

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

**Band:** 30 (1923)

**Heft:** 1

**Heft**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **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. [Voir Informations légales.](#)

### **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. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 05.02.2025

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

# Hauswirtschaftlicher Ratgeber

Schweiz. Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht ::  
Beilage zum „Schweizer Frauenheim“.

Redaktion: Lina Schläfli, Zürich

Verlag: W. Coradi-Maag, Zürich

Abonnementspreis:

Jährlich Fr. 4.—, halbjährlich Fr. 2.—. Abonnements nimmt die Expedition, Schöntalstraße 27, entgegen.

Nr. 1. XXX. Jahrgang.

Erscheint jährlich in 24 Nummern

Zürich, 13. Januar 1923.

In unsern Herzen liegt der Wert der Welt;  
Wir ziehn durch sie vorüber wie die Sonne;  
So hell wir glänzten und so warm wir strahlten,  
So viel wir Blumen aus der Erde lockten,  
So schön, so freudenvoll war unser Tag!

Schefer.

□

## Ratschläge zur Behandlung von Gas-, Wasser- und elektrischen Installationen.

(Nachdruck verboten.)

Im Haushalt spielen Gas, Wasser und elektrischer Strom eine bedeutende Rolle. Man hat sich derart an sie gewöhnt, daß man sie als selbstverständlich hinnimmt und die Vorteile dieser Einrichtungen erst als solche empfindet, wenn einmal für kürzere oder längere Zeit Störungen im Betriebe eintreten.

Auch im Verbrauch von Gas, Wasser und elektrischem Strom läßt sich sparen, lassen sich Störungen und damit verbundene Unannehmlichkeiten vielfach vermeiden, wenn man rechtzeitig das nötige vorsieht.

Beginnen wir beim Gas: Daß man mit geeignetem, nicht mit zu kleiner Bodensfläche versehenem Kochgeschirr mit Caldor-Deckel, mit Selbstkochen, Wärmekisten und anderen Hilfsmitteln wesentlich Gas sparen kann, dürfte allgemein bekannt sein; der Krieg hat zur zwangsweisen Gaseinschränkung geführt. Die Installateure und Gas-einzieher machen immer wieder die Er-

fahrung, daß die Gasherdplatten zu wenig gereinigt werden. Jede Ablagerung auf Herdplatten und Kochgeschirren entzieht dem Gas Wärme, daraus ergibt sich ein erhöhter Gasverbrauch und langsames Kochen. Beim Kochen findet man oft schlechte Gaschläuche; sie sind unter Umständen feuergefährlich, verunreinigen die Küchenluft mit Gasgeruch und lassen das Gas unausgenutzt entweichen. Sehr gute Erfahrungen hat man gemacht mit einer Verbindung aus Aluminiumrohr von der Firma Ernst Haab in Ebnet-Rappel. Diese Verbindung läßt sich an jedem Gas-schlauchhahn anbringen. Es wird nahtloses Aluminium verwendet. Die Enden des Rohres werden in einer über das Rohr gestülpten Muffe konisch ausgeweitet und mit einer Griffmutter an das Anschlußstück geschraubt. Dadurch wird eine zuverlässige und vollständig sichere Abdichtung durch das Rohr erreicht, ohne Dichtungsmaterial. Das Rohr kann unmöglich abgleiten. Durch einen einzigen Handgriff kann die Verbindung gelöst und dann der Gasapparat entfernt oder in die Höhe gehoben werden. Das Abschneiden und Biegen des Rohres und das Ausweiten des Knies kann am Platze leicht durch jeden Monteur besorgt werden. Diese Verbindung ist von unbegrenzter Dauerhaftigkeit und stellt sich dadurch in einigen Jahren viel billiger als die bisher verwendeten Schläuche.



Trotz den besten Apparaten und Einrichtungen kann Gas unnötig verbraucht werden, wenn man der Gasuhr zu wenig Beachtung schenkt. Wer sich aus Sparsamkeitsgründen nicht mit einem Münzgasmesser (Automaten) behelfen will, lasse sich einmal vom Gaseinzieher das Ablesen der Gasuhr erklären; bei öfterem Nachschauen kann man sich eine „auffallend hohe“ Gasrechnung eher erklären, und vor allem ist man viel besser in der Lage, den Weg zu sparsamem Gasverbrauch zu finden.

Sehr oft sieht man auch die Kochflammen unrichtig brennen, gelb bis rot, statt blau bis grün. Beim Ankauf von Herden ist darauf zu achten, daß sie mit einfachen, aber durchaus zuverlässigen Regulierungsvorrichtungen versehen sind. Man lasse sich vom Gaswerk oder einem tüchtigen Installateur die Flammen einmal richtig einstellen und beachte dann, daß sämtliche Kochflammen immer diese charakteristische Färbung aufweisen.

