Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 2 (1880)
Heft: 26

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: 05.07.2025

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

Nr. 26. 1880.

Schweizer Frauen-Zeitung.

Zweiter Jahrgang.

Abonnement:
Bei Franko-Zustellung per Post:
Jährlich . . . . . Fr. 5. 70
Halbjährlich . . . . „ 3. —
Vierteljährlich . . . . „ 1. 50
Ausland mit Zuschlag des Porto.

Korrespondenzen
und Beiträge in den Text sind gefälligst an die Redaktion der „Schweizer Frauen-Zeitung" in St. Gallen zu adressiren.

Redaktion
eines im Stillen wirkenden gemeinnützigen Frauenkreises.

St. Gallen.

Insertion:
15 Centimes per einspaltige Petitzeile
Bei Wiederholungen Rabatt.

Die „Schweizer Frauen-Zeitung" erscheint jeden Samstag.

Publikationen
beliebe man franko einzusenden an die Expedition der „Schweizer Frauen-Zeitung" in St. Gallen.

Verlag und Expedition
von Altwegg-Weber z. Treuburg in St. Gallen.

Motto: Stets strebe zum Ganzen; — und kannst Du ein Ganzes nicht sein,
So schließe als williges Glied dienend dem Ganzen Dich an.

Samstag, den 26. Juni.

Mit Nr. 27 beginnt das **zweite Semester** oder **dritte Quartal** der „**Schweizer Frauen-Zeitung**". — Das Blatt wird unsern werthen Abonnenten, welche dasselbe direkt unter Adresse beziehen, unverlangt auch weiter zugesandt.

Post-Abonnenten, die nicht für das ganze Jahr bezahlt haben, wollen bei ihren Postämtern ungesäumt neue Bestellung machen, damit keine Verzögerung in der Expedition eintritt.

Neu eintretenden Abonnenten können die Nummern des I. Semesters auf Verlangen nachgeliefert werden, soweit der kleine Vorrath noch reicht.

Die Expedition
der „Schweizer Frauen-Zeitung".

Sago, Reis und Mais.

Es dürfte einen Theil unserer Leser gewiß interessiren, über diese drei Nährschwestern Einiges zu vernehmen bezüglich ihrer Heimath, der spätern Verpflanzung und enormen Bedeutung, welche dieselben erhalten haben. Sind doch alle drei auf dem Tische des Armen wie des Reichen immer ein schätzbares Gericht und wäre es auch noch so einfach zugerichtet, so ist deren anerkannte Nährkraft doch allgemein geschätzt und was ihnen zur großen Verbreitung am meisten Vorschub leistete, das ist die vielfache Bereitungsweise, deren diese Hülsenfrüchte eben fähig sind.

* * *

Der Sagobaum soll in Malabar und Japan, nach Anderen in den Molukken ursprünglich zu Hause sein. Diese Bäume haben ein sehr langsames Wachsthum; man zieht sie theils aus Kernen, theils indem man den weichen Gipfel abschneidet und in Sand steckt, woselbst er sich jedoch ein ganzes Jahr halten kann, ehe sich neue Triebe zeigen. Manche treiben auch Wurzelsprossen, die man verpflanzen kann.

Die Japaner gewinnen aus dem Stamme Mehl und backen dieses zu Brod, das sie Sagu nennen. Die jungen Blätter und die jungen Schosse geben Gemüse. Der Saft der Blätter soll arzneikräftig sein. Die Früchte werden mit Zucker gegessen. Auch der Kern wird gegessen, soll jedoch frisch etwas bitter sein. Daß der aus China und Japan in Handel gebrachte Sago vorzüglich von dieser Pflanze kommt, ist außer Zweifel.

Der Stamm wird dicht über der Wurzel abgehauen, in zwei Hälften gespalten, so daß man das Mark herausnehmen kann. Dieses wird zerkleinert und in kaltem Wasser so lange gewaschen und geknetet, bis die darin befindlichen Fasern, die obenauf schwimmen, alle entfernt sind. Dies so abgesonderte Kraftmehl wird dann noch in einem Sacke oder Siebe mit Wasser ausgewaschen, und entweder in einer viereckigen Form in einem Ofen zu Kuchen gebacken oder für den europäischen Handel gekörnt, indem der Teig durch ein Sieb getrieben und die so kugelig geformten Körner an der Sonne und bei mäßigem Feuer getrocknet werden, wodurch sie sich oft röthlich färben.

Ein einziger Sagobaum, der an 7 Jahre zu seiner Reife braucht, gibt auf diese Weise oft an 400 Pfund Sago. Der weiße Sago, der mehr gesucht ist, erhält seine weiße Farbe durch öfteres und vorsichtigeres Waschen. Auch mehrere Palmen liefern Sago; der amerikanische wird aus dem Mehle der Patatenknollen mit dem Marke der Kohlpalme vermischt und der deutsche Sago aus Kartoffelmehl bereitet.

* * *

Der Reis. Keine unserer Nährpflanzen dürfte wohl einer so großen Anzahl von Menschen als Nahrungsmittel dienen, wie der Reis, und sein Anbau würde sich gewiß schon längst viel weiter verbreitet haben, wenn er zu seinem Gedeihen nicht einer großen Wärme und zugleich Feuchtigkeit bedürfte. Er erfordert eben eine Sommerwärme von 23° und schon deshalb können seine Grenzen auf der nördlichen Halbkugel nur der Aequator und der mittlere Parallelkreis sein, wenn die Ernte eine wirklich ergiebige sein soll.

Der Berg-Reis gedeiht am besten auf höher gelegenen, bergigen, aber immer feuchten Orten und erlangt seine ganze Entwicklung binnen 3—4 Monaten. — Der Sumpf-Reis gedeiht dagegen mehr auf niedern sumpfigen Orten und wird am meisten gebaut, doch braucht der gemeine 6—7 Monate bis zu seiner Reife, der frühzeitige jedoch nur 4 Monate.

In Südasien ist der Reis fast das einzige Nahrungsmittel der niedern Volksklassen. Der Japaner, Chinese, Ostindier und die Bewohner des asiatischen Archipelagus, Madagaskars, Kleinasiens und Persiens, im nördlichen Afrika und ganz Süd-Europa würden ohne den Reis kaum existiren können, und viele Arme würden ohne ihn den Hungertod sterben müssen.

