Zeitschrift: Wohnen

Herausgeber: Wohnbaugenossenschaften Schweiz; Verband der gemeinnützigen Wohnbauträger

Band: 15 (1940)

Heft: 4

Rubrik: Die Seite der Frau

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: 16.07.2025

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

Deshalb führte die genannte Universität einen besonderen, vier Jahre dauernden Hochschullehrgang für die Fragen des Aufbaues und der Verwaltung einer Genossenschaft ein und sorgte darüber hinaus noch für weitere Fortbildung.

Als eine der ältesten Universitäten der Vereinigten Staaten hat Maryland um so mehr den Weg für eine umfassende Hochschulausbildung der Genossenschaftsleiter bereitet, indem sie einen vier Jahre dauernden, auf alle Fragen der Genossenschaft eingehenden Lehrgang vorsieht.

Die Universität von Maryland liegt in einem Bezirk der Bundeshauptstadt, in dem viele Genossenschaften und Genossenschaftsverbände ihren Standort haben. Das wird den Studenten besondere Erleichterungen verschaffen. Mit dem Bundesrat der Genossenschaften, dessen Zentralamt sich in Washington befindet, wird eng zusammengearbeitet. Der Bundesrat ist der Hauptverband aller landwirtschaftlichen Genossenschaften der Vereinigten Staaten von Amerika. Durch Abmachungen mit dem Rat wird befähigten Studenten Gelegenheit geboten, bei Genossenschaften verschiedener Art, deren Tätigkeit sich über das ganze Land erstreckt, praktische Erfahrungen zu sammeln.

UNSER VOLK IN ZAHLEN

Stirbt die Schweiz aus?

Direktor Brüschweiler vom Eidgenössischen Statistischen Amt veröffentlichte auf die Landesausstellung eine Arbeit, aus welcher in erschreckender Weise hervorgeht, daß unser Bevölkerungsaufbau sich von der Pyramide zur Birne wandelt. 1900 und 1910 war noch ein kräftiges Fundament da, die jüngsten Jahrgänge waren am zahlreichsten, wir hatten Jugend. — 1960 werden, wenn der Geburtenrückgang so weitergeht wie in den letzten Jahren, nur noch 30 Promille der Bevölkerung auf die 0- bis 4jährigen entfallen, wogegen je über 40 Promille auf die drei Klassen der 45- bis 49-, der 50- bis 54- und der 55- bis 59jährigen. In zwanzig Jahren wird es schon so weit sein! Die meisten von uns hoffen, diesen Zeitpunkt noch zu erleben. Sie alle werden die Folgen dieser Überalterung mittragen müssen. Sie werden es erleben, daß Schulhäuser in Altersasyle verwandelt werden.

Am schlimmsten steht es mit dem Geburtenrückgang in den Städten. Die kinderlosen Familien sind namentlich bei den Intellektuellen anzutreffen. So haben von 1380 Volksschullehrern des Kantons Zürich mit eigenem Hausstand 580 oder 42 Prozent kein Kind, 356 haben nur 1 Kind, 293 deren 2. In 119 Lehrerfamilien wird mit 3 Kindern wenigstens der heutige Bestand der Bevölkerung erhalten, und ganze 32 zürcherische Lehrer hatten im Jahre 1938 4 und mehr Kinder unter 18 Jahren. Wenn auch anzunehmen ist, daß zu verschiedenen Lehrerfamilien im Erhebungszeitpunkt noch ältere Nachkommen gehörten, so ist das Ergebnis dennoch geradezu erschütternd, zumal für diese Kategorie von Beamten sicher nicht materielle Not als Ursache der Kinderarmut geltend gemacht werden kann.

Leider dringt die mut- und kraftlose Kleinfamilie von den Städten aus auch aufs Land vor. Selbst landwirtschaftliche Gebiete lassen in der Fruchtbarkeit nach, und damit versiegt allmählich der Blutstrom, der von der Landwirtschaft her in die Stadt abfließt und diese immer wieder zu regenerieren vermag.

