

**Zeitschrift:** Sauter's Annalen für Gesundheitspflege : Monatsschrift des Sauter'schen Institutes in Genf

**Herausgeber:** Sauter'sches Institut Genf

**Band:** 19 (1909)

**Heft:** 3

  

**Artikel:** Unser Kochgeschirr

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-1038206>

### **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:** 01.02.2025

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

günstigerem Licht erscheinen läßt, und nur das Ungünstige benützt wird. Solche Kampfweise ist nicht ehrlich.

In Wahrheit kommt es sehr auf die Umstände an, unter denen die Schafe leben. In Gegenden, wo die Schafe meist im Freien gehalten werden und eine ihnen zuträgliche Weide haben, sind sie viel widerstandsfähiger und abgehärteter als in anderen, wo dies nicht zutrifft.

Wir möchten da auch eine Stelle aus Brehm (ältere Auflage) anführen. Er sagt: „Bei uns zu Lande hat das geachtete Haustier wenige Feinde; schon im Norden und Süden Europas aber ist es anders. Dort schleicht der Wolf häufig genug hinter vollkommen wehrlosen Tieren her — — —. Dafür bleiben die am ärgsten von Feinden heimgesuchten Schafe auch am meisten von Krankheiten verschont, und der Schaden gleicht sich somit wieder aus. . .“

Wenn das obgenannte Geschäftspapier seine Leser mit Aufführung der Krankheiten, die das Schaf befallen können, bange machen will — wie bange könnte dem Leser erst werden, wenn man ihm die unendliche Reihe von Krankheiten aufzählen wollte, denen der Mensch unterworfen ist.

Da ist das Schaf immer noch viel besser daran.

Professor Jaeger müßte ein schlechter Zoolog sein, wenn er nicht wüßte, daß die Gesundheit unseres Schafes keine vollkommene ist. Er hat dies auch nicht verschwiegen, sondern gesagt (Normalkleidung Kap. 68), daß die wilden Tiere sich einer besseren Gesundheit erfreuen, als unsere Haustiere (Weidevieh oder gar Stallvieh), und unter den wildlebenden Tieren die Vögel wiederum gesünder seien als die Bierfüßler. Zu dieser Stufe der Gesundheit könne es freilich der Kulturmensch nicht bringen, er müsse froh sein, wenn er so gesund werde, wie unsere Haustiere, z. B. Schaf und Pferd.

(Prof. Dr. G. Jaegers Monatsblatt).

## Unser Kochgeschirr.

Von G. v. K.

Manche Hausfrauen glauben, daß es gleich sei, was für Kochgeschirr sie für die Zubereitung der verschiedenen Speisen verwenden. Das ist aber durchaus nicht der Fall. Das Kochgeschirr hat nicht nur Einfluß auf das Garwerden der Speisen, sondern vor allen Dingen auch auf das Aussehen und die Schmachthastigkeit derselben, ja, es kann unter Umständen sogar gesundheitschädlich sein.

Speisen, welche langsam, bei nicht zu großer Hitze kochen sollen, kocht man am besten in irdenem Geschirr. Um die neuen Töpfe haltbarer zu machen und etwaige lose Bestandteile der Glasur zu entfernen, setzt man sie, nachdem sie mit Sand und Wasser abgeseuert wurden, mit kaltem Wasser auf. Man gibt je auf ein Liter Wasser 50 Gr. Salz und zwei Eßlöffel Essig und läßt die Mischung eine Stunde lang in den Töpfen köchen. Stark gesalzene oder saure Speisen darf man nicht längere Zeit in irdenen Geschirren aufbewahren.

Das bequemste Kochgeschirr für die Hausfrau und zur Zeit wohl auch das gebräuchlichste ist das emaillierte Kochgeschirr. Die Emailtöpfe lassen sich am leichtesten von allem Kochgeschirr reinigen, sie erwärmen sich sehr schnell und die Speisen in ihnen behalten Farbe und Geschmack. Doch ist es durchaus notwendig, die Emailtöpfe richtig zu behandeln, damit das Email nicht abspringt und in die Speisen gerät, was leicht zu Blinddarmentzündungen Anlaß geben kann. Neue Emailtöpfe kocht man ebenso wie die irdenen eine Stunde lang aus. Man hüte sich davor, Speisen in denselben anbrennen zu lassen, denn die angebrannten Speisen setzen sich so fest an

die Wandflächen, daß man sie abtragen muß, wobei die glatte Oberfläche leidet. Natürlich darf man Emailgeschirr nie ohne Inhalt auf die heiße Herdplatte stellen; man muß es überhaupt vor zu starkem Temperaturwechsel schützen. Das Email springt, wenn man in sehr heiße Töpfe kaltes Wasser gießt oder umgekehrt.