Durch Europäer in die neue Welt gebracht, hat der Reisbau eine so große Ausdehnung gewonnen, daß er auch dort unentbehrlich geworden ist. In der Lombardei wird ebenfalls viel Reis gebaut. Bedenke man nun aber noch, wie viel Reis außer Landes geht, wie häufig er auch da gegessen wird, wo er nicht angebaut, sondern durch den Handel eingeführt wird, so dürfte der Reis, wie wir schon ausgesprochen, gewiß das allgemeinste Nahrungsmittel der Erde sein.

Die Felder, auf denen er gebaut wird, müssen nochmals bewässert werden; die abwechselnde Bewässerung und Abtrocknung des Bodens macht aber die Luft sehr ungesund. Man überläßt daher in den Vereinigten Staaten den Reisbau lieber den armen Negersklaven, und die Sterblichkeit in solchen Gegenden soll so groß sein, daß immer neue Negertransporte dahin geschickt werden müssen. Die Regierung von Mailand beschränkt aus demselben Grunde den Reisbau nur auf bestimmte Gegenden. Unter allen in Europa in den Handel kommenden Sorten ist der Carolina-Reis aus Süd-Carolina am meisten geschätzt. Er hat zartgestreifte, ganz weiß durchscheinende Körner, ist reinschmeckend und länger, schmäler und weißer als der Mailänder. Von dem ostindischen Reis kommt nur der von Java, Bengalen und Koromandel zu uns.

Das Reismehl enthält unter 100 Theilen 85,07 Stärkemehl, 3,60 Kleber, 4,80 Holzfaser und außerdem geringe Quantitäten von Oel, Schleimzucker und phosphorsaurem Kalk. Zum Brodbacken eignet es sich hienach nicht gut, denn dieses würde bald dürr und hart. Auch Bier läßt sich nicht aus Reis brauen; die Chinesen und Ostindier sollen aber eine Art von Wein aus ihm bereiten, der dem weißen Xereswein gleichkommt. Im Morgenlande gewinnt man vielen Spiritus und mit Zuckerrohr und dem Safte mehrerer Palmen den Arrak. — Eine Abkochung des Reises ist ein schleimiges, reizminderndes Arzneimittel, auch wird dieser Brei zur Zurichtung der Seidenzeuge benutzt. In Paris macht man aus aufgeweichtem Reis eine Schminke, aus dem Stroh aber flechtet man Damenhüte und bindet Handbesen.

* * *

Wir schließen die Betrachtung mit dem Mais, auch türkischer Waizen genannt, obwohl es viel wahrscheinlicher ist, daß er aus Amerika, als aus der Türkei kommt; wenigstens ist so viel gewiß, daß die Europäer bei Entdeckung Amerika's in diesem Welttheile ihn bereits vorfanden und er nachher daselbst häufig angebaut wurde, während er in Europa bis dahin ganz unbekannt geblieben und kein Schriftsteller von ihm gesprochen. Die Spanier brachten den Mais zuerst nach Europa. Nach Deutschland gelangte er in der ersten Hälfte des 16. Jahrhunderts aus Griechenland und Asien, und daher rührt wahrscheinlich der oben erwähnte Name. Anfangs wurde er jedoch nur in Gärten angebaut; die allgemeine Verbreitung, namentlich in Tyrol, erfolgte erst zu Anfang des 18. Jahrhunderts. Jetzt wird der Mais in ganz Süddeutschland häufig gebaut, im Norden dagegen nur hie und da. In den Vereinigten Staaten von Nordamerika beträgt jetzt der Maisertrag das Doppelte der Ernte aller übrigen Getreide-Arten.

Die Maiskörner schmecken süßlich, mehlig, mit einem eigenthümlichen Nebengeschmack, und übertreffen an nährenden Bestandtheilen alle übrigen Getreidearten; sie enthalten 76,0 Stärkemehl, 2,5 Kleber, 9,5 Extraktivstoff, 1,5 Eiweiß, 1,5 Schleim und 9,0 bleibt Rückstand.

Die Körner dienen Menschen und Vieh als Nahrung; man bereitet aus ihnen Grütze und Mehl, und das Brod, besonders mit Weizen und Roggen wohl vermischt, ist kernhaft und wohlschmeckend. Aus Maismehl allein gebacken wird das Brod weißer als Semmel, aber sehr bald hart, läßt sich jedoch schnell wieder aufweichen. Aus 100 Pfund Körner kann man 30—40 Pfund feine Stärke erhalten. Auch zum Bierbrauen und Branntweinbrennen wird der Mais verwendet. Die ganz jungen Kolben werden in Essig eingelegt, um als Salat zu dienen; auch lassen sich die schon milchigen Körner rösten. Aus dem obern Stengeltheile bereitet man Zucker und Syrup, aus den Halmen gewinnt man Pottasche. Das Stroh ist wegen seines Zuckergehaltes, ebenso wie die jungen Halme gutes Viehfutter, und mit den Blüthenscheiden füllt man Matratzen u. s. w.

Ueber Kochschulen und Haushaltungskunde.

(Fortsetzung.)

Wirkung unverdaulicher Speisen.

Unverdauliche Speisen, wie fettes Fleisch, schweres Backwerk, heißes Brod, unreifes Obst und Gemüse, Thee, Kaffee, Gewürze und andere Reizmittel sind zu vermeiden. Kinder, welche dergleichen essen, sind oft dick, aber ihre Muskeln sind weich, ihre Knochen dünn und schwach und der Organismus zu Entzündungen geneigt.

Um diesen Uebelständen entgegen zu wirken, muß man viel mageres Fleisch, Fisch, Hafermehl, Grahambrod, Eier, Milch, Aepfel, Zwiebeln, Sellerie, Spargeln, Blumenkohl, Spinat reichen. Das Frühstück ist gleich nach dem Aufstehen zu nehmen, die Hauptmahlzeit um Mittag und das Nachtessen zwei Stunden vor Schlafengehen.

Anzeichen einer genügenden Ernährung.