Die Ursachen des Geburtenschwundes liegen hauptsächlich auf weltanschaulichem Gebiete. Der Geist des Materialismus nimmt überhand, man will das Leben genießen. Es wird als unbequem empfunden, wenn man Kinder haben soll und sich mit ihnen abgeben muß. Viele Eheleute lachen sogar, wenn man sie an ihre Verantwortung gegenüber der Zukunft unseres Volkes erinnert. Auch die Sozialpolitik geht zum großen Teil nicht in der Richtung der Begünstigung der Familie, sondern in der Förderung des sorglosen und freien Lebens der Einzelindividuen. Und doch gibt es für Eltern in der Stadt und namentlich auf dem Lande nichts Schöneres und dem Dasein mehr Inhalt Verleihendes, als einer Anzahl gesunder Kinder das Leben geben zu dürfen und sie zu tüchtigen Menschen und Gliedern der Volksgemeinschaft zu erziehen. Ob der Schaffung solcher Werte verblaßt der materielle Genuß, den Geld und Geldeswert verschaffen können. Wir müssen der Hoffnung Ausdruck geben, daß zum mindesten alle Bauerneltern ein innerlich reiches Leben mit Kindern einem bequemen, dafür aber leeren und inhaltslosen Leben ohne Kinder vorziehen. *«Schweiz. Bauernzeitung.»*

DIE SEITE DER FRAU

Rezepte für gemüsearme Monate

Gewiß, im Sommer ist man mit Gemüsen und Kräutern unvergleichlich besser dran als im Winter. Doch lassen sich auch aus den im Frühling erhältlichen Gemüsen viele abwechslungsreiche Gemüseplatten herstellen. Auf Gemüse können und wollen wir ihres Vitamingehaltes wegen nicht verzichten. Probieren Sie einmal das Rezept vom Zehn-Minuten-Kohl, aber so, daß sie ihn wirklich und wahrhaftig nicht länger als zehn Minuten kochen lassen. Er schmeckt so delikat, so richtig nach «frühlingsfrischem» Gemüse, daß man den guten hausbackenen Kabis gar nicht zu erkennen vermeint. Ebenso sind die Kohlschnitzel sehr zu empfehlen. Oder aber, man rollt irgendeine Fleischfüllung in große überbrühte Kohl-

blätter, bindet die Kohlwürstchen und brät sie dann mit Rahmbeigabe im Backofen. Für Spinat möchte ich immer wieder empfehlen, die gewaschenen Spinatblätter ohne jeglichen Wasserzusatz aufs Feuer zu bringen. Spinat enthält viel Flüssigkeit, die zum Dünsten vollauf genügt. Auf diese Weise entfällt das Weggießen des Spinatwassers, in dem die wichtigsten Nährstoffe mit abgegossen werden.

Zehn-Minuten-Kohl

Kohl wird feinnudlig geschnitten und in Salzwasser, nicht zugedeckt, nicht länger als 10 Minuten lang gekocht. Man läßt ihn abtropfen und serviert ihn mit Buttersauce, Milchsauce oder überstreut ihn mit in Butter geröstetem Paniermehl.

Kohl mit Kümmel

Kohl wird geputzt, in vier Teile geschnitten, in Salzwasser unzugedeckt, gekocht, wobei man etwas Kümmel mitkochen läßt. Man läßt den Kohl abtropfen, legt ihn auf die Schüssel und übergießt ihn mit Butter.

Kohlschnitzel

1½ Kilo Kohl wird weich gekocht und gehackt. Das Gehackte wird mit feingeschnittener Zwiebel in Butter geröstet, mit drei Eiern und Paniermehl vermengt und gewürzt. Man formt von der Masse kleine Schnitzel, die in Mehl, Ei und Paniermehl gewendet werden, und bäckt sie.

Kohl

Weichgekochter Kohl wird grob gehackt. Dazu kommen, auf einen Kohlkopf, 50 Gramm Butter, 50 Gramm Paniermehl, 1 Wasserglas voll saurer Rahm, sowie Salz und Muskatnuß. Man dünstet das Gemüse noch eine halbe Stunde. Wenn es zu dick ist, wird es mit Kohlbrühe verdünnt.

Diätspinat

Spinat wird geputzt, gewaschen und ohne Wasser oder mit nur ganz wenig Salzwasser aufgesetzt. Die Spinatblätter werden nicht passiert, sondern bleiben ganz. Auf 1 Kilo Spinat macht man eine Buttersauce aus 1 Eßlöffel Butter und ½ Teelöffel Mehl, gießt zuerst mit kaltem Wasser, dann mit der Spinatbrühe auf, salzt nach und tut den Spinat hinein. Man läßt noch eine Zeitlang am Herdrand dünsten und gibt knapp vor dem Anrichten etwas kalte Milch oder Rahm dazu.

