

Zeitschrift: Die Frau in der Schweiz: illustriertes Jahrbuch für Frauen-Bestrebungen
Herausgeber: [s.n.]
Band: - (1931)
Heft: [3-4]

Artikel: Citrovin
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-327088>

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: 01.06.2025

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

Kindern wie ein Hexenmeister. Sie sind so dankbar, wenn noch ein Winkel geborgen bleibt. Ein weiteres ist das kluge Einteilen der Zeit. Diplomatisches Ausnützen besonders günstiger Arbeitsstunden erleichtert die Aufgabe gewaltig. So wird in Abwesenheit des Mannes sein Zimmer gereinigt, während den Schulstunden die Stube der Kinder. Immer wird der behandelte Raum gleich fix fertig und wieder wohnlich gemacht. Hinstellende Unordnung ist in doppelter Hinsicht zu vermeiden, da nur kluges Einteilen und rasches Zugreifen andere zur Mithilfe anspricht und mitreisst.

Wenn sich die Frau beim Hausputz von diesen und ähnlichen Richtlinien leiten lässt, so hat sie schon einiges erreicht, denn mit solchen guten Geistern als Vorspann wird der grosse Frühjahrskehraus nicht zum Hauschreck, wie das oft geschieht, sondern viel eher zur Quelle immer neuer Freude an den Dingen des Heims, seiner Gestaltung und Reinlichkeit.

Desinfektion der Säuglingswäsche.

Das Auftreten ansteckender Krankheiten, Grippe usw., wie wir sie zurzeit bei uns wieder erleben, birgt naturgemäss auch erhöhte Gefahr für das Kind und den Säugling, deren zarte Körper in verstärktem Masse der Ansteckung ausgesetzt sind. Wie sehr peinlichste Reinlichkeit und vor allem Sauberkeit der Wäsche die Grundlage jeder Säuglingspflege bilden, geht aus den Mitteilungen des Herrn Dr. Ingerslev in Dänemark hervor, wonach dort von 1905/23 der Waschmittelverbrauch von 1304 Millionen Kilogramm auf 2100 Millionen Kilogramm gestiegen ist. — Gleichzeitig fiel in Kopenhagen zum Beispiel die Säuglingssterblichkeit in den Jahren 1903/1922 von 14,8 Prozent auf 7,8 Prozent herunter; in den Provinzstädten von 12,9 Prozent auf 9 Prozent. Die steigende Sauberkeit der Bevölkerung steht in engem Zusammenhang einerseits mit der Säuglingssterblichkeit andererseits mit dem Waschmittelverbrauch.

Auch sonst bedarf Säuglings- und Kinderwäsche besonderer Sorgfalt, sie soll ihre Weichheit und Schmiegsamkeit bewahren, stets sauber, frisch und desinfiziert sein. Wir können uns deshalb glücklich schätzen, in dem bekannten Persil ein Mittel zu besitzen, mit dem auch die zarten Gewebe aus Wolle, besonders die gestrickten Sachen, ohne Kochen einwandfrei gereinigt und desinfiziert werden. Genügt doch schon eine Persillauge von 40 bis 50 Grad Celsius, um Krankheitskeime zu vernichten. Nicht umsonst emp-

fehlen die Zürcher Mütterberatungsstellen des Vereins für Mütter- und Säuglingsschutz Persil besonders zum Waschen der empfindlichen Kinderwäsche. Auch der verdiente Leiter des hygienisch-bakteriologischen Institutes der eidgen. technischen Hochschule in Zürich, Herr Professor von Gonzenbach, weist in einer vor kurzem veröffentlichten Arbeit auf diesen für die Volksgesundheit so wichtigen Punkt hin.

Citrovin.

In Nahrungsmittelgeschäften sehen wir oft eine kleine Broschüre aufliegen, deren leuchtende Zitrone uns auffällt.

Das ist Citrovin. So viele Produkte gelangen heute in den Handel, deren Ursprung uns nicht klar ist. Hier weist die Frucht auf die Entstehung. Die Zitrone gedeiht vorzugsweise in den Mittelmeerländern, Kleinasien, Griechenland, Dalmatien, Italien, Südfrankreich, Spanien und Portugal, als Frucht des *Citrus limonum* Risso, aus der Familie der Rutaceen. Auch in Norditalien, besonders an den Ufern des Gardasees, wird Zitronenzucht betrieben. Seit etwa 50 Jahren hat auch Los Angeles, Kalifornien den Zitronenbau eingeführt. Die eigentliche Heimat aber dürfte Nordindien sein. Die Früchte sind eiförmig, am obern und untern Ende mit einem warzenförmigen Vorsprung versehen. Das durch häutige Zwischenwände in mehrere Fächer geteilte Fruchtfleisch besitzt einen stark sauren, aber sehr angenehmen Geschmack, der besonders in der Diätetik eine grosse Rolle spielt. Es gibt drei Zitronenernten: die Früchte der ersten Blüte mit der Erntezeit von Oktober bis März, welche die haltbarsten sind, diejenigen der zweiten Blüte von Mitte März bis Mitte Mai, welche die geringste Ausbeute liefern, und die Früchte der dritten Erntezeit von Mitte Juli bis Ende September, welche die besten und saftigsten sind. Der ausgepresste Saft enthält im Mittel 7—8 Prozent Zitronensäure. Eine Verbindung von Essigsäure und Zitronensäure mit Zitronensaft ergibt den Citrovin, der als Fruchtestig bekömmlicher ist als gewöhnlicher Speiseessig. In einem Liter Citrovin ist die Fruchtsäure von zirka 20 frischen Zitronen enthalten. Heute, wo wir der Gemüsekost viel mehr Aufmerksamkeit schenken als früher, weil uns die Ernährungswissenschaft lehrt, dass sie unserem Organismus besser zusagt als die allzureiche Eiweissnahrung, müssen wir uns auch eingehend mit einer sorgfältigen Zubereitung derselben befassen. Vor allem haben wir darnach zu trachten, die