Wenn die Nahrung allen Anforderungen entspricht, so müssen Körper und Geist dem Alter angemessen entwickelt sein. Die Augen sollen glänzend und die Wangen rosig, die Glieder rund und die Lebensgeister geweckt sein. Entspricht der Zustand des Körpers dieser Beschreibung nicht, so ist dadurch der Beweis ungenügender Ernährung gegeben.

Wenn die Gesundheit bei geistiger Anstrengung zu leiden beginnt, so ist zunächst reichliche Bewegung in freier Luft, sodann eine größere Menge von Milch, Eiern, Fleisch und Brod in der Nahrung nothwendig. Namentlich ist der Genuß von Milch geboten.

Lernen vor dem Frühstück.

Es ist der Gesundheit im Allgemeinen nicht zuträglich, bei nüchternem Magen zu lernen, dagegen wird durch mäßige Bewegung im Freien die Eßlust geweckt. Jedenfalls darf das Lernen am frühen Morgen nur in Absätzen geschehen. Ein Spaziergang, leichte Arbeit im Garten u. dgl. fördern das Wohlbefinden. Bei Regenwetter können Musik, Zeichnen, leichte Turnübungen gesunde Abwechslung bieten.

Nothwendigkeit einer regelmäßigen Essenszeit.

Die Untersuchungen verschiedener bedeutender Forscher haben dargethan, daß die Lebensthätigkeit des Morgens am größten ist, daß die Verdauung und der Assimilationsprozeß*) in den Frühstunden am schnellsten vor sich gehen und daß deßhalb um diese Zeit eine genügende Menge von Nahrungsmitteln zugeführt werden muß.

Der Gefahr, den Magen beim Frühstück zu überladen, ist dadurch vorgebeugt, daß diese Mahlzeit meistens aus einfachen Speisen besteht. Ein gesundes Kind hat nie Verdauungsbeschwerden nach einem reichlichen Frühstück. Erst gegen Abend, wenn das Verdauungssystem weniger energisch arbeitet, ist dasselbe nicht mehr im Stande, ein Uebermaß von Speisen zu verarbeiten.

Kinder, welche des Morgens um sechs Uhr aufstehen, sollten nicht später als um sieben Uhr ihr Frühstück einnehmen. Ist dies nicht thunlich, so sollte nach dem Ankleiden wenigstens eine Tasse Milch mit etwas Brod genossen werden.

Das Frühstück sollte aus einfachen Speisen, wie Brod, Butter, weichen Eiern, namentlich aber aus viel Milch bestehen. Die gesunde Eßlust muß vollkommen gestillt werden, da durch das lange Fasten während der Nachtstunden der Magen völlig entleert wurde.

Ebenso wichtig wie ein reichliches Frühstück ist ein frühzeitiges, gesundes Mittagessen aus frischem Fleisch und Gemüse, reichlich Brod und etwas Obst. Die Speisen müssen gut zerkaut werden; dazu ist ein Glas kühlen frischen Wassers zu trinken. Eine Abwechslung von nahrhaften Suppen, gedämpftem Fleisch ꝛc. ist zu empfehlen.

Die Abendmahlzeit soll aus leicht verdaulichen Speisen bestehen, frühzeitig eingenommen und der Appetit völlig befriedigt werden. Das Nachtessen soll wenigstens zwei Stunden vor dem Schlafengehen genossen werden.

Für Knaben wie für Mädchen ist es nothwendig früh zu essen, weil sie frühzeitig zu Bette gehen müssen und die Verdauung alsdann weit genug vorgeschritten sein muß, um die Nachtruhe nicht zu beeinträchtigen. Wenn ungewöhnliche Anstrengungen nicht eine stärkere Mahlzeit erfordern, so genügt eine Milchsuppe mit Brod oder als Abwechslung gekochtes frisches Obst, Eiern ꝛc.

Täglich erforderliche Nahrungsmenge.

Knaben von 15—20 Jahren bedürfen fast ebensovieler Nahrung wie erwachsene Männer, d. i. etwa 6 Pfund im Tage. Mädchen desselben Alters brauchen ungefähr 4 Pfund. Wo sich bei Knaben oder Mädchen Zeichen ungenügender Ernährung kund geben, sind vorzüglich nahrhafte Suppen zu empfehlen. Für Knaben wie für Mädchen soll die Art der Speisen durch den Appetit bestimmt werden, es sei denn, daß derselbe auf ganz verkehrte Dinge verfällt. Mädchen sind in dieser Beziehung meistens wählerischer als Knaben und müssen deshalb genau beobachtet werden.

(Schluß folgt)

*) Assimilation, — Verähnlichung, Einverleibung, allmälige Verarbeitung und Verwandlung der genossenen Nahrungsmittel in Lymphe, Blut, Fleisch u. s. w.

Der ungenügende Erfolg in der Volksschule

oder:

Vor zwanzig Jahren und heute noch wahr.

(Fortsetzung von Nr. 21.)

„Hier hören wir nun die Frage: Aber soll denn nicht eben die Schule den Charakter der Kinder bilden, sie erziehen, den schlimmen Einflüssen, denen sie im Kreise der Familie begegnen, entgegen arbeiten, dieselben neutralisiren? —

„Entgegenarbeiten soll die Schule denselben und zwar mit allen ihr zu Gebote stehenden Mitteln, und wo sie das nicht thut, verfehlt sie ihres höchsten Zieles und ihrer wichtigsten Aufgabe; aber neutralisiren, aufheben ihre schädlichen Einflüsse, das kann sie nicht; mithelfen an der Erziehung soll sie, aber die Erziehung machen, das kann sie nicht; denn die Einflüsse alle, welche die Familie auf das Kind abgibt, sind die mächtigeren, die nachhaltigeren, als die die Schule hat. Ist ja doch die allgemeine Grundrichtung des Charakters schon da, wenn das Kind in die Schule eintritt, und lebt es ja in der Familie eine weit längere Zeit hindurch als in der Schule.

