnheitstrinker kann auch der Vielesser zum übermäßigen Genuß erzogen werden oder sich selbst dazu erziehen. Während z. B. das Pferd instinktiv in der Lage ist,

das für seinen Körper Zuträglichste aus den ihm zur Verfügung stehenden Nahrungsmitteln auszusuchen und den Hafer dem Heu, das Heu dem Stroh vorzieht, wird der Mensch, wenn ihm die Wahl unter mehreren Speisen freisteht, nicht immer mit der gleichen natürlichen Richtigkeit wählen, sondern sich sehr häufig für eine Speise entscheiden, deren Düfte besonders locken oder die seiner Geschmacksrichtung entspricht; dagegen wird er oft eine andere, obgleich diese für seinen momentanen Ernährungszustand vielleicht die richtigste wäre, ablehnen. Mit Widerwillen genießt der Neger unter der glühenden Sonne Afrikas Fette, äußerst bescheiden ist sein Bedarf an diesem Stoff, wohl aber bilden Früchte, sowie leichte Mehlspeisen den Hauptbestandteil seiner Ernährung. Je weiter aber nach dem Norden, desto mehr verschieben sich die Verhältnisse, bis schließlich der Eskimo zwei Liter Tran täglich verbraucht, um satt zu bleiben.

Wichtiger also als die Stillung des Hungers allein dürfte die richtige Auswahl unter den Nahrungsmitteln für den Ernährungsprozeß sein und es ist die medizinische Wissenschaft in Verbindung mit der Chemie gewesen, die hierüber den zuverläßigsten Aufschluß gegeben hat und es uns ermöglicht, unsere Mahlzeiten zweckentsprechender zu gestalten, als es in vergangenen Jahrhunderten der Fall war. Freilich muß gerade derjenige, dessen Arbeitskraft sein einziges Vermögen ist, ernstlich lernen, wie er seine Ernährung am besten einzurichten hat; ebenso wichtig wie Lesen und Schreiben ist für ihn die Aufklärung über den Wert oder Unwert der einzelnen Nahrungsmittel, über ihre Bedeutung für die einzelnen Lebensvorgänge Er muß wissen, daß eine Ernährung nicht einseitig sein darf, daß Gemüse, Obst, Brot, Ei, Milch, Käse und Fleisch dazu gehören, daß aber keineswegs dem Fleisch dabei die wichtigste Rolle zufällt.

„Eines schickt sich nicht für alle". Dieses Wort Goethes ist auch für die Ernährungsfrage, also für die zweckmäßige Stillung des Hungers, von fundamentaler Bedeutung. Der jugendliche, sich entwickelnde Körper braucht natürlich zum Wachstum seiner einzelnen Organe verhältnismäßig größere Mengen als der Greis, dessen müder Leib nur das verlangt, was zur Erhaltung der Lebensfunktionen genügt, und das ablehnt, was zu neuem Aufbau dienen würde. Zum verzehren der größten Mahlzeiten ist unbedingt der hart schaffende Handarbeiter berechtigt, weil durch die erhöhte körperliche Bewegung sich der Magen schneller entleert als in der Ruhe, und sich darum schneller die mechanische Ursache für den Hunger einstellt; weil ferner der Umsatz von Körperstoff in Arbeitsleistung bei ihm ein sehr erheblicher ist und zudem seine Mahlzeiten bei ihrer billigen und oft geringwertigen Zusammensetzung nicht selten einem Strohfeuer gleichen, dessen Wirkung bald verfliegt. Es kann hier nur auf diese Tatsachen im allgemeinen hingewiesen werden. Es ist daher eine sehr verdankenswerte Aufgabe, wenn in Wort und Schrift das Volk über natur- und zweckgemäße Ernährung genügend aufgeklärt wird. -e-

Rhabarber als Zier- und Nutzpflanze.

Nachdruck verboten.