Das Gesetz schreibt zwar vor, daß das Email der Eisengeschirre, sowie auch die Glasur der irdenen Töpfe fast ganz bleifrei hergestellt werden soll, doch wird in dieser Hinsicht noch viel gesündigt. Man kaufe daher nur wirklich gutes Emailgeschirr und lasse sich durch den teureren Preis nicht abschrecken. Um zu erfahren, ob Eisengeschirre mit bleizinnhaltigem Email überzogen sind, gieße man einige Eßlöffel scharfen Essig hinein und lasse sie 12—24 Stunden damit stehen. Einen Teil des Essigs gieße man hierauf in ein reines Glas mit Schwefelwasserstoffwasser, das man in der Apotheke erhält; färbt sich die Flüssigkeit schwarz oder braun, so enthält die Glasur Blei. Obst und Säure dürfen niemals in emailliertem Geschirr gekocht werden; auch Gerste, Reis und Gries erhalten leicht eine blaugraue Färbung und schmecken schlecht.

Zinngeschirre sind für den Gebrauch in der Küche nicht anzuraten, da Zinn Giftstoffe enthält. Ganz besonders muß man sich davor hüten, saure Speisen und Getränke oder Milch in Zinngeschirr aufzubewahren.

Nickelgeschirre sind selbstverständlich sehr teuer, haben aber auch viele Vorzüge und werden jetzt vielfach verwendet. Auch in Nickelgeschirr dürfen die Speisen nicht längere Zeit aufbewahrt werden. An Nickel bildet sich kein Kesselstein. Man reinigt das Geschirr mit Sodawasser und reibt es mit einem Lederlappen trocken.

Kupfer- und Messinggeschirr findet man lange nicht mehr so häufig wie früher in der

Küche, trotzdem es für große Haushaltungen, Gasthäuser u. recht praktisch ist, da es immer seinen Wert behält und sehr haltbar ist. Allerdings ist größte Vorsicht beim Gebrauch von Kupfer- und Messinggeschirr nötig, selbst wenn dasselbe innen verzinnt ist. Man reinige die Gefäße nicht nur nach, sondern auch vor dem Gebrauch aufs sorgfältigste und lasse niemals eine Speise in Messing oder Kupfer erkalten.

Nicht nur in allen Säuren, sondern auch in Del, Fett, vielen Salzen und selbst in reinem Wasser löst sich das Kupfer bei Zutritt der atmosphärischen Luft auf und teilt sich den in solchen Geschirren enthaltenen Stoffen mit. In blanken, kupfernen Gefäßen kann man Obst und andere mäßig saure Speisen ohne Gefahr kochen, nur darf man sie, wie gesagt, nicht längere Zeit darin stehen lassen. Bei verzinnnten Kupfergeräten achte man sorgfältig darauf, daß die Verzinnung nicht abgenutzt ist. Bei täglichem Gebrauch müssen die Sachen oft verzinnt werden. Natürlich darf der Zinnüberzug kein Blei enthalten.

Zum Schluß sei noch das Aluminiumgeschirr erwähnt, das neuerdings doppelt gehärtet und dadurch haltbarer zu haben ist und immer mehr Verwendung findet. Die Aluminium-Kochgeschirre werden einfach durch Abwaschen mit reinem Wasser gereinigt und mit weichem Fensterleder gut getrocknet. Die äußere Politur erhält sich am besten durch Benutzung von Putzpomade. Im Innern der Kochgeschirre entsteht nach kurzem Gebrauche ein natürliches Email in Form eines bräunlichen Ueberzuges. Durch Auskochen der Gefäße mit leichtem Sodawasser ist man zwar imstande, diese Schicht zu entfernen, doch ist hiervon abzuraten, weil dieses natürliche Email den wirksamsten Schutz gegen eine Abnutzung des Metalles bildet. Will man aber trotzdem den bräunlichen Ueberzug beseitigen, so vermeide man, das