Daß die Flammen nur etwa zwei Drittel des Kochtopfbodens erreichen, aber niemals bis zum Rand oder gar darüber hinaus strahlen sollen, ist schon zu oft bekannt gegeben worden, als daß hierüber weitere Ausführungen nötig wären.

Oft glaubt die Hausfrau, ihre hohe Gasrechnung rühre her von Gasverlusten. Es gibt ein sehr einfaches Mittel, um dies festzustellen: Man schließe alle Gasähnen vor den Apparaten und lasse den Haupthahn nach dem Gasmesser offen. Wenn der mittlere Zeiger (Literzeiger) der Gasuhr während mindestens einer Stunde stillsteht, ist kein Gasverlust vorhanden.

Beim Wasser hat man in den Städten und größeren Ortschaften in der Regel einen Wassermesser beim Haupthähnen im Keller; das über eine gewisse Menge hinaus gebrauchte Wasser muß als „Überwasser“ besonders bezahlt sein, und zwar vom Hausbesitzer. Die jedem Haus zugeschiedene Wasser-

menge ist so groß, daß nur bei Wasservergeudung oder bei undichten Anlagen Überwasser zur Unrechnung kommt. Tropfende Wasserhähnen und rinnende Klosetts sind meistens die Ursachen. Wenn man bedenkt, daß ein Minutenliter Verlust im Tag 1440 Liter, im Monat über 40 m<sup>3</sup> ausmacht, und wenn man aus Erfahrung weiß, daß vielfach Verluste von ein, zwei und mehr Minutenlitern (namentlich bei Klosettspülkästen und -Spülhähnen) als vermeintlich „geringfügig“ nicht beachtet, nicht gemeldet oder dann vom Hausbesitzer nicht sofort behoben worden, so muß man sich nicht wundern, wenn Überwasserrechnungen eintreffen. Auch hier gibt es ein einfaches Mittel, um solchen Undichtheiten auf die Spur zu kommen: Man beobachte während einer halben Stunde (am besten nachts, wenn sonst kein Wasser gebraucht wird) den großen Zeiger der Wasseruhr, ob er still steht oder langsam läuft. Ist letzteres der Fall, so muß Hahn um Hahn abgesehen werden.

Jeden Winter frieren eine große Zahl Leitungen ein: Offengebliebene Keller-, Küchen-, Gang- oder Abortfenster sind meist die Ursache. In unbewohnten Wohnstöcken sollte die Installation abgetrennt und entleert werden. Im Estrich installierte Badzimmer sind zu entleeren, ebenso freistehende Waschküchen, den Herd inbegriffen, natürlich auch Leitungen ins Freie (Gartenleitungen, Gartenhähnen u. dergl.) So einfach das Entleeren ist, so häufig wird es vergessen oder nicht richtig gemacht: Weil durch den natürlichen Luftdruck eine Wassersäule von 10 Meter Höhe festgehalten wird, muß man nicht allein den Haupthahn schließen und den Entleerungshahn öffnen, sondern auch die Auslaufhähnen am Ende der Leitungen aufdrehen, damit bei Luftzutritt die Leitungen und Hähnen leerlaufen. Da im Laufe der Jahre die Hauptabstelhähnen undicht werden können, empfiehlt es sich, die Entleerungshähnen offen



zu lassen, damit allfällige Durchsicherungen sofort zum Abfluß kommen. Es kam schon oft vor, daß bei undichtem Abstellhahn und geschlossenem Entleerungshahn sich die Leitungen langsam füllten und durch den Frost zersprengt wurden.

Ist eine Leitung oder ein Hahn eingefroren, so warte man nicht, bis es „von selbst“ auftauert. Da das Eis um  $\frac{1}{11}$  mehr Raum einnimmt als das Wasser, aus dem es entstand, so sind eingefrorene Leitungen und Hähne immer gerissen, manchmal allerdings so fein oder an unzugänglichen Stellen, daß man's nicht wahrnimmt. Taut das Eis, so entsteht gewöhnlich eine Überschwemmung, was in Badzimmern, leeren Wohnungen u. dergl. böse Überraschungen geben kann. Will man selbst auftauern, so verwende man hiezu weder glühende Kohlen, noch eine Lötlampe, sondern heißes Wasser oder ungelöschten Kalk, letzteren namentlich bei Leitungen im Freien oder in der Erde.

Beim elektrischen Strom hat man weder eine Geruchswahrnehmung, noch eine Überschwemmung als Anzeichen für Verluste. Es kann höchstens vorkommen, daß ein Kocher, ein Bügeleisen, ein Ofen usw. „elektrifiziert“. Das ist ein Zeichen von Stromverlust. In sehr vielen Fällen rührt das „Elektrifizieren“ von der zu wenig sorgfältigen Behandlung der Apparate. Wir entnehmen hierüber den „Mitteilungen für Elektrizitätsverbraucher“, herausgegeben von den St. Gallisch-Appenzellischen Kraftwerken A.-G. folgendes: „Es ist vor allem darauf zu achten, daß die Kontaktdüsen, das sind die Anschlußstellen der Zuleitung, trocken bleiben und nicht verschmutzt werden. Sobald sich dort Unrat und Feuchtigkeit absetzt, kann der Strom, statt nur durch den Heizkörper zu fließen, einen Weg über diese unreine bezw. feuchte Stelle und das Gehäuse nehmen. Das Gehäuse erhält auf diese Weise Spannung, und es wird wegen der Feuergefährlichkeit

mehr oder weniger stark elektrifizieren. Man merke sich aber, daß diese Apparate zwecks Reinigung niemals unmittelbar ins Waschwasser eingelegt werden dürfen.