Manche Pflanzen, die im prosaischen Gemüsegarten ihren Zweck voll und ganz erfüllen, können sich auch im Ziergarten unter stolzen, prunkenden Schwestern wärmerer Zonen recht gut sehen lassen. Unter diese ist auch der Speiserhabarber zu zählen. Als Nutzpflanze wird er seiner Blattstiele wegen immer mehr angebaut, in manchen Gegenden ist seine Großkultur eingeführt, aber auch in den Kleingärten wird er immer häufiger gefunden, wo er oft gleichzeitig Nutz- und Zierpflanze ist.

Zur rechten Zierde wird er aber erst als Einzelpflanze (Solitärpflanze); dann bildet er stattliche Büsche, deren reicher Blätterschmuck mit den meisten größeren Blattpflanzen rivalisiert, und er entfaltet dann als weiteren Schmuck seine stolzen Blütenschäfte mit den rispenartigen Ähren. Selbstverständlich kann man von einer

solchen Schmuckpflanze nicht die Erträge verlangen, die man im Gemüsegarten voraussetzt, denn um die Pflanze schön zu erhalten, dürfen nicht zuviel Blätter gebrochen werden. Aber bei sorgfältiger Arbeit kommt man doch auf seine Rechnung. Außerdem entnehmen die Blütenschäfte auch einen Teil der Kräfte, zur Samenbildung darf man es sowieso nicht kommen lassen, sondern man muß die Schäfte entfernen, sobald die Blüte vorüber ist.

Rhabarber verlangt einen nahrhaften, mindestens zwei Spaten tief gelockerten, etwas feuchten Boden; für solchen aber, der Zier- und Nutzpflanze zugleich sein soll, muß der Boden noch besonders gut vorbereitet sein. Die beste Pflanzzeit des Rhabarbers ist der Herbst und das zeitige Frühjahr (je zeitiger, je besser!). Die Wurzelstücke werden so eingesetzt, daß die Köpfe etwa 6 Cm. tief unter die Erde kommen. Die Pflanzung muß, wie überall, mit der nötigen Vorsicht und dem rechten Verständnis erfolgen. Anfangs wird der Trieb mäßig sein, später, wenn der Rhabarber erst festgewurzelt ist, macht er bald üppige Blätter. Die Pflanzweite beträgt einen reichlichen Geviert-Meter in größeren Anlagen.

Im ersten Jahre soll man keine Blätter brechen, höchstens zur Kostprobe, ob man auch eine gute Sorte erhalten hat, denn es gibt viel minderwertige Sorten. Vom zweiten Jahre ab kann man dann regelrecht brechen (nicht abschneiden!) Das Brechen ist mehr ein kräftiges Ziehen, das man bald durch Übung lernt. Die Stiele müssen mit den beiden Flügeln, durch die sie an der Pflanze sitzen, weggenommen werden. Das Ausbrechen wird je nach der Witterung in 8—14 Tagen wiederholt, es soll aber niemals mehr als ein Drittel geerntet werden. Auch die Blütenstiele entfernt man erst nach und nach. Man rechnet auf eine üppige Rhabarberstaude 12—15 Kilo Ertrag während einer Saison: bei den Schmuckpflanzen wird man sich mit weniger begnügen müssen.

Nach Beendigung der Ernte soll gehackt und gedüngt werden, um die Pflanzen zu kräftigen. Der Rhabarber hält bei gutem Boden und ordentlicher Pflege fünf und mehr Jahre auf seinem Platze aus. Die beste Sorte im Geschmack und Ertrag ist immer noch der verbesserte Viktoria-Rhabarber. Zwar gibt es wohl besser schmeckende Sorten, aber diese sind nicht sehr ertragreich. B. S. N.

Haushalt.