Äußere der Geschirre mit Sodawasser in Berührung zu bringen, weil sonst die Politur leiden und matt würde. Aluminium-Kochgeschirre haben nach jahrelangem Gebrauch immer noch einen hohen Wert und werden von den Fabrikanten, wie wir hören, jederzeit zu zwei Dritteln des jeweiligen Metallpreises zurückgenommen.

Die äußere Reinlichkeit  
Ist der innern Unterpfand.

(Hauswirtschaftlicher Ratgeber).

### Kalte Füße und Schweißfüße.

Dem aufmerksamen Beobachter kann es nicht entgehen, wie häufig chronische kalte Füße und häufiger noch der Fußschweiß als konstitutionelle Eigentümlichkeiten sich bei Leuten finden, die an chronischen Katarren der Luftwege leiden. Bei jüngeren Individuen, bei Kindern, ist der kalte Fuß und der Schweißfuß ein direktes pathognomisches (bestimmendes) Zeichen für eine skrophulöse Konstitution, die bei ihrer Verwandtschaft mit der Tuberkulose uns hier besonders interessieren dürfte. Die ungenügende Durchblutung der unteren Extremitäten, die Verlangsamung der Blutzirkulation in den Beinen als einem nach Maße sehr bedeutendem Körperteile hat zunächst einen gestörten und abnormen Stoffwechsel hier zur Folge, indem die Ausdünstung der gasförmigen Zerfallsstoffe durch die kühle Haut der Extremitäten behindert ist und eine Ansammlung ausscheidungsbedürftiger Zerfallsstoffe statt hat. Wie uns der Geruch bei Fußschweiß zeigt, entstehen aber alsbald wegen ungenügender Sauerstoffgefahr auch abnorme Stoffwechselprodukte, die die Gefäßnerven zu lähmen

scheinen, so daß der Fußschweiß als ein „paralytischer Schweiß zu betrachten wäre.

Die sich anhäufenden Stoffwechselprodukte müssen nun aus dem Körper entfernt werden, das mit ihnen beladene Blut führt dieselben jedoch inzwischen den gangbaren Gefäßgebieten zu. Wohin wird nun aber bei gehinderter Durchblutung der Extremitäten das Blut zumieist strömen? Dorthin, wo ein Reiz auf die Gefäßendigungen ausgeübt wird. Dieser Ort ist aber der Kopf, sind die Schleimhäute des Rachens und der Luftwege, da für diese der Luftzug und die Verdunstungskälte ein intensiver Reiz sind. Sehen wir doch sogar an der roten, gebräunten Färbung der Gesichtshaut, die am Halse, wo die Kleidung beginnt, wie abgeschnitten in die weiße Farbe des bekleideten Rumpfes übergeht, daß der Lustreiz selbst auf die Durchblutung der derberen Oberhaut zu wirken vermag.

Darum setzt es nach akuten Verkühlungen der Füße, nach „nassen Füßen“, nach umfangreichen Verkühlungen der Haut, die nicht bald durch eine Reaktion ausgeglichen worden, so häufig einen Schnupfen oder einen Bronchialkatarrh oder gar eine Lungenentzündung ab, denn das aus den unteren Extremitäten oder aus der Haut verdrängte Blut floß den Schleimhäuten der Luftwege vermehrt zu, führte die Zerfallsstoffe (Leukomaine) mit sich, die eigentlich durch die Haut entweichen sollten und bewirkte durch diese „Fremdstoffe“ einen chemischen Reiz, auf welchen die Schleimhäute mit einem Katarrh antworteten.

Haben wir bei chronisch kalten Füßen, die allerdings periodisch noch kälter werden können, eine chronische Blutüberfüllung der Schleimhäute der Luftwege, so bedarf es keiner langen Erklärung dafür, daß die benachbarten Teile alle unter dem gleichen Einflusse der Blutüberfüllung und Blutstauung stehen. Die Schleim-