„Darum ist ja das Haus, die Familie, diejenige Anstalt, von der der wichtigste, nachhaltigste Einfluß auf die Jugend ausgeht und ausgehen soll, und darum hat der Zustand der Gesittung, der Geist, der in der Familie herrscht, einen so unberechnbaren Einfluß auf den Zustand der Gesellschaft, daß mit dem Werthe des Familiengeistes, der häuslichen Erziehung, auch der Werth des Volksgeistes, das Glück der Nationen steigt und fällt.

„Das Haus, die Familie ist die Stiftung, aus der Wohl und Weh, Kraft und Schwachheit der Völker hervorgeht, und Schule und Kirche können nur auf diejenigen Lebenselemente, die durch die Familie schon gegeben sind, fußen, sei es dieselben verwendend, einigend, bewahrend, oder sei es davor warnend, dagegen protestirend, sie bekämpfend.

„Und so ist dann jene Richtung, die dahin geht, immer mehr allen erzieherischen Einfluß auf die Kinder der Schule zu überlassen, von ihr Alles zu erwarten, alle Last und Verantwortlichkeit ihr aufzubürden, eine irrige, ja gefährliche.

„Und diese Richtung ist da, sie zeigt sich in den höhern Schichten der Gesellschaft, in der Neigung, sobald nur immer möglich die Kinder aus dem Hause zu entfernen und den Anstalten anzuvertrauen; in den niedern in den immer währenden Klagen über die Schule, wenn nicht das aus dem Kinde wird, was die Eltern erwarten, und in beiden, der höhern und niedern, darin, daß die Eltern die Neigung haben, immer mehr alle elterliche Autorität an die Schule abzugeben; in der Schlaffheit und Weichlichkeit gegenüber den Kindern in Bezug auf ernste und konsequente Forderung eines pünktlichen Gehorsams.

„Wir können es nicht läugnen, diese Richtung ist da: die Jugend will sich von der elterlichen Gewalt emanzipiren, und unzählige Eltern lassen sich die Gewalt — wir meinen nicht die rohe, gemeine Gewalt, aber die sittliche Gewalt, die ihnen naturgemäß verliehene Autorität — aus den Händen reißen. Unzählige Eltern wollen den Kindern nicht wehe thun mit Zucht und Forderung eines strengen Gehorsams, oder wollen den Gehorsam nur durch Schmeicheleien und Versprechungen auf Umwegen erzielen, und merken nicht, daß sie dadurch ihre Kinder eines unendlich wichtigen Erziehungselementes berauben; denn das ist gewiß: wer als Kind nicht gehorchen gelernt hat, lernt als Mann nicht befehlen.

„Es meinen zwar diese Eltern nicht, daß das Kind nicht erzogen werden, nicht gehorchen lernen solle, nur wollen sie selbst mit diesem dornenvollen Geschäfte so wenig als möglich zu thun haben; sie meinen, keine Zeit dazu zu haben, wollen es der Schule, der Kirche, den Anstalten überlassen. Aber die Schule und die Kirche, so sehr sie das darin liegende Vertrauensvotum anerkennen mögen, müssen doch dieses Geschenk abweisen; sie müssen zu den Eltern sagen: wenn ihr den in der sittlichen Weltordnung euch zukommenden Theil der Arbeit nicht übernehmet, so können wir die Aufgabe, die ihr uns stellt, auch nicht erfüllen; wenn ihr nicht „mit uns sammelt, so zerstreuet ihr“; wenn ihr nicht in eine Solidarität der Bestrebungen mit uns eingehet, so können wir ohne eure Mithülfe, welche die wichtigste ist, im besten Falle wenig, im schlimmen Falle nichts ausrichten; wenn nicht in harmonischem Streben nach dem gleichen Ziele von euch und uns ein gleichartiger Einfluß auf die Kinder ausgeht, so ist unser Einfluß gering; wenn das Kind den Zwiespalt zwischen euch und uns gewahrt (und

wie bald gewahrt es ihn!) so ersticken in diesem Zwiespalt die zartesten, besten Keime geistiger Energie und sittlicher Kraft im Kinde.

„Der Schluß aus Allem ist der: eine nicht geringe Ursache der Erscheinung, daß so Vieles von dem in der Schule Gepflegten verloren geht, ist in den Mängeln der häuslichen Erziehung zu suchen."

(Fortsetzung folgt.)

Eingemachte Früchte.

Welche Wohlthat sind die eingemachten Früchte zu derjenigen Jahreszeit, da die frischen Früchte uns fehlen. Doch erfordert deren Zubereitung Mühe und einige Uebung. Eine ganz einfache und vorzügliche Art, Früchte für den Winter einzumachen, zu konserviren, bietet folgendes Verfahren: In ein Porzellangefäß oder großen, gut glasirten irdenen Topf, mit einem passenden Deckel gut verschließbar, oder mit Blase leicht zu verbinden, gibt man eine Flasche guten Rhum, Cognac, oder andern französischen Branntwein — Rhum ist das Vorzüglichste — und pflückt die ersten Früchte, welche reifen, hinein (Kirschen entsteint man) mit dem nämlichen Gewichte an Zucker. Die Beeren werden rein verlesen und nach und nach, wie sie reifen, ebenfalls mit dem nämlichen Gewichte von weißem Zucker eingelegt und das Ganze jedesmal mit einem hölzernen Löffel leicht umgerührt. Aprikosen, Pfirsiche und Zwetschgen werden ebenfalls entsteint, die Haut abgezogen und wenn nöthig in zwei Stücke getheilt. Auch feine Aepfel und Birnen sind, wenn fein geschält, entkernt und in Stücke geschnitten, sehr gut verwendbar. Rhum und Zucker verbinden sich mit den verschiedenen Fruchtsäften zu einem feinen, wohlschmeckenden und pikanten Ganzen, das Jedermann munden wird. Von Schimmel oder Umstehen ist bei dieser Zubereitungsart keine Rede und das Gefäß braucht mit dem Deckel gut verschlossen bloß im trockenen, kühlen Keller aufbewahrt zu werden. Wer den Fruchtsaft besonders liebt, kann, um mehr davon zu erzielen, noch mehr Rhum u. dgl. beigeben.

Zahnärztliches.