Warum bildet sich auf der Milch beim Kochen ein weißes Häutchen? E. Haase beantwortet diese Frage in „Allerlei Küchenweisheit" wie folgt: Das Kasein wird infolge des Wasserverlustes fest. Die Milch enthält bekanntlich einen Eiweißstoff, das Kasein (etwa 3 1/2 %). Weil nun die Milch beim Kochen einen Teil ihres Wassers verliert, so wird an der Oberfläche, wo sich der Wasserverlust naturgemäß am stärksten bemerkbar macht, das Kasein fest. Es wandelt sich in eine feste, zähe Masse um, die auf der Milch ein zusammenhängendes Häutchen bildet. Dieses Häutchen ist also keineswegs Rahm, wie manche Hausfrauen meinen. Daß es manchmal wie Rahm schmeckt, das rührt einfach daher, daß das Kasein die Fetteilchen, die sich oben auf der Milch ansammeln, mit einschließt und daher in seiner Zusammensetzung dem Rahm ähnlich wird. Auf abgerahmter oder auf Magermilch, wo sich das Kasein ohne Fettgehalt abscheidet, bildet es eine zähe Masse von unbedeutendem Geschmack.

Die Marmorplatten des Waschtischs müssen oft mit Salmiakgeist aufgewaschen werden. Seife macht den Marmor gelb. Fettige Marmorplatten werden mit Benzin und Magnesia abgerieben.

Das **Waschgeschirr**, sei es aus Porzellan oder Email, muß öfters mit heißem Seifenwasser ausgewaschen und mit den dazu bestimmten Tüchern nachgetrocknet werden. Sollten sich trotzdem Ränder am Waschgeschirr zeigen, so werden diese mit einem feuchten Tuch und etwas Salz entfernt.

Wasserflaschen und **Gläser** müssen jeden Morgen ausgespült und getrocknet werden. Wöchentlich ein bis zweimal werden Gläser und Flaschen mit Salzwasser, kleingedrückten Eierschalen oder einem andern Zusatz tüchtig ausgeschüttelt. So erhält man die Flaschen, selbst wenn das Wasser eisen- oder kalkhaltig ist, stets blank und rein. Fem.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: *Käse-Suppe, *Rindfleischragout, Maisschnitten, †Rhabarbermus.
Dienstag: Hühnersuppe, Hühnerragout mit *Reis, Schwarzwurzeln, †Orangenauflauf.
Mittwoch: Brotsuppe, †Bismarkkoteletten, †Warmer Selleriesalat, †Kartoffelküchlein, †Grahamtorte.
Donnerstag: Erbssuppe, Schweinsbraten, Kartoffelstock, *Nüßlisalat, Rhabarberbrot.
Freitag: Grüne Suppe, *Leberpudding, *Spargeln, *Rhabarberkuchen.
Samstag: Gerstensuppe, Gebackene Kalbsfüße, Spinat, Salzkartoffeln.
Sonntag: Weiße Mehlsuppe, †Pastete mit Kalbfleischragout, Gemüsewürstchen, Gedämpfte Sellerie, Kartoffelsalat, †Gesulzte Schokoladecreme.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Kochrezepte.

Alkoholhaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasserverdünnten Sirup, und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Käsesuppe. Zeit 3/4 Stunden. 125 Gr. feingeschnittener Magerkäse, 1 Teller Suppendünkli, 1/2 Liter siedendes Wasser, 20 Gr. Butter, Salz. Man bringt eine Lage Brot, eine Lage Käse u. s. f. in eine Schüssel, schneidet die Butter obenauf und übergießt alles mit dem siedenden Wasser, und deckt gut zu. Nach einer Viertelstunde gießt man die Suppe in die Pfanne und kocht alles noch 10—15 Minuten. Die Suppe ist alsdann sehr dick und gilt als nahrhaftes Gericht.