Im weiteren sind auch die Zuleitungsschnüre vor Nässe zu bewahren und nicht durch Verdrillen zu beschädigen. Zur Unterbrechung des Stromes soll man immer den Stecker an der Wand bezw. den Ausschalter und nicht die Anschlußstelle am Kocher benützen.“

In einer elektrischen Anlage kann auch Strom verloren gehen durch Erdschluß, d. h. wenn ein Leiter, der isoliert sein sollte, mit der Erde in leitende Verbindung kommt. Um solche Verluste festzustellen, gibt es wieder ein einfaches Mittel: Man schalte alle Stromverbraucher aus und beobachte einige Zeit den Zähler; steht er längere Zeit still, so ist kein Stromverlust durch Erdschluß; läuft der Zähler beständig, wenn auch nur langsam, so ist etwas nicht in Ordnung. Man rufe daher das Elektrizitätswerk oder einen tüchtigen Installateur. Jedenfalls unterlasse man es, selbst an den Installationen „herumzukünsteln“; denn abgesehen davon, daß man den Schaden meistens doch nicht beheben kann und vielleicht noch anderes dazu beschädigt, sind elektrische Anlagen bei unsachgemäßer Bedienung lebensgefährlich. Da fast jede Woche in der Zeitung zu lesen ist, durch Stehenlassen eines angeschlossenen Bügeleisens sei ein Brandfall entstanden, darf man den Wunsch wiederholen, daß die Bügeleisen stets auf eine Unterlage aus Blech oder Asbest gestellt werden, bei der durch Füßchen für genügenden Abstand vom Tisch und für „Luftzug“ gesorgt ist. Am sichersten ist es auch dann noch, wenn man das Bügeleisen ausschaltet. Ist man längere Zeit verhindert, so geht so wie so mehr Strom verloren, als man bei heißgebliebenem Bügeleisen erspart, und dauert der Unterbruch nur ganz kurze Zeit, so ist das Eisen rasch wieder heiß.

Gegen Ende einer umfangreicheren Benutzung des Bügeleisens kann man dadurch an Strom sparen, daß man leichtere Sachen zuletzt bügelt und das Eisen schon einige Zeit vorher vom Strom ausschaltet; bis es abgekühlt ist, läßt sich noch manches Stück plätten.

K. R.



## Zitronen und Orangen.

Von Dr. Hans Friedrich.

(Nachdruck verboten.)

In der Obstkultur Italiens spielen heute Zitronen und Orangen zweifellos eine ausschlaggebende Rolle. Das ist aber keineswegs von jeher der Fall gewesen. Beide Frucht bäume haben nicht am Mittelmeer ihre Urheimat, sondern stammen aus dem südöstlichen Asien. Die süßen Formen der Orangen sind in China und Cochinchina entstanden, aber erst ziemlich spät, denn die Schriftsteller des griechischen und römischen Altertums kennen sie noch nicht, ebensowenig wie die Zitrone. Zur Kaiserzeit wurde nur der Zitronatbaum (*Citrus medica cedra*) in Italien angepflanzt. Aus seinen Früchten wird heute das allen Hausfrauen wohlbekannte Zitronat hergestellt. Dagegen verwendeten die Griechen und Römer die „persischen Apfel“, wie sie die Früchte nannten, als Motten-schutz für ihre Kleidertruhen.

Daß der Zitronenbaum eigentlich aus einem südlicheren Himmelsstrich stammt, verrät sich in seiner Empfindlichkeit gegen rauhes Wetter. Noch in Oberitalien bedarf er ganz besonderer Pflege. Die Bäume stehen dort an hohen Mauern. Zwischen ihnen sind Pfeiler errichtet, so daß sie im Winter mit Brettern überdacht werden können. An kalten Tagen wird sogar geheizt. Erst auf neapolitanischem Gebiet und auf Sizilien gedeihen die Zitronen ungeschützt wie die Obstbäume in unseren Gärten.

Der Zitronenbaum wird selten über fünf Meter hoch, aber er blüht während des ganzen Jahres und trägt deshalb

häufig Blüten, grüne und gelbe Früchte zugleichzeit. Die Zweige sind zuweilen dornig und bilden nur eine lichte Krone.