Aus der Feder unseres bewährten zahnärztlichen Korrespondenten erhalten wir auf unsere in Nr 24 unseres Blattes gestellten Fragen nachfolgende Antworten, die wir bestens verdanken:

1) Die Salicilsäure-Präparate sind, wie überhaupt alle Säuren, den Zähnen schädlich und sollten vom Arzte, resp. Zahnarzte, nur in speziellen Fällen verordnet — als pathologisches Heilmittel — nie aber als kosmetisches oder präservatives Mittel gebraucht werden. Die Säuren lösen je nach ihrer Verdünnung und nach ihrer kurzen oder längern und mehr oder weniger häufigeren Einwirkung nach und nach den Schmelz der Zähne auf, weßhalb auch Essig, Obst ꝛc., sowie Süßigkeiten und auch andere Speisenreste, sofern sie längere Zeit im Munde verbleiben und sich in Säure verwandeln, den Zähnen sehr nachtheilig sind.

2) Das ächte Eau de Botot ist ein entschieden gutes Zahnmittel; es sollte aber nie die mechanische Reinigung der Zähne vermittelst der Bürste ersetzen, was für die Gesunderhaltung derselben immer das Beste ist. Weil jedoch das ächte Eau de Botot im Handel ziemlich theuer ist, werden eine Masse Nachahmungen verkauft, die theils gut sind, theils aber sogar schädliche Ingredienzien enthalten.

Anmerkung der Redaktion. Da es kaum Sache unserer verehrl. Leserinnen sein dürfte, unter den vielen angekündigten Sorten von Eau de Botot das richtige herauszufinden, so sind wir im Falle mitzutheilen, daß wir Gelegenheit hatten, ein solches nach seinen Bestandtheilen und Wirkung selbst zu prüfen. Es trägt die Etiquette: F. Montigel, pract. Zahnarzt in Chur, und ist ein vorzügliches Präparat. Ob dasselbe aber in den Handel kommt, ist uns nicht bekannt.

Alphabetischer Blumenkranz.

Achtung.

Die Achtung ist nicht die Wurzel, aus welcher die Liebe erwächst; aber sie ist die Ulme, an der jene sich aufrankt und ihre köstlichen Früchte reift.

Beruf.

Kinder zu einem Beruf, den sie selbst nicht erwählen, zwingen, heißt: verlange vom Baume Früchte anderer Art.

Camellia.

Das Schöne stammet her vom Schonen, es ist zart
Und will behandelt sein wie Blumen edler Art;
Wie Blumen vor dem Frost und rauher Stürme Drohen
Will es geschonet sein, verschont von allem Rohen.

Dankbarkeit.

Dankbarkeit ist eine zarte Pflanze, Dank ihre edle Frucht. Dankbarkeit blüht gleich jedem Gewächse öfter falsch: Schwäche, Leichtsinn, Gewohnheit, Umstände, Verderbtheit zerstören die Frucht, welken die Pflanze selbst. Der ächte Wohlthäter, der ächte Nützliche ist kein ängstlicher Gärtner, der säet und pflanzt, um zu ernten. Er streut Hülfe aus, wenn man ihrer bedarf, unbekümmert, ob ihm Früchte erwachsen. Aber begegnet er zufällig der glücklich aufgeschossenen Pflanze, labt ihn die gediehene Frucht, so freut er sich des herrlichen Erzeugnisses, das er fand, ohne es zu suchen.

Einigkeit.

Ein Bienlein macht noch keinen Sang
Ein Lüftlein keinen Duft:
Doch Tausende von Einigkeit
Im Lindenbaume hoch und breit,
Mit süßem Duft und süßem Klang
Erfüllen sie die Luft.

Freundschaft.

Die Freundschaft ist keine exotische Pflanze. Sie gedeihet auf jedem Boden und fliehet die Treibhäuser. Sie ist die Würze des Lebens, und der Gott der Liebe schuf sie für jedes Klima, dessen Bewohner Sinn und Gefühl für ihren Anbau haben: Laßt uns solche immer recht warten, so trägt sie uns Blumen und Früchte.

Abgerissene Gedanken.

Wenn der Mann ein Weib liebt, so spricht er von ihren Vorzügen; ist seine Liebe für sie erloschen, so spricht er von den seinigen.

* * *

Der Edelmuth eines Freundes ist die beste Bürgschaft unseres eigenen Werthes; wahre Freundschaft ist nur zwischen gleich edlen Seelen möglich.

* * *

Um kleine Dinge gut zu verrichten, dürfen wir sie uns nicht zu klein — und um große auszuführen, müssen wir sie uns nicht zu groß vorstellen.

* * *

Auf jedem Platze in der Gesellschaft ist eine Krone zu erwerben, wenn man ihn edel auszufüllen vermag.

Briefkasten.

B. in **L.** Kampher-Pommade ist fast in jeder Apotheke zu beziehen; wenn Sie aber solche selbst bereiten wollen, so halten Sie sich an folgendes Rezept: 100 Gramm reines Schweinefett setzt man in einer großen Tasse oder passenden Porzellantopf in einer mit Wasser theilweise gefüllten Pfanne auf das Feuer. Wenn das Fett geschmolzen und so durchsichtig wie Oel geworden ist, schüttet man allmählig 30 Gramm Kampherpulver hinein und rührt das Ganze mit einem Hölzchen um. Man nimmt es vom Feuer, sobald sich das Fett gänzlich mit dem Kampherpulver verbunden hat, was etwa in 2–4 Minuten geschehen ist, und läßt die Mischung noch einige Minuten stehen, um sie sodann sorgfältig in den zur Aufbewahrung bestimmten Topf abzugießen Wenn auch durch den Preis des Kampherpulvers nicht zu den billigeren Haarmitteln gehörend, so ist die Kampherpommade doch unstreitig eines der vorzüglichsten Hülfsmittel zur Konservirung des Haares.