Nährsalze und Vitamine durch richtiges Kochen zu erhalten. Aber nicht nur Abkochen im Wasser entzieht den Gemüsen diese wertvollen Nährstoffe, sondern auch scharfe Gewürze, reichlicher Salzzusatz, starker Essig. Wenn auch eine mässige Salzzugabe den Geschmack der meisten Speisen verbessert und günstig auf den Stoffwechsel wirkt, so erhitzen scharfe Gewürze und man erhält leicht eine Abneigung gegen derartige Speisen. Man muss auch hier den goldenen Mittelweg einschlagen und Mass halten. — Citrovin ist als Speiseessig mit Zitronensäure unschädlich und wird deshalb sowohl in der *Kranken- und Diätküche* verwendet, wie auch für die *Kindernahrung* empfohlen. Wie erfrischend wirken Salate mit Citrovin und gutem Olivenöl angemacht! Kommt auch eine Rohkostplatte zur Abwechslung auf den Tisch, schmeckt sie mit einigen Tropfen Citrovin beträufelt umso herrlicher und anregender.

Will man in heissen Sommertagen ein kühlendes aromatisches Getränk, sicher fehlt eine Zitrone; an deren Stelle ein Teelöffel Citrovin in einem Glas Wasser und 2—3 Teelöffel Zucker ergibt eine köstlich labende Erfrischung, die besonders auch bei Touren und Sport ihre wohltätige, erfrischende Wirkung ausübt.

Wie vielseitig die Verwendungsmöglichkeit

von Citrovin ist, zeigt die kleine Broschüre, welche in allen Lebensmittelgeschäften zu erhalten ist.

Eigene Kraft.

Drei Engel wandern durch die Welt
Und säen Glück in Stille;
Sie meiden Reichtum, Ehr und Geld
Und was sie hoffen wird erreicht;
Ihr Mittel ist der Wille.

Sie glauben an des Glückes Stern
Und lassen nicht vom Streben,
Und scheint ihr Ziel auch noch so fern,
Sie bauen auf die eigne Kraft,
Die grosse Macht im Leben.

Johannes Rieser.



Phoenix



Nähmaschinen

Neueste Konstruktionen
vornehme Ausstattungen
Reelle Garantie

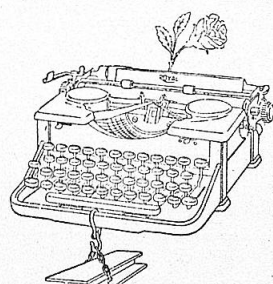
Bequeme Abzahlungen
Verlangen Sie
Gratiskatalog

A. Rebsamen A.-G.

Rüti (Zürich)

FILIALEN:

Zürich, Talacker 48
Winterthur, b. Strauss
St. Gallen, Poststrasse 13
Luzern, Burgerstrasse 2



ROYAL

die schöne, solide
und vollkommene
PORTABLE UND REISE
Schreibmaschine

Theo Muggli

Zürich, Bahnhofstr. 93



BANK IN ZUG

vormals Sparkasse Zug / Gegründet 1840

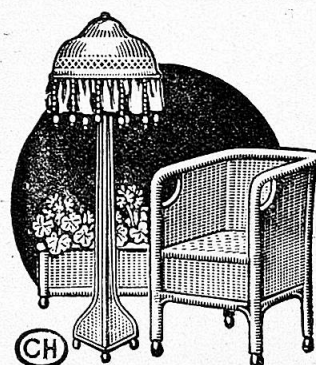
Zweiggeschäfte in Baar, Cham,
Unterägeri, Menzingen u. Schwyz

Aktienkapital Fr. 4,000,000. —
Reserven Fr. 1,350,000. —

Besorgung aller Bankgeschäfte

Kassastunden:

Jeden Werktag 8¹/₂—12 und 1¹/₂—4¹/₂ Uhr



Rohrmöbel

jeder Art f. Haus u. Garten

Liegestühle

Syst. Davos, Leysin etc.

Nachtstühle

Strandmöbel

Strandhütten

Kataloge. Gegründet 1884

Cuenin-Hüni & Cie., Kirchberg (Kt. Bern)

Rohrmöbelfabrik

mit Filiale in Brugg (Kt. Aargau)