Wenn die Zitronen nach auswärts verfrachtet werden sollen, pflückt man sie noch grün und bringt sie in die sogenannten „Fermentierhäuser“, wo sie zwei bis drei Wochen lang bei einer Temperatur von etwa 50° C. nachreifen. Durch dieses Verfahren wird die Schale dünn und gelb. Weitere, aber kühle Aufbewahrung macht sie haltbar, so daß sie nicht so schnell faulen.

Von allen seinen Verwandten ist der Zitronenbaum der ertragreichste. Jeder Baum liefert durchschnittlich tausend bis zweitausend Früchte im Jahr.

Die größte Ausfuhr an Zitronen in Europa hat Sizilien, das jährlich mehr als eine Milliarde davon verfrachtet. Auch die Riviera di Ponente, westlich von Genua, Spanien, Portugal und Nordafrika sind wichtige Ausfuhrländer. In den Vereinigten Staaten von Nordamerika gibt es in Florida und Kalifornien ungeheure Zitronengärten. Die geschätzteste Sorte in Europa sind die Messina-Zitronen, die schlechteste die spanischen Malaga-Zitronen.

Es gibt übrigens auch süße Zitronen. Sie stammen von der *Lumie* (*Citrus lumia*), die in Italien vielfach angebaut wird.

Man erntet in Südeuropa dreimal jährlich Zitronen; zuerst von Ende Juli bis Mitte September, dann im November, zuletzt im Januar.

Die Orangen (Apfelsinen) stammen vom Orangenbaum (*Citrus aurantium*), der bis zwölf Meter hoch wird und dessen weiße Blüten einen noch stärkeren Duft als die Zitronenblüten besitzen.

Die Hauptanbaugebiete des Orangenbaumes sind Sizilien, Spanien, Portugal, Nordafrika, Kalifornien, Florida, Venezuela. In geschützten Lagen findet er sich auch noch an der Nordküste des Mittelmeeres von Genua bis Marseille, erreicht aber hier nicht mehr die Größe des Apfelbaumes. Weiter süd-



lich liefert ein Baum durchschnittlich 600 bis 800 Früchte im Jahr, also bedeutend weniger als der Zitronenbaum.

Die bekannte, von vielen wegen ihrer Bitterkeit hochgeschätzte Orangenmarmelade wird vorzüglich aus der nahverwandten bitteren Art, der Pomeranze oder Bigaradie (*Citrus bigaradia*) bereitet. Die Blüten sind größer als die Orangenblüten und von starkem, sehr lieblichem Geruch.

Die dicken, tief dunkelgrünen, sehr wohlriechenden Blätter finden zur Bereitung eines trefflich schmeckenden Thees Verwendung. Auch als Arznei gegen nervöse Beschwerden werden sie gebraucht. Aus ihnen, sowie aus den jungen Trieben und unreifen Früchten gewinnt man ein ätherisches Öl. Die jungen, erst erbsen- bis kirschgroßen, noch nicht orangegelben, sondern grau-grünen Früchte dienen den Apothekern zur Bereitung von Tinkturen. Gedrechselt, macht man aus ihnen auch Rosenkränze. Die reifen Früchte kommen wie Zitronen und Orangen in den Handel, doch viel seltener, weil man nur ihre Schale als Würzmittel, zum Beispiel für Punsch und Liköre, braucht. In Südeuropa selbst findet auch das Fruchtfleisch zur Limonadebereitung Verwendung. Aus den getrockneten und dann fast geruchlosen, eingesalzenen Blüten wird Orangenöl und Orangenblütenwasser gewonnen. Die Pomeranzen-ernte erfolgt vom September bis März.

In den letzten Jahrzehnten sind in immer wachsender Zahl Mandarinen auf den Markt gekommen. Sie erfreuen sich besonderer Beliebtheit, weil sie ihre geringere Größe den Orangen gegenüber durch stärkere Süße ausgleichen. Es sind die Früchte der Mandarinenorange (*Citrus nobilis*), die ursprünglich aus Cochinchina stammt, jetzt aber viel auf Sizilien angebaut wird. — Zitronen, Orangen, Pomeranzen, Mandarinen und Zitronatfrüchte werden von den Italienern zusammenfassend als *Agumen* bezeichnet.

## Haushalt.

### Luftdichtes Abschließen der Fenster.

Die fertig käuflichen Dichtungsstränge für schlechtschließende Fenster sind für manche Hausfrau eine fühlbare Ausgabe, wenn eine große Anzahl Fenster des Abdichtens bedarf. Ein trefflicher Ersatz dafür sind schmale Streifen von weißer, guter Watte, die man fingerbreit schneidet und mit Dextrin in die Fensterfalze klebt. Es ist dabei nicht nötig, die ganzen Flächen mit Klebstoff zu versehen, sondern es genügt vollständig, diesen etwa spannläng hier und dort aufzustreichen. Dann drückt man die Wattestreifen, leicht gedreht, dagegen, schließt das Fenster etwa 10 Minuten und schneidet nach dem Öffnen alle überstehenden Wattlefasern ab. Sind die Mauern stark, so daß sich ein Fenstermantel erübrigt und ist das Fenster nur unter dem Rahmen luftdurchlässig, so empfiehlt es sich, lange, schmale Rissen in der Breite des Fensterbrettes und Fensters mit zerschnittenem Zeitungspapier, fingerbreit geschnitten und wie Holzwolle aufgeschüttelt, zu füllen und einen passenden Überzug mit etwa 30 Cm. langen Überhangstreifen zu machen.