L. M. Z. Weil Ihr Kleiner Nachts noch mehrmals trinkt, schläft er nicht ruhig und nicht fortgesetzt. Der nächtliche ungestörte Schlaf wird Ihren Liebling viel mehr stärken, als die Nahrung, welche ihm denselben raubt. Zur Beförderung des Schlafes dürfen Sie getrost die Einwicklungen fortsetzen; sie beruhigen und unterstützen die Verdauung. Wir wissen aus Erfahrung, daß es für eine ängstliche junge Mutter nicht leicht ist, gelassen und ruhig die Anwendung eines Mittels eine Zeitlang fortzuführen, ohne staunenerregende Wirkungen zu sehen, da man eben begierig nach täglichen und stündlichen Wirkungen ausschaut Mit 12 Wochen soll ein Kind in normalem gesundem Zustande eine unabgerahmte, unvermischte Kuhmilch vertragen; nur soll diese durchaus nicht aufgekocht, sondern in heißem Wasser nur auf den natürlichen Wärmegrad gebracht werden; zwei und dreimal aufgekochte Milch ist für kleine Kinder geradezu unverdaulich, sie wird selten von einem Kinde ertragen.

A. K. Bern. Alte Vorurtheile sind wirklich noch so fest eingewurzelt, daß sie als chronisches Uebel aufgefaßt und nur ebenso successive, wie diese, zur Heilung gelangen können. Unsere gegenwärtige Generation, die sich in ihrer Mehrheit am warmen hellen Tage vor Luft, Wasser und Bewegung scheut, kann nicht plötzlich zum Naturzustande zurückkehren. Ueberzeugen Sie eine furchtsame, ängstliche Mutter von den wohlthätigen Einwirkungen der frischen Luft und lassen Sie die Kinder derselben des Nachts auf einmal bei geöffneten Fenstern schlafen, so werden unfehlbar entzündete Augen, Husten, Katarrh und Durchfall die Folgen davon sein. Der plötzliche Wechsel war zu groß, um auf einen Schlag ertragen zu werden. Wird diese Mutter aber vorerst am Tage ihre verzärtelten Kinder an Luft und Wasser gewöhnen, und deren herrliche Einwirkungen an denselben wahrnehmen, so wird ihre übertriebene Aengstlichkeit von selbst verschwinden und die Kinder werden auch die ihnen vorher schädliche Nachtluft vertragen lernen. — Mit Ihnen würdigen und schätzen wir die Werke Paul Niemeyer's, denen wir im Interesse der Volkswohlfahrt die weitmöglichste Verbreitung wünschen.

Herr Doktor **K.** in **A.** „Hygienische Schnitzer" — — Hoch vom Olymp herab, Herr Doktor, schleudern Sie Ihre hygienischen Blitze gegen eine Frauen-Zeitung, deren Redaktion sich die Freiheit nimmt, auf einem Gebiete zu beobachten, zu denken und selbstständig zu urtheilen, das Sie, nach Ihren Worten zu schließen, als unverletzlichen, alleinberechtigten Jagdgrund für Ihre persönliche Einsicht gepachtet zu haben scheinen. Denken etwa auf sanitarischem Felde nur Sie allein richtig? Wohl wissen wir, daß es auch heutzutage noch Aerzte gibt, welche von den nicht Medizin studirt habenden Menschenkindern den unbedingtesten Autoritätsglauben an ihre ärztliche Unfehlbarkeit verlangen. Dieser Autoritätsglaube ist aber in unsern Augen ebenso schädlich, als der krasseste Aberglaube. Unseres Erachtens zeugt es von bedeutender Arroganz, auf einem Felde der Vermuthungen, Versuche und Forschungen, wie die Hygienie es ist, zu Andersdenkenden kurzweg zu sagen: Das ist nicht wahr. Die anerkanntesten menschlichen und speziell ärztlichen Größen verschiedener Jahrhunderte haben mit bewundernswürdiger, selbstloser Bescheidenheit und Offenheit bekannt, daß ihr Wissen nur Stückwerk sei. Als Mediziner von Bildung werden Sie wohl hiefür keiner Belege bedürfen. Oder, Herr Doktor! was sagen Sie dazu, wenn es im Leben oft vorkommt, daß in Krankheitsfällen, wo ein zweiter Arzt konsultirt wird, dieser ungescheut von bisheriger „unrichtiger Behandlung" spricht, wenn die Leichenöffnung einen vollständigen Widerspruch mit den Ansichten und Behauptungen des Arztes zu Tage fördert? — wenn der Patient an den Folgen dieser Widersprüche gestorben ist? — was sagen Sie dazu, wenn die unstudirten Leute solche Thatsachen ebenfalls „ärztliche Schnitzer" nennen? Was Sie auf Ihrem ärztlichen Gebiete glauben, das ist Ihre persönliche Ueberzeugung, die als solche zu respektiren ist; aber es ist keineswegs denkbar, daß diese stets und in allen Fällen der Inbegriff der Wahrheit sei, daß Sie das Recht der Unfehlbarkeit für sich beanspruchen könnten Auf keinem Gebiete ist die Duldsamkeit gegen Andersdenkende so sehr am Platze, als in der Medizin und in der Religion. Was in frühern Zeiten beiderseits als unumstößliche, heilige Wahrheit gelehrt und zu glauben befohlen wurde, über das setzt sich der denkende und forschende Menschengeist heute hinweg und sucht neue Bahnen und neue Wahrheiten, die wahrscheinlich in kurzer Frist wieder durch neue Wahrheiten verdrängt werden. Ist denn der unvollkommene Mensch überhaupt im Stande, vollkommene Wahrheit zu ergründen und zu fassen? Glauben Sie denn, daß alles wirklicher Fortschritt ist, was die Geister von heutzutage von denjenigen früherer Zeiten unterscheidet? Doch, um auf die „hygienischen Schnitzer" zurückzukommen: was beweist der gegenwärtig so heftig entbrannte Kampf um die Frage betreffend den Impfzwang? Stehen sich nicht auf beiden Seiten bedeutende, hochgebildete und sehr erfahrene ärztliche Persönlichkeiten gegenüber? Die Einen nennen die Impfung — um mit Ihren Worten zu sprechen — einen „hygienischen Schnitzer und die Andern erheben sie zu einer der größten und segensvollsten Erfindungen auf gesundheitlichem Gebiete. Wo ist nun die Wahrheit und wo der Irrthum? Die unstudirten Leute suchen keines von Beiden unbedingt weder da noch dort, sondern währenddem die Aerzte sich darüber in den Haaren liegen, so strengen sie den eigenen natürlichen Verstand an und nehmen Beobachtungen und Erfahrungen zu Hülfe, um vielleicht — entschuldigen Sie, Herr Doktor! — auch ohne autorisirten ärztlichen Wegweiser das Richtige zu finden. Denn: eine Einrichtung oder Sache, wovon das Wohl und Weh Aller abhängt, hat nicht nur ein Jeder das **Recht,** sondern sogar die **Pflicht,** seiner Prüfung und Beurtheilung zu unterwerfen.