Rindfleischragout (Voressen). Zeit 1 1/2 Stunden. Selbstkocher 1/2 Stunde Vorkochzeit, 3 Stunden Kocher. 1 Kilo Rindfleisch (Hohrücken, Huft oder saftiges Stück vom Stotzen), 30 Gr. Fett, Salz, 1 Zwiebel, 10 Gr. Mehl, 1 Prise Pfeffer, 1/2 Deziliter Weinessig oder Zitronensaft, 3 Deziliter Wasser. Das Fleisch wird in würfelige Stücke geschnitten. Im Schmortopf läßt man das Fett heiß werden, gibt die Hälfte des Fleisches hinein, sowie etwas Salz, den Pfeffer, die gehackten Zwiebeln und das Mehl, legt die zweite Hälfte des Fleisches darauf, röstet alles einige Zeit und gießt ein Glas warmes Wasser dazu, sowie nach Belieben Weinessig oder Zitronensaft. Man verschließt den Topf gut und läßt das Fleisch in 1—1 1/2 Stunden auf mäßigem Feuer weich dämpfen.

Aus „Gritli in der Küche".

Leberpudding. 1/2 Kilo zarte Leber, 60 bis 80 Gr. Brotkrume, 1 1/2—2 Dezil. Milch, 80—100 Gr. Butter oder Schweineschmalz, 3—4 Eier, 2—4 Schalotten, Salz, Pfeffer, Muskat, Fett und Stoßbrot zur Form. Die enthäutete Leber wird fein gehackt. Dem zerkleinerten Schweinefett wird während dem Schmelzen beliebiges Gewürz wie Majoran, Thymian und Salbei beigegeben, nachher wird passiert und das Fett weiß, die Butter glatt gerührt, das ausgedrückte Brot beigegeben, die Eigelb und das Gewürz zugefügt und alles leicht gerührt. Die Leber wird beigemengt, der steife Eierschnee leicht darunter gezogen, die Masse in die gut ausgestrichene, mit Stoßbrot bestreute Form gefüllt, die Form geschlossen und der Pudding gut gedeckt 1 bis 1 1/4 Stunden im Wasserbad gekocht. Er wird sorgfältig auf eine Platte gestürzt und mit Sauce serviert.

Aus „Illustrierte Reformküche".

Spargeln. Nachdem die Spargeln sorgfältig abgeschabt sind, wäscht man sie und bindet sie in kleine Bündel. Nun werden sie in siedendes Salzwasser gegeben, worin man sie weich werden läßt. Dann richtet man sie auf eine mit einer Serviette belegte warme Platte an. Über die Spargelköpfchen kann man geröstete Brosamen und zerlassene Butter gießen, aber noch besser schmeckt zu Spargel eine in der Saucière servierte holländische Sauce. Aus „Diät. Speisezettel".

Reis als Gemüse. Zeit 3/4 Stunden. 250 Gr. Reis, 30 Gr. Butter, 1/2 Liter Fleischbrühe. Nach Belieben geriebener Käse. Der Reis wird gewaschen, mit siedendem Wasser gebrüht und zugedeckt 1/4 Stunde bei Seite gestellt. Dann wird das Wasser abgegossen und der Reis in die siedende Fleischbrühe gegeben und darin langsam weich gekocht ohne Umrühren, damit die Körner ganz bleiben. Man gibt zuletzt die Butter darunter, würzt mit Muskatnuß und streut geriebenen Käse oder geröstete Zwiebeln oder Brosamen darüber. Den blanchierten Reis kann man auch mit Most zusetzen anstatt mit Fleischbrühe und ihn ein wenig süßen anstatt der Zugabe von Käse. Er schmeckt vorzüglich auf diese Weise. Schöner kann man das Gericht gestalten, wenn es zuletzt in eine mit Paniermehl ausgestreute Form gebracht, eine Viertelstunde im Bratofen nachgetrocknet und dann gestürzt wird. „Aus Gritli in der Küche".

Nüßlisalat (Rapünzchen). 500 Gr. Nüßlisalat, 2 Zitronen, 50 Gr. Olivenöl, Salz, 1 Ei, 1/2 Zwiebel. Die gewaschenen, abgetropften oder ausgedrückten Pflänzchen werden, wenn sie groß sind, klein geschnitten, mit Öl, wenig Salz, geriebener Zwiebel, hart gekochtem, fein geschnittenem Ei und Zitronensaft gut vermischt.