### Friskerhaltung von Backwaren.

Viel besser als die meist in Gebrauch befindlichen Brot-, Kuchenapseln und Kästen aus Blech sind solche aus irdenem Geschirr. Namentlich Brötchen und Semmeln bleiben vollständig frisch im Geschmack, wenn man sie in einen irdenen Topf legt und diesen mit ebensolchem Deckel schließt.

## Küche.

### Koch-Rezepte.

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

### Gemüseraisuppe (für 4 Personen).

Zutaten: 60 Gr. Reis,  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser, 10 Gr. Fett, 2 kleine Rüben,  $\frac{1}{2}$  Lauchstengel,  $\frac{1}{2}$  Sellerie, 50 Gr. Wirsing oder Rabis, eine kleine Zwiebel,  $1\frac{1}{2}$  Liter Wasser oder Knochenbrühe, Salz.

Zubereitung: Der Reis wird erlesen und gewaschen, die Gemüse gepuzt und klein geschnitten. Reis und Gemüse werden in dem Fett leicht geschwitz, mit der heißen Flüssigkeit abgelöscht, 30 Minuten gekocht und mit Salz abgeschmeckt. Kochzeit: Vorkochzeit 10 Minuten, Zeit in der Kochkiste wenigstens  $1\frac{1}{2}$  Stunden. „Unser täglich Brot.“

### Gedämpfte Fische.

1 Kilo Fisch (kleine Schellfische oder Merlan), 80 Gr. Butter oder Fett, 20 Gr. Mehl, Saft einer Zitrone, 1 Eßlöffel Senf, Zwiebel, Salz und Pfeffer. Das Mehl wird in der zerlassenen Butter leicht geschwitzt, die zubereiteten Fische, ohne Kopf, hineingegeben, den Rücken nach oben. Nun wird der mit dem Zitronensaft verrührte Senf darüber gegeben, die Fische mit Salz und Pfeffer gewürzt, ca. 1 1/2 Dezilit. kochendes Wasser darüber gegossen und eine in Streifen geschnittene Zwiebel darauf gelegt. Im heißen Bratofen läßt man die Fische eine halbe Stunde dämpfen; sie sollen während dieser Zeit einmal mit der sich bildenden Sauce begossen werden.

### Rutteln auf italienische Art.

500 Gr. Rutteln, 1 Eßlöffel Fett, 2 gehackte mittlere Zwiebeln, 2 Tabletten Maggi's Tomatensauce, 50 Gr. geriebener Käse, Salz, Pfeffer. Die Rutteln in feine Riemchen schneiden, die feingehackten Zwiebeln im Fett dämpfen, die Rutteln beifügen und ein paar Minuten mitrösten. 2 Tabletten Maggi's Tomatensauce zerdrücken, mit heißem Wasser (zirka 4 Dezilit.) zu einem glatten Brei anrühren, diesen den Rutteln beifügen, die Rutteln in der Sauce kochen, bis sie weich sind, den geriebenen Käse begeben, salzen, pfeffern, ziehen lassen, anrichten und servieren.

### Kartoffelsalat mit Mayonnaise.

Man kocht die Kartoffeln mit der Schale, schält sie, während sie noch warm sind und schneidet sie gleich in feine Scheiben, worauf man sie mit Bouillon übergießt (1/4 Liter auf einen tiefen Teller voll geschnittener Kartoffeln). Man schwenkt sie einige Male in der Kaffe-rolle und läßt sie abkühlen. Hierauf bereitet man von 2 rohen Eidottern, 1/4 Liter feinem Öl, 5 Eßlöffel Essig, kalter Bouillon, 6 Eßlöffel saurem oder süßem Rahm, Salz und weißem Pfeffer eine Mayonnaise. Die Hälfte davon mischt man mit den Kartoffeln und türmt diese in Form eines Zuckerhutes auf der Schüssel auf, übergießt sie mit dem Rest der Sauce und garniert mit Mixed-Pickles. Die Sauce muß etwas dünner sein als gewöhnliche Mayonnaise. „180 Kartoffelrezepte.“

### Weißer Böhnli mit Tomatensauce.

200 Gr. Böhnli, 50 Gr. Speck, 1 kleine Zwiebel, 1 Tablette Maggi's Tomatensauce, Salz, Pfeffer. Die Böhnli waschen, ein paar Stunden vor dem Kochen oder über Nacht in lauwarmem Wasser einweichen, dann mit dem Einweichwasser und der Zwiebel aufsetzen und weichkochen. Den Speck in kleine Würfel schneiden, mit der Zwiebel in einer Pfanne leicht dämpfen, eine Tablette Maggi's Tomatensauce zerdrücken, mit zirka 4 Dezilit.

heißem Wasser anrühren und dem Speck beigegeben, einige Minuten kochen lassen, die gekochten Böhnli in die Sauce geben, nach Belieben würzen und anrichten. Linsen werden wie Böhnli zubereitet; je nach Geschmack kann zu deren Zubereitung auch Maggi's Zwiebelsauce verwendet werden.