Fr. **H. S. R.** Mangold enthält nicht so viel Eisen wie Spinat, ist aber immerhin empfehlenswerth. Das Gesandte unterliegt noch unserer Prüfung, die Zeit hiefür ist uns aber knapp bemessen.

T. F. Herzlichsten Gruß! Wir freuen uns aufrichtig auf eine persönliche Besprechung. Näheres brieflich.

Anglo-Swiss Kindermehl.

Nahrhafter, löslicher und leichter verdaulich als andere Kindermehle. Vollständige Zusammensetzung desselben findet sich auf der Etiquette.

Preis per Büchse à 1 engl. Pfund **Fr. 1.**

Zu haben in **St. Gallen** bei **C. Rehsteiner,** Apotheker; **C. W. Stein,** Apotheker. (O F 2682)

Milchprodukten-Fabrik

von

Gerber & Cie., Thun (Schweiz).

Kindermehl und condensirte Milch.

Prämirt auf allen Ausstellungen.
Empfohlen von den ersten Aerzten des In- und Auslandes.
Prospekte mit Zeugnissen gratis.

Hausfrauen und Waschanstalten

sei hiemit das

Fettlaugenmehl

von J. A. Embs in Heilbronn a. N.

als wahrhaft praktisches und unschädliches Wasch- und Reinigungsmittel allen übrigen gleichnamigen Fabrikaten gegenüber bestens empfohlen.

Dasselbe ist in den meisten Kolonial- und Materialwaaren-Geschäften zu haben.

Bodenwichse, nach neuem Verfahren dargestellt, weiß und gelb, geruchlos, rasch trocknend, nicht klebend, gegen Wasser- und Seifenflecken widerstandsfähiger als die gewöhnlichen Wasser- und Terpentinwichsen, **sehr ergiebig;**

Bodenlack, transparent hell und dunkel, hauptsächlich für **Bodenkreuze;**

Bodenlack mit Deckfarbe, gelb und braun, für tannene Böden, Treppen ꝛc., schnell trocknend, geruchlos, leicht abzuwaschen und wichsbar;

Geräthschaftenlack, schnell trocknend, grau, grün, roth und schwarz,

empfiehlt **Carl Haaf** in **Bern.**

Strichmuster mit Preis und Prospektus franko Niederlagen in Apotheken und Droguerien. (H 652 y)

Nouveautés.

Trousseaux. Layettes.

M. ZUST

Waaggasse Nr. 7, hinter dem „Hôtel Baur"

ZURICH.

Lingeries. Broderies.

Zeichnungsatelier.

Artho-Kuhn, Agentur, Marbach (St. Gallen).

Praktische Feuer-Anzünder.

Unentbehrlich sind für jede Hausfrau die neu erfundenen **Anzünder,** mit welchen man ohne Späne oder Kleinholz leicht und sicher anfeuern kann, indem man auf die Watte Petroleum gießt, den Anzünder darauf setzt, nach 10 Minuten ist derselbe gesättigt und kann leicht mit einem Streichhölzchen angezündet werden, setzt ihn dann brennend in den Ofen oder Herd, legt Holz darüber, und so muß es brennen. Im Coaksfeuer ist es gut, wenn derselbe nach einer Viertelstunde wieder herausgenommen wird. Ein Stück hält bei täglichem Gebrauche 8—10 Monate und ist erstaunlich billig. Schon viele Frauen können ihn nicht mehr entbehren, und wo er noch fehlt, kauft einen solchen von Obigem, wo sie stets auf Lager gehalten und versandt werden.

Mache besonders noch **Hausirer, Handlungen** u. s. w. aufmerksam.

Patentirte Petroleum-Sparlampen

in Kerzenform.

5 Stunden Beleuchtung nur 1 Cts. Petroleum-Verbrauch. Anerkannt billigster und vollkommener Ersatz der Kerzen. **Ohne Feuergefahr.**

Diese Lampe kann in jeden Leuchter (Kerzenstock) oder in jede Laterne gesteckt und wie eine Kerze verwendet werden. Das Abschneiden des Dochtes ist nicht alltäglich nothwendig. Preis per Stück nur **Fr. 1. 20.**

Filial-Depots werden an allen Orten zu errichten gesucht.

An- und Verkauf

von **Maschinen, Fabriken, Wohnungen, Liegenschaften,** sowie allen gangbaren neuen oder ältern Artikeln.

Zu gef. Aufträgen sich bestens empfehlend **Obiger.**

Schwedische Zündholz, prima Qualität,

in Paqueten zu 10 Schächtelchen . . . . . à 25 Cts.,
in großen Schachteln (für Haushaltungen besonders vortheilhaft) . . à 15 „

ferner: diverse **Ständer** und **Streichapparate,** sowie **Anstreichmasse** für dieselben, empfehlen zu gef. Abnahme

Lemm & Sprecher, Multergasse, **St. Gallen.**

In meinem Verlag erschien soeben und ist sowohl **durch mich als auch durch sämmtliche Buch- und Kunsthandlungen** zu beziehen:

Schweizer-Trachten (Costumes suisses).

Nach Originalzeichnungen von Jauslin.

Ausgeführt von der rühmlichst bekannten lithographischen Kunstanstalt von Kaspar Knüsli in Zürich.