Aus „Reformkochbuch" von J. Spühler.

Einfacher Rhabarberkuchen. Zeit 1 1/4 Stunden. 3/4 Kilo Rhabarber, 150 Gr. Zucker, Stoßbrot oder 125 Gr. feingehackte Mandeln.

Eierguß: 2—3 Eier, 2—3 Löffel Zucker, 2 Dezil. Milch oder Rahm. Die Rhabarberstengel werden in gleichmäßige Würfel geschnitten und gut abgetropft auf den mit Stoßbrot oder Mandeln bestreuten Kuchenteig gegeben. Die Schicht soll 1½ Centimeter hoch sein. Der Kuchen braucht starke Ofenhitze und wird erst nach dem Backen, auf der Kuchenplatte liegend, stark mit Zucker bestreut. Ein Eierguß, zu dem die Eier und der Zucker gut verrührt und mit dem Rahm gemischt worden sind, macht diesen, wie überhaupt alle Früchtekuchen schmackhaft und ausgiebig. Man gibt den Guß über den halbgebackenen Kuchen, streut noch etwas Zucker und nach Belieben Mandeln darüber und bäckt ihn fertig.

Aus „Gritli in der Küche".

Gesundheitspflege.

Eine unangenehme Erscheinung ist der **üble Mundgeruch.** Meistens sind schlechte Zähne oder krankes Zahnfleisch daran schuld, auch Nasenpolypen, Rachenkatarrh, Mandelanschwellung. In erster Linie muß also eine genaue Untersuchung der Zähne und des Zahnfleisches sowie der Nase und des Rachens erfolgen und die Ursache beseitigt werden. Mundwässer können den Geruch nur verdecken. Zur Not kann folgendes Mundwasserrezept benützt werden:

Kampfer	5 Teile
Salizylsäure	10 Teile
Anisöl	10 Teile
Benzoeharz in pulverisirter Form	20 Teile
Bleichkalk	20 Teile
Glyzerin	200 Teile
Alkohol	300 Teile

Die Flüssigkeit wird in einer dunkelfarbigen Flasche aufbewahrt. Man rechnet ½ bis 1 Kaffeelöffel davon auf ein Glas Wasser. Eine andere Mundtinktur, von der man einige Tropfen dem Wasser zusetzt, besteht aus folgenden Drogen, die man mischt und nach einigen Tagen filtriert:

200 Gr. Weingeist, 70 Gr. Orangenblütenwasser, 12 Gr. Vanilletinktur, ¼ Gr. Alaun, ½ Gr. Pottasche, ½ Gr. Cochenille, 10 Tropfen Nelkenöl, 10 Tropfen Zitronenöl.

Dr. E. Ernst.

Krankenpflege.

Man unterscheidet drei Grade von **Verbrennungen.**

1. Grad: Rötung. Empfindung von Brennen und Spannung. Behandlung: Umschläge mit frischem Wasser; Einreibung mit einem fetten Stoff, als: Öl, Vaseline, Butter, Fett.

2. Grad: Blasenbildung. Die Oberhaut hebt sich in Blasen ab, welche platzen können und die darunter liegende Haut freilegen. Behandlung: Aufstechen der Blasen mit einer im Feuer geglühten Stecknadel, wobei wenigstens zwei Stiche gemacht werden müssen. Trockenverband mit sterilisierter Gaze, die man mit einer Watteschicht bedeckt. (Der beste Verband ist Bardelebens Brandbinde oder die Verbandpatrone.) In Ermangelung eines sterilisierten Verbandes kann man auch einen sauberen, leinenen Lappen mit Borvaseline (eventuell Antipyrinvaseline im Verhältnis von 1 : 3) oder mit gekochtem Öl bestreichen, auf den verwundeten Teil legen, mit Watte bedecken und einen Druckverband darüber anbringen.