### Gemüseragout.

Kartoffeln, Randen, Apfel und Salzgurken nimmt man zu gleichen Teilen. Randen und Kartoffeln müssen erst gekocht, dann geschält und in Würfel zerschnitten werden. Apfel und Salzgurken werden ebenfalls geschält und würfelig geschnitten. Dazu noch 1—2 Eßlöffel Kapern und nach Belieben etwas fein verriebene Zwiebel. Nun bereitet man eine weiße Buttersauce, gibt die zugerichteten Beigaben hinein und läßt das Gemüse ungefähr noch eine halbe Stunde kochen, bis die Apfelmwürfel schön weich sind. Durch Zugabe von Salz, Muskat und Zitronensaft kann man das Ragout mehr oder weniger pikant machen.

### Amerikanische Bratäpfel.

Große kräftige Äpfel werden geschält, das Kernhaus höhlt man sorgfältig aus. Dann stellt man einen Apfel neben den andern auf eine mit Butter bestrichene feuerfeste Platte, gießt außen herum ein wenig Wasser oder alkoholfreien Weißwein, füllt die Höhlung jedes Apfels mit Zucker und legt ebenfalls auf jeden Apfel ein Stückchen Butter. Backzeit im Ofen 3/4—1 Stunde. Nach Belieben können nun die Äpfel auf eine andere Platte sorgfältig angerichtet und mit Konfitüre gefüllt werden.

U. Bircher, „Diätetische Speisezettell“.

### Orangentorte.

125 Gr. Mehl, 125 Gr. Kartoffelmehl, 175 Gr. Zucker, 85 Gr. Butter, 2 Eier, Saft von 1 Orange, 1/2 Tasse Milch, 1 Paket Backpulver. Füllung: 250 Gr. Apfel, Saft von 1/2 Zitrone, 2 Orangen, 60 Gr. Zucker.

Die Butter wird schaumig gerührt, Eier und Zucker nach und nach dazugegeben und 1/2 Stunde gerührt. Dann siebt man die beiden gutgemischten Mehlsorten dazu und verdünnt fortwährend mit der Milch und dem Orangensaft. Dem letzten Viertel des Mehles gibt man das Backpulver zu. Der fertige Teig kommt rasch in eine gut bebutterte Springform und diese sofort in den Ofen. Backzeit ca. 3/4 Stunden. Die erkaltete Torte wird mit nachstehender Füllung gefüllt, eventuell mit Orangenschnitzchen garniert und Torte wie Schnitzchen mit Orangenglasur überzogen. — Füllung: Die geschälten Äpfel und Orangen werden entfernt, kleingeschnitten und mit dem Zitronensaft und 1/2 Dezil. Wasser weichgekocht, durch ein Sieb gestrichen und mit dem Zucker dick eingekocht. „Gritli in der Küche.“



## Gesundheitspflege.

Die winterliche Zimmerluft ist durch Heizen, Lichtbrennen, geschlossene Fenster (Doppelfenster) und Türen naturgemäß schlechter als im Sommer. Der ständige Aufenthalt in solcher Luft bewirkt langsam zunehmende Blutverschlechterung, die sich hauptsächlich in Nervenschwäche und später in Stoffwechselkrankheiten äußert. Wirklich gute reine Luft erhalten wir nur von außen durch die geöffneten Fenster. Man bewirke durch kurze Öffnung aller Fenster einen kräftigen, kurzen Luftzug. Dann soll sofort alles wieder zugemacht werden. Dadurch wird die schlechte Luft aus dem ganzen Zimmer vertrieben und der Wärmeverlust ist nur gering, weil bei dem schnellen, ganz kurzen Luftzug Ofen, Wände, Möbel gar nicht abgekühlt werden, so daß durch ihre nachherige Wärmeausstrahlung bald wieder eine gemüthliche Temperatur eintritt.

Sehr nötig ist eine fachgemäße Hautpflege, denn die dickere Kleidung und die jetzt von den meisten seltener vorgenommene Ganzwaschung (Bad) bewirken auf der Haut eine größere Ansammlung von Staub, Schuppen, Talg und vermehrten Lufthunger. Man reibe morgens gleich nach dem Aufstehen, wenn der Körper gut durchwärmt ist, die ganze Haut (entkleidet) kräftig mit einem recht rauhen Tuche oder Bürste sie energisch mit einer kurzborstigen Bürste. Hierdurch werden Staub und Hautschuppen entfernt, die Poren zur Ausdünstung und Atmung frei, die Blutgefäße erweitert (leichte Rötung und wohlige Wärme der Haut), die Nerven angeregt. Zugleich nimmt man dabei noch ein nervenstärkendes Luftbad. Dies alles trägt dazu bei, die Hautfederkraft zu üben, was zur Abwehr von Erkältungen dient.