Dieselben bilden eine Fortsetzung und Vervollständigung der in meinem Verlag vor einigen Jahren erschienenen **„Flore de l'Helvétie".** Die erste Sammlung wies nur 14 schweizerische Trachtenbilder auf, wogegen die neue Sammlung die weiblichen Trachten aus allen Kantonen enthält und im Ganzen 26 Bilder umfaßt. — Das meisterhaft ausgeführte Tableau (Höhe 54, Breite 66 Centimeter), welches in der Mitte das eidgenössische Kreuz und in geschmackvoller Gruppirung die Kantonswappen ziert, bildet an und für sich einen hübschen Zimmerschmuck und kostet **in Bogen bezogen Fr. 4.** Für ein solches Kunstblatt ist dieser Preis sehr unbedeutend. — Die Ausgabe in Album in hocheleganter Ausstattung kostet **Fr. 5.**

B. F. Haller, Verlagsbuchhandlung, **Bern.**

Dieselben wurden in allen Zeitungen des In- und Auslandes sehr günstig rezensirt. So schreibt die „Thurgauer Zeitung" in Nr. 294 vom 11. Dezember 1879:

„Ein schönes Tableau, das als Wandschmuck für Privat- und Gesellschaftszimmer bestens empfohlen werden darf, bietet uns die Buchhandlung von B. F. Haller in Bern. Es ist dies eine künstlerische Gruppirung sämmtlicher **Schweizer-Trachten.** Leider glauben unsere Schönen in beinahe allen Kantonen, es thue es nicht mehr anders als à la mode de Paris; und doch, wie viel schöne und für die meisten Landmädchen wirklich kleidsame Trachten finden wir in dieser Zusammenstellung. Möge dieses von der Kunstanstalt C. Knüsli in Zürich mit großem Fleiß ausgearbeitete, ächt schweizerische Gemälde namentlich in keinem Gesellschaftszimmer fehlen, damit wir unsere Schweizerinnen, wenn auch nicht mehr in natura, so doch noch auf dem Papier in ihren malerischen Trachten bewundern können."

Neu! Neu!

Diamantine

(Glanzpulver)

zum Schnellreinigen und Poliren aller Metalle, als: **Gold, Silber, Britannia, Neusilber, Kupfer, Messing, Zinn, Blech, Stahlwaaren,** sowie **Fenster-** und **Spiegelglas, Oelanstriche, Marmor** u. s. w.

Durch ein paar Striche hellglänzend nach Wunsch, was bis jetzt durch kein Mittel erreicht worden ist.

Besonders empfohlen: allen Fabriken, Eisenbahndirektionen und Dampfschiffen, Hotelbesitzern, dem löbl. Militär, **allen Haushaltungen** und zum **Selbstgebrauche für Jedermann,** à **Fr. 1. — per ½ Kilo en détail.**

Niederlage und Alleindepot für die Ostschweiz bei Herrn **G. Winterhalter** in **St. Gallen,** Multerg. Nr. 6.

NB. Wiederverkäufer erhalten entsprechenden Rabatt.

Beste

Petrol-Kochapparate

neuesten Systems, ganz **geruchlos** und **rauchfrei** brennend, für 1—10 Personen. **Billigstes** und **bequemstes** Kochen. Aeltere **ändere** um und ist der **Obertheil** zu senden. **Complete Kücheneinrichtungen. Email-Gesundheitskochgeschirr.** Preiscourante gratis und franko von der Fabrik.

Steh- und **Hängelampen,** versehen mit **Mitrailleusenbrennern, Kaiserbrennern,** Kreuzbrennern, Rund- und Flachbrennern.

W. Huber,
Stadthausplatz 13, **Zürich.**

Concentrirte

Essig-Essenz.

Ein Flacon von ¼ Liter Inhalt à **Fr. 1. 25** ist hinreichend, um nach einer an den Flaschen befindlichen Anweisung durch einfaches Mischen mit fünf Liter Wasser oder Wein den reinsten **Doppelessig** zu bereiten.

Haupt-Depot **Carl Haaf** in **Bern,** sowie in Apotheken u. Droguerien. (H 654 y)

Ein recht braves Mädchen, das vier Jahre in Basel und Frankreich gedient, **sucht Stelle als Zimmermädchen oder als Bonne.** Es wird mehr auf gute Behandlung als auf großen Lohn geschaut. Gute Zeugnisse stehen zu Diensten.

Gefällige Offerten unter Chiffre C. Q. 4583 an **Haasenstein & Vogler** in **Zürich.** (c 4583 Z)

Ein seit über 30 Jahren als vorzüglich bewährtes Mittel gegen

Bleichsucht

versendet gegen Nachnahme von **3 Fr.**

Apotheker Hartmann
in **Steckborn.**

Fast umsonst!

In Folge beschlossener Liquidation werden, um das Riesenlager so rasch als möglich zu räumen, **ächte Talmigold-Taschenuhren** um **75 %** unter dem Fabrikpreise veräußert. Gegen Einsendung des Betrages **von nur Fr. 14** oder gegen Postvorschuß (Nachnahme) erhält Jedermann eine hochfeine, echt englische **Talmigold-Cylinderuhr,** eleganter, neuester Façon, in schwerem, reichgravirtem Talmigold-Gehäuse mit besterprobtem, vorzügl. Präzisions-Werk, Sekundenzeiger und Talmigold-Staubmantel.

Diese Uhren gehen auf die Sekunde richtig, wofür Garantie geleistet wird. Zu jeder Uhr wird eine elegante Talmigold-Uhrkette mit Medaillon **gratis** beigegeben und kostet die Talmigold-Uhr sammt Kette u. Medaillon nur **14 Fr.** Echt engl. **Patent-Victoria-Octogon-Wecker-Uhren** per Stück nur 10 Fr. (früherer Fabrikspreis 32 Fr.). Diese Uhren, in elegantem, mit Arabesken reichgravirtem Talmigold-Gehäuse (eine Zierde für jeden Salontisch) sind mit einem höchst sinnreichen mechanischen Lärm-Apparat versehen, haben das best konstruirte Werk, sind nach 36 Stunden einmal zum Aufziehen, gehen auf die Sekunde richtig, wofür Garantie geleistet wird. Preis per Stück nur 10 Fr. Bestellungen sind zu richten an die HH. **Blau & Kann, Generaldepositäre, Wien.**

Die beste Chocolade

CHOCOLAT MAESTRANI

per ½ Kilo Fr. 1. 30, 1. 60, 2. —, 2. 50, 3. 50, 4. —, 5. —.

Druck der M. Kälin'schen Buchdruckerei in St. Gallen.