3. Grad: Schorfbildung. Die Haut ist trocken, schwarz, gefühllos, die Gewebe sind verkohlt, zerstört. Behandlung: Ist dieselbe wie bei einer offenen Wunde, einen antiseptischen oder aseptischen Verband anlegen. Dieselbe Behandlungsweise gilt für Verbrennungen mit Ätzmitteln, (Vitriol, Scheidewasser, ungelöscher Kalk &c.).

Aus „Leitfaden für Samariter"
von Dr. K. v. Marval.

Kinderpflege und -Erziehung.

Mit dem **Schuleintritt** gestalten sich die Lebensverhältnisse des Kindes in so mancher Hinsicht ganz anders, wie vorher, daß man die Sorge, mit der viele Eltern diesem Zeitpunkt entgegensehen, wohl begreifen kann. In der Schweiz ist das schulpflichtige Alter nicht in allen Kantonen dasselbe. Während es in den einen auf sechs Jahre angesetzt ist, müssen in andern die Kinder erst nach Abschluß des siebenten Jahres zur Schule. Schon dies beweist, daß man über diesen Punkt nicht einig und daß es nicht unangezeigt ist, sich im einzelnen Fall zu fragen, ob das Kind „schulreif" ist. Sehr oft wird man die Frage bejahen dürfen, während dann namentlich, wenn es sich um zarte Kinder oder um solche handelt, die ihrer Körperanlage nach oder durch Krankheiten geschwächt erscheinen, es richtiger ist, den Schulanfang noch hinauszuschieben. Gelegentlich wird auch der Stand der geistigen Entwicklung dies verlangen. Über alle diese Fragen holt man sich am besten den Rat seines Arztes ein. Dr. Bernheim erklärt in seiner „Gesundheitspflege des Kindes": Es ist ein falscher Standpunkt, wenn man glaubt, durch das Hinausschieben des Schuleintrittes würden die Kinder in ihrer spätern Laufbahn gehemmt. Es ist eine Binsenwahrheit, daß dies von ganz andern Einflüssen abhängt.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Welche Farben der Blumen harmonieren miteinander?

In der geschickten Auswahl der Farben und deren richtigen Zusammenstellung liegt der ganze Effekt der Blumenschmückung und der richtigen Wirkung. Herr Gartendirektor Hampel in Leipzig gab anläßlich eines Vortrages über Blumenschmuck folgende Anweisung:

Inbezug auf die Verteilung und die Vereinigung der Farben im Blumenschmuck möchte ich auf folgendes aufmerksam machen. Rot mit weiß und dunkelblau mit weiß, besonders wenn die Farben recht intensiv sind, liefern recht gute Zusammenstellungen. Dagegen verlieren rosa und hellblaue Farben in Verbindung mit weiß an Lebhaftigkeit, was namentlich in der Höhe, von der aus die Farben wirken sollen, wohl zu beachten ist. Ein kräftiges Orange mit weiß gibt schöne Zusammenstellungen, wogegen gelb mit weiß verliert.

Bei der Verwendung unbestimmter und nicht ganz reiner Farbentöne wähle man bunte Zusammenstellungen mit kräftig dazwischen gestellten Farben. Auf schmutzigen Wandflächen dürfen unbestimmte Farbentöne keine Verwendung finden, selbst in der Verbindung mit weiß, weil dieses schmutzig darauf erscheint.

Da sich aus dem Farbenkreise die Farbenverbindungen am besten nachweisen lassen, möchte ich hier kurz darauf eingehen. Zu beachten ist da: Rot folgt orange, gelb folgt grün, blau folgt violett. Davon sind rot, orange und gelb leuchtende Farben, violett und blau ruhige. In Verbindung mit grün werden beide durch ein dazwischen gestelltes Weiß in ihrer Farbenwirkung unterstützt.

Frage-Ecke.

Antworten.