## Kinderpflege und -Erziehung.

**Soll man den Kindern auch Taschengeld geben?**

Alle erfahrenen Pädagogen beantworten diese Frage in bejahendem Sinne, indem sie das Taschengeld in der Hand der Kinder als eine unumgänglich notwendige erzieherische Maßregel bezeichnen, sofern nämlich die Eltern hinsichtlich der Höhe des Betrages das Richtige treffen und die Kinder ihnen von Zeit zu Zeit über die Art der Verwendung Rechenschaft ablegen müssen. Gibt man den Kindern (wobei aber nur ältere Kinder gemeint sind, die auch den Wert des Geldes schon kennen) zu wenig Taschengeld, so verleitet man sie dazu, das Fehlende auf irgend eine unpassende

Art zu erlangen; gibt man ihnen aber zu viel Geld in die Hände, so werden sie leicht verschwenderisch und lernen den Wert des Geldes und den sparsamen Umgang damit nie recht schätzen. Inbezug auf die richtige Wertschätzung des Geldes können wir Eltern und Erwachsene aber nicht eindringlich und nicht früh genug auf die Kinder einwirken und hiebei bildet gerade eine öftere Kontrolle über eine richtige Anwendung und zweckmäßigstes Ausgeben des Geldes das Hauptmittel zur Erziehung der Kinder zu soliden, sparsamen Menschen. Allerdings soll man sie zur rechten Sparsamkeit erziehen, nicht zu einer solchen, die in Geiz ausartet, auch nicht zu einer übel angebrachten Sparsamkeit, wobei man im spätern Leben sich durch Unterlassen notwendiger Reparaturen und der allernotwendigsten Lebensmittel- und Kleideranschaffungen aus Furcht vor den Kosten mehr schadet als nützt.

—r.

## Gartenbau und Blumenkultur.

**Dattelpalmen selbst zu ziehen.**

Die Dattelpalme nimmt als Zierpflanze in den Zimmern die erste Stelle ein. Sie ist die Palme, die sich am besten an Zimmerluft gewöhnt, sogar mit einem Platz vorlieb nimmt, der für viele unserer einheimischen Zimmerpflanzen ganz ungeeignet wäre. Trotz ihrer Genügsamkeit findet man die Dattelpalme verhältnismäßig selten in unseren Wohnräumen: das mag in dem hohen Anschaffungspreise seinen Grund haben. Wer aber Geduld hat und Blumenschmuck in seinen Zimmern liebt, der kann sich Dattelpalmen selbst aus Samen ziehen. Dabei verfähre man folgendermaßen:

Die Dattelkerne werden im Monat Januar eingesteckt. Ein großer und mehrere kleine Töpfe werden mit recht grobem Sägemehl angefüllt. In dieses Sägemehl steckt man nun, ca. 1 Cm. tief, den Dattelkern. Zum Aufgehen bedarfer Wärme und Feuchtigkeit. Die Wärme darf bis 30° C. betragen und kann leicht dadurch erzielt werden, daß man den Topf auf den Ofen stellt, aber zur Abhaltung der größten Hitze einige Eisenstäbchen unter den Topf legt. Das Gießen geschieht mit lauwarmem Wasser. Nach drei bis fünf Wochen beginnt der Kern zu keimen. Er treibt zuerst eine Wurzel nach unten und ein Blatt nach oben, das allerdings nicht das Aussehen eines Palmenblattes hat, vielmehr einer dicken Bohne gleicht. Erst mit dem vierten bis sechsten Blatt beginnt die Teilung und jedes weitere Blatt wird immer schöner. Ist das erste Blatt 5 Cm. lang geworden, wird die Palme in einen kleinen Topf gepflanzt. Es schadet gar nichts, wenn man die lange Wurzel spiralförmig umbiegt. Lauberde mit Lehm vermischt ist am vorteil-



haftesten für das Wachstum der Pflanze. Man kann jetzt über die Pflanze eine Glasglocke decken, um sie vor Zug zu schützen. Nach einigen Wochen pflanzt man die Palme wieder in einen größeren Topf und nun wird man seine Freude daran haben, wie herrlich sich die Blätter entwickeln. Es darf nur nicht unterlassen werden, gut zu gießen. 12–15° C. ist ihr die liebste Temperatur. Diese selbstgezogenen Palmen sind gar nicht empfindlich, sie kränkeln selten und erfreuen den Züchter durch ihr herrliches Grün. U. E.

