

# Fragen und Antworten

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Das neue Leben - Im Lichte neuzeitlicher Erkenntnis : monatliche Zeitschrift und Ratgeber über alle Gebiete der Lebensreform**

Band (Jahr): **1 (1929-1930)**

Heft 3

PDF erstellt am: **26.06.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

etwas geraspelte Rüben beigefügt. Zitronensaft und Olivenöl zur Zubereitung verwenden.

b. *Fein zerschnittener Schnittlauch* und geraspelte Rüben ergeben mit Zitronensaft und Olivenöl einen würzigen Salat.

c. Fein zerkleinertes *Weisskraut* mit *geraspelten Rüben* und Meerrettich ist ebenfalls als Salatmischung sehr beliebt.

---

## FRAGEN UND ANTWORTEN

---

**Vollreis, schlecht aromatisch.** (An Hrn. K. in A.) Obschon der Vollreis (unpolierte Reis) viel gehaltvoller ist, habe ich solchen ziemlich schnell wieder aus dem Speisezettel vieler Hausfrauen scheiden sehen. Woran liegt das?

Der Hauptgrund ist der, dass die meisten, die solche Erfahrungen gemacht haben, keinen guten Vollreis bekommen haben, und dann mag es auch in einigen Fällen an der Zubereitung fehlen. Vollreis ist nämlich nicht lange haltbar und wird ranzig, was die meisten Wiederverkäufer selbst nicht wissen. Ist nämlich der Reis von seiner hermetisch verschliessenden Strohülle befreit, dann beginnt der Sauerstoff auf das Fett, vor allem auf den Keimling, der ca. 30 Prozent Fett enthält, einzuwirken und nach ca. zwei bis drei Monaten ist solcher ranzig und verdirbt das ganze, sonst so feine Aroma des Vollreises. Er fängt an zu schaffeln, wie der Fachmann sagt. Auch die Milben, die vor allem an den überseeischen Reistransporten gefunden werden, verschlechtern das Aroma des Reises, was trotz der nachherigen Reinigung nicht immer ganz zu beseitigen ist. In der Schweiz gibt es keine andere Möglichkeit als den Reis jeweils erst vor dem Versande an den Detailverkäufer aus der Strohschale zu befreien, dann kommt er frisch in die Hände der Hausfrau und schmeckt, wenn richtig zubereitet, noch viel besser als der polierte weisse Reis. Wenn man nämlich letzteren nicht würzt, hat er überhaupt kein markantes Aroma, während der Vollreis ein würziges, feines Aroma entwickelt. Über die Zubereitung des Vollreises werden wir in der nächsten Nummer voraussichtlich etwas berichten und raten Ihnen, in Ihrem dortigen Reformhause frischen «Vialonereis» zu verlangen, und Sie sind sicherlich damit gut zufrieden. Man darf bei einem solchen Artikel nicht auf 10 Cts. Preisunterschied achten, denn es gibt auch Geschäfte, die einfach das Billigste kaufen und weder auf die Qualität sehen, noch dafür Verständnis haben. Die neuzeitlichen Nahrungsmittel werden von vielen heute nur um des Verdienstes willen geführt, und es ist daher gut, wenn jede Hausfrau alles ein wenig unter die Lupe nimmt.

**Rohrzucker oder Rohrzucker.** (An L. G., Davos-Platz.) Sie fragen, was zwischen Rohrzucker und Rohrzucker für ein Unterschied sei und woraus Kandiszucker gemacht werde.

Früher war sogar in Fachkreisen, sowie in der Literatur der Name Rohrzucker für verschiedene Zuckerarten gebräuchlich, denn sowohl den aus Rüben, aus Ahorn, sowie aus Zuckerrohr gewonnenen Zucker hat man als Rohrzucker bezeichnet im Gegensatze zu Milch- und Traubenzucker. Heute wird die Sache folgendermassen auseinander gehalten, was der, durch die lebensreformerischen Bestrebungen erstandene Handel bedingte. Unter Rohrzucker versteht man lediglich den Zucker, der aus dem Saft des Zuckerrohres gewonnen wird. Dies ist natürlich der am besten aromatischste Zucker und ist als unraffiniertes Rohrzucker heute in jedem Reformhause, vielfach in dunkler und heller Farbe erhältlich. Der dunkel-

farbige enthält mehr Mineralbestandteile, ist jedoch auch etwas stärker aromatisch.