29. Wenn Sie für Ihre **Kork-Terrazzoböden** einen Versuch mit dem so sehr geschätzten Dustleß-Bodenöl machen, so werden Sie nicht nur schöne Böden erzielen, sondern die Staubbildung wird auf ein Minimum reduziert werden. Die Firma Gebr. Weibel in Bern wird Ihnen gern Prospekte zukommen lassen. -a-

32. Ich rate Ihnen, den **„Erfahrenen Blumenfreund“** von W. Bächtold (Verlag E. Wirz, vorm. J. J. Christen, Aarau, Preis Fr. 2. 50) anzuschaffen. Das Buch wird Ihnen gute Anleitung geben. Wenden Sie sich nebenbei etwa an eine blumenliebende Frau auf dem Lande, die wird Ihnen lieber mit Rat und Tat zur Seite stehen, als ein Gärtner. Ich spreche hier aus Erfahrung. Guten Erfolg zu der schönen Sache! Gertrud.

32. Es ist nicht ausgeschlossen, daß Sie mit viel „Lust und Lieb zum Ding“ das Selbstziehen der **Blumen aus Samen** noch lernen könnten, es braucht aber in erster Linie viel Zeit und Geduld. Wenn Sie nicht tagtäglich darüber verfügen, so ist es fast ratsamer, von Anfang an sich durch den Gärtner mit dem Nötigen für Ihren Garten zu versehen. Wenn Sie einen Gärtner in der Nähe haben, so können Sie sich durch diesen in die Praxis einführen lassen.

Besonders zu bemerken ist noch:

1. Je kleiner und feiner die Samenkörnchen sind, desto sorgfältiger und dünner muß nicht nur gesät, sondern speziell auch zugedeckt und täglich begossen werden (z. B. mit einer in lauwarmes Wasser getauchten Bürste, Flaschenbürste etc.).

2. Vor Kälte und Wind sind die Samenkistchen mit Glas oder Brettchen zu schützen.

3. Was direkt ins Gartenbeet gesät wird, Reseda, Portulak etc., soll nicht zu früh und sehr dünn gesät werden, um das Versetzen vermeiden zu können.

4. Begonien etc. aus Samen zu ziehen, lohnt sich nicht; beim sog. Sommerflor (einjährige Blumen) kann allerdings durch Aussaat eine ziemlich große Ersparnis erzielt werden. Die Pensées u. a. müssen zweimal versetzt (als ganz kleine Pflänzchen in Kistchen pikiert) werden, ca. 8—10 Cm. Distanz.

5. Die Samen und auch die kleinen Pflänzlein sind gleichmäßig feucht zu halten, nie durch zu starkes Gießen in ihrem Wachstum hindern.

6. Man lasse sich durch einen oder mehrere kleine Mißerfolge nicht abschrecken. Rita.

33. Im Handel existieren eine ganze Anzahl sog. „spatzensichere“ Futterfinder. Über zwei Dutzend verschiedener **Futterkasten** habe ich auf ihre Brauchbarkeit geprüft. Darunter waren einige von ziemlich kompliziertem Bau, wie z. B. der in Deutschland patentierte „Antispatz“-Apparat. Die Vögel müssen von unten in den Kasten hinauffliegen, um zu dem versteckten Futterauslauf zu gelangen. Am besten hat sich die Futterkrippe bewährt. Diese stellt ein liegendes Kästchen dar mit beweglichem Deckel. Das Kästchen öffnet sich erst, wenn ein Vogel sich auf ein Tritthölzchen stellt. Durch sein Körpergewicht wird das Trittbrettchen nach unten gedrückt; im gleichen Maße öffnet sich, durch Hebelwirkung, der Deckel, um im Momente, da der Vogel das Trittholz verläßt, rasch wieder zuzuklappen. Doch nur kurze Zeit vermochte das laute Zuschlagen des Deckels den Schlaumeier Spatz abzuschrecken. Sie verständigten sich bald in der Weise, daß der eine immer erst wegflog, wenn ein anderer auf dem Trittbrett Posto gefaßt hatte, und so blieb der Deckel geöffnet. Der Spatz ist so

intelligent wie jeder andere Vogel. Wo sich Meisen, Buchfinken, Grünfinken etc. das Futter holen, wird auch sicher der Spatz zu seinem Rechte kommen. Mit Wegschießen wird auch hier noch der beste Erfolg erzielt werden. tz.