## Tierzucht.

### Vorteilhafteste Verwertung erfrorener Kartoffeln.

Sind während großer Kälte infolge unrichtiger Aufbewahrung Kartoffeln derart starkem Froste ausgesetzt gewesen, daß sie als menschliches Nahrungsmittel nicht mehr verwendbar sind, so braucht man sie deshalb nicht, wie dies so häufig geschieht, einfach fortzuwerfen, denn solche erfrorenen Kartoffeln lassen sich noch sehr gut als Futter für Kleinvieh und Geflügel verwerten, wenn man sie auf folgende Art behandelt:

Die gefrorenen Kartoffeln werden zuerst in recht kaltem Wasser ganz langsam zum Auftauen gebracht. Hierauf werden sie nach zwei bis drei Tagen herausgenommen, in lauwarmem Wasser sauber gewaschen und dann in genügend reinem kaltem Wasser über Feuer gebracht und weichgekocht. Hierauf werden die Kartoffeln in einen leeren sauberen Holzkübel eingestampft, dessen Boden man zuerst mit Kochsalz bestreut. Auch zwischen hinein kommt Kochsalz; jedesmal wenn wieder einige Kartoffeln eingestampft sind, wird diese Schicht mit einer Hand voll Salz bestreut. Das Ganze wird zuerst mit einem reinen Tuche, dann mit einem gut passenden Holzdeckel bedeckt und zuletzt mit einem Stein beschwert. Das Salz erhält die Kartoffeln nicht nur haltbar, sondern nimmt ihnen auch den widrig süßlichen Geschmack. —r.

## Frage-Ecke.

### Antworten.

95. Wenn auch zu spät, teile ich Ihnen mit, daß ich als beste Weihnachtsgut das bekannte Singer's Hauskonfekt, bestehend aus ca. 10–12 Sorten, sehr empfehlen kann. Ich selbst habe die Herstellung meines Weihnachtsgebäcks schon längst aufgegeben, da mich genannte Marke stets vollauf befriedigt.

E. J.

96. **Nußbaum und Eichen** werden immer beliebte Holzarten sein und sind auch von unbegrenzter Haltbarkeit. Heutzutage wird aber eine Reihe von Hölzern für Aussteuern verarbeitet und diese Hölzer sehen sehr gut aus. Aber das Schönste und Beste entscheidet der Geschmack — auch ein einfaches Tannenmöbel kann Generationen dienen, wenn man sich die Mühe zu sorgfältiger Pflege nimmt. Die heutigen Möbelformen sind sehr ansprechend — ich finde ein Zimmer mit abgerundeten Möbeln viel heimeliger, als ein solches mit „Eckmöbeln“. Leserin.

97. Das Rezept zu **Schwartenrollen** wird am ehesten in der Westschweiz erhältlich sein, wo ich vor langen Jahren dieses in der deutschen Schweiz weniger bekannte Gericht genoss. L. in J.

98. **Messing** läßt sich mit Zigarrenasche gut reinigen. Ich feuchte ein Lederläppchen ganz wenig an (Wasser, Spiritus oder Essig), betupfe den Flecken mit der Asche und habe sehr bald einen schönen Glanz. Bei etwas feuchter Behandlung weichen die Flecken schneller; wo keine solchen zu vertreiben sind, kann auch trocken behandelt werden. E.

98. **Essig, Salz und Mehl** zu einem Teiglein vermischt, ergibt ein gutes Puzmittel für **Messing**. Ich mache Sie aber darauf aufmerksam, daß die Firma Wernle, Zürich, ein sehr gutes, für alle möglichen Metalle geeignetes Puzmittel verkauft. U. in J.

### Fragen.

1. Wo kann man sich Anleitung zur Herstellung kleiner **Blumengärten** (Schrebergärten) holen? Ich sehe selten ein wirklich hübsches Gärtchen, das dem Besitzer und dem Beschauer Freude macht — in der Regel ist es ein unschönes Durcheinander, auch da, wo man nicht „Kraut und Rüben“ pflanzt. Existiert keine Schrift, die ganz besonders auf diese kleinen Verhältnisse Rücksicht nimmt? Gartenfreund.

2. Besteht noch kein **Kochbuch für Alleinlebende**, das die vegetarische, sowie die Fleischküche berücksichtigt? Auskunft verdankt im voraus U. in J.

3. Wie bereitet man einen guten, aber nicht sehr teuren **Ruchenteig**? Die Rezepte mancher Kochbücher sind so vielbräutig. Für guten Rat dankt J.

4. Wie kann man **Dörrobst** gut zubereiten? So sehr ich und andere das Obst lieben — in gedörrtem Zustand verliert es den Reiz, es muß an der Zubereitung liegen. Hausfrau in J.

5. Lassen sich **Marzipan-Pfefferli** im Haushalt selbst bereiten? Wenn ja, wer gibt mir ein gutes Rezept an? Die beim Konditor bezogenen sind etwas teuer. Frau G.