Rohzucker wird heute als Gesamtbezeichnung aller rohen (unraffinierten) Zuckerarten gebraucht. Es kann also darunter sowohl Rübenzucker, wie auch Rohrzucker verstanden werden.

Rüben-Rohzucker, d. h. der ungebleichte Zucker wie er aus der Zuckerrübe gewonnen wird, ist nicht so fein aromatisch wie der Rohrzucker und ist zum menschlichen Genusse nicht gut geeignet. Besonders wenn solcher zu Fruchtsalaten verwendet wird, kann es vorkommen, dass das Ganze einen seifigen Geschmack bekommt. Rüben-Rohzucker ist zwar billiger als Rohrzucker, jedoch haben viele Hausfrauen, die für unraffinierte Produkte begeistert worden sind, der Sache wieder den Rücken gekehrt, nachdem sie solche weniger dafür geeignete Waren erhalten haben.

Kandiszucker wird meistens aus unraffiniertem Rübenzucker hergestellt und ist dem weissen Zucker entschieden vorzuziehen, da er noch im Besitze der Mineralbestandteile ist. Schon zu Grossmutter's Zeiten hat man dies gewusst und hat Kandiszucker als sog. Brustzucker immer zum Süssen der Kräutertees verwendet.

---

## WARENBERICHT

---

**Obst.** Wenn wir an einem sonnigen Maientag über Land gehen und unser Herz in uns jubelt ob all der Blütenpracht der Obstbäume, mögen wir uns einmal in aller Stille fragen, wozu diese Blütenpracht. Eine einfältige Frage und doch mögen verschiedene Antworten darauf gegeben werden. Die Blütenpracht ist sicherlich auch da, um unser Herz zu erfreuen. Die fleissige Biene holt ihre Rohprodukte aus ihrer Fülle, jedoch der Zweck der Blüte ist Frucht zu bringen, Frucht mit edlen Säften, geladen mit Sonnenenergie, bestimmt zur Nahrung des Menschen.

Ein Teil dient dieser Bestimmung, jedoch der grösste Teil wird den Bakterien zum Frasse gegeben, die als Endprodukt den Alkohol hinterlassen. Most und Schnaps wird aus dem herrlichen Obst bereitet, und unsere Menschheit hungert nach den in diesen Früchten enthaltenen Nährstoffen, Nährsalzen und Vitamine. Es ist wirklich jammer-schade, um all die vielen Tausende von Zentnern Obst, die auf solche Art direkt vernichtet werden, und es ist wirklich Pflicht eines jeden, der dies erkennt, dagegen zu steuern. Dies geschieht vor allem dadurch, dass wir zur Erntezeit recht viel Obst geniessen, so viel wie möglich einkellern und nicht zuletzt auch, indem wir all die Obstverwertungsgesellschaften, die die reinen Obstsäfte in den Handel bringen, kräftig unterstützen. Es gibt einige Gesellschaften die kaltsterilisierten Obstwein in den Handel bringen, und wir helfen einer idealen Sache zum Durchbruch, die auch volkswirtschaftlich von grosser Bedeutung ist, wenn wir solche alkoholfreie Obstsäfte konsumieren, überall verlangen, und unsere Freunde und Bekannten bei Spaziergängen und Ausflügen darauf aufmerksam machen. Wie mir persönlich bekannt ist, stellt z. B. die Emmentalische Weingenossenschaft Ramsei ihren als «Ramseier» bekannten Obstwein kalt sterilisiert her, und zwar ohne Zusatz von Chemikalien, wodurch ein solches Getränk wirklich als flüssiges Obst gewertet werden darf.

**Walliserfrüchte** sind ob ihrem feinen, delikaten Aroma sehr bekannt, nur hat man solche selten zur Genüge bekommen, da die Konserv-fabriken meistens fast alles aufkaufen.