34. Wenden Sie sich an die Koch- und Heizanlagen A.-G., Mühlesteg 6, Zürich. Dort wird man Ihnen gerne Auskunft über die beste im Gebrauch stehende **Waschmaschine** geben. Zürcherin.

34. Eine sehr gute **Waschmaschine** ist das System Flury-Roth, die s. Zt. im Ratgeber wiederholt warm empfohlen worden ist. Eine solche Maschine, die in Rücksicht auf die alternde Wäscherin außer Gebrauch steht, könnte Ihrer Tochter noch treffliche Dienste leisten. Adresse durch die Redaktion. A.

35. Wenden Sie sich an die Firma Meili und Briner, Zentralhof, oder Wirthlin, zum Brunnenturm, Zürich. Sie finden dort jedenfalls die **Reformwolldecken** für Kinderbettchen, denen Sie nachfragen. Zürcherin.

35. Die Firma Albrecht-Schläpfer, J. Rümelin-Jägers Nachfolger am Lintheschерplatz, Zürich, ist für solche Sachen **(Bettdecken etc.)** gut assortiert und man wird dort sehr gut und reell bedient. Das Geschäft inseriert in unserm „Frauenheim"; ich kenne es aus eigener Erfahrung als in jeder Beziehung gut. E. H.

Fragen.

36. Wie verwendet man **Hornspäne** am vorteilhaftesten als Blumendünger? Für guten Rat wäre sehr dankbar

Abonnentin im Jura.

37. Da ich schon zwei Mal heftigen Brustkatarrh hatte, riet man mir zu **Spitzwegerichsirup.** Kann man diesen selbst herstellen und längere Zeit aufbewahren? Wer wäre so freundlich, mir ein Rezept zu geben? Zum voraus herzlichen Dank. Köchin.

38. Ich bitte die lieben Heimchen, mir mitzuteilen, wie ich eine gute **Orangen-Konfitüre** erhalte. Dies Jahr hatten unsere Bäume sehr viel Orangen und zweimal versuchte ich, davon Konfitüre zu machen, jedesmal wurde sie mir bitter. Warum? Müssen die Orangen vorher eingelegt werden? Sind etwa die Orangen, die jetzt noch auf den Bäumen sind, zu hart oder zu alt? Für jede Antwort ist sehr dankbar G. H. in Cornigliano.

39. Wer beschreibt mir das alte Verfahren zum schwefeln von **Hüten?** Sehr dankbar ist für das Rezept Hausfrau in E.

Hermann Weilenmanns

Eier-Teigwaren

Alle unsere Pakete tragen diese Schutzmarke und die Empfehlungsmarke der Sozialen Käuferliga der Schweiz.

Martin Meyer's Fischmehl

vorzüglichste Kraftfutterbeigabe für

Schweine und Geflügel.

Tägliche Beigabe für Schweine 200 bis 300 Gramm.
Durchschnittsgehalt mindestens 55 % Protein und 18 % phosphorsaurer Kalk.

Freie Nachuntersuchung bei Bezügen von 1000 Kilo
bei den agrikultur.-chem. Versuchsanstalten in Zürich und Lausanne.

Generalvertretung für die Schweiz:

Mostereigenossenschaft Scherzingen - Münsterlingen (Thurgau)

Abteilung: Futterwarenhandel.

Beste Referenzen. Prospekte gratis und franko.

Man verlange nur Martin Meyers unübertroffenes Fischmehl.