Spinat

1 Kilo geputzter, gewaschener Spinat kommt, ungedeckt, in ganz wenig siedendes Salzwasser. Wenn er gekocht ist, siebt man ab, drückt ihn gut aus und passiert ihn. In einem Eßlöffel Butter bräunt man einen Eßlöffel Mehl und gibt ½ Eßlöffel feingehackte Zwiebel hinein. Dann gießt man mit der Spinatbrühe auf, gibt den Spinat hinein, salzt den Spinat und läßt aufkochen. Man läßt ihn dann noch am Herdrand etwas ziehen.

Blumenkohl mit Paniermehl

Blumenkohl wird geputzt, in Salzwasser weich gekocht, vom Wasser befreit, auf die Schüssel gelegt und mit Butter und Bröseln übergossen.

Gebackener Blumenkohl

Blumenkohl wird gekocht. Man läßt gut abtropfen, zerlegt ihn in einzelne Röschen, die man mit Salz, Pfeffer und gehackter Petersilie bestreut. Man läßt sie ¼ Stunde lang in einer Marinade aus Öl und Zitronensaft liegen, dann nimmt man die Röschen heraus, taucht sie in Backteig, bäckt sie schwimmend in heißem Öl und serviert sie, mit gehackter, gerösteter Petersilie überstreut. Man kann eine Tomaten- oder Käsesauce dazu servieren.

Mangoldgemüse

Der Mangold wird geputzt, gewaschen und ohne Wasser oder mit nur ganz wenig Salzwasser aufgesetzt. Die Blätter werden nicht passiert, sondern bleiben im Ganzen. Die weitere Zubereitung ist beim Diätspinat angegeben. *E. M.*

Ueber die Verwendung von Dörrobst

Im Winter und in der Übergangszeit zum Frühling können Dörrfrüchte frisches Obst teilweise ersetzen. Ein damit hergestellter Rohkuchen, eine ungekochte Creme usw. schmecken vorzüglich, wenn die Früchte richtig vorbereitet sind.

Bevor man Dörrfrüchte zu Rohkostspeisen verwendet, wasche man sie in warmem Wasser (mehrmals erneuern), lege sie dann in ebenfalls warmes Wasser, bis sie davon bedeckt sind, und lasse sie bis zur Verwendung zugedeckt stehen. Weiche Fruchtsorten, wie Zwetschgen, Aprikosen, Pfirsiche, braucht man nicht mehr zu kochen, da sie genügend aufquellen können.

Rezept für rohen Dörrfrüchtekuchen.

Zutaten:

200 Gramm Haferflocken,
1—2 Eßlöffel nicht zu süße Konfitüre,
die geriebene Schale einer halben Zitrone,
1 Eßlöffel Zitronensaft,
1—2 Eßlöffel Rahm,
200 Gramm beliebige Dörrfrüchte.

Zubereitung:

Die Flocken mit allen Zutaten außer den Dörrfrüchten mischen. Mit dem Eßlöffel tüchtig durchkneten, bis ein gleichmäßiger Teig entsteht. Den Teig etwa einen halben Zentimeter dick auf eine Tortenplatte drücken und einen Rand aufbauen. Mit den vorbereiteten Dörrfrüchten belegen.

Beim Einkaufen von Dörrfrüchten ist darauf zu achten, daß, wenn möglich, die an der Sonne oder Luft getrockneten, nicht die mit schwefligen Dämpfen behandelten, gewählt werden. Dörrzwetschgen, die weiß überzogen sind, kaufe man nicht. Der Überzug ist nicht etwa Zucker, sondern es sind Bazillen. Gegen das Frühjahr hin, wenn zum Beispiel die Feigen nicht mehr frisch sind, werden sie manchmal von Händlern in Zuckersirup getaucht und als frisch eingetroffene Sendung verkauft. Dörrfrüchte haben ihre Jahreszeit so gut wie frische Früchte. Sie sollten deshalb am Ende der Saison mit Vorsicht gekauft werden.

Man bewahrt Dörrfrüchte am besten in gut verschließbaren, trockenen Blechbüchsen oder in Stoffsäckchen auf, die man an ganz trockenem Orte aufhängt. Bazillen entwickeln sich, wenn der Aufbewahrungsort feucht ist oder die Dörrfrüchte von Anfang an nicht ganz ausgetrocknet waren. Aufbewahrte Dörrfrüchte sollten von Zeit zu Zeit auf ihren Zustand hin geprüft werden, wie man dies ja mit frischem, eingelagertem Obst auch tut. Sind sie nicht mehr tadellos, so sollten sie nach gründlicher Reinigung nur noch zu Kochzwecken, nicht mehr zu Rohkost, Verwendung finden. *R. K.*