

**Zeitschrift:** Hauswirtschaftlicher Ratgeber : schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht

**Band:** 13 (1906)

**Heft:** 19

**Heft**

### **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:** 11.12.2024

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



Redaktion:  
E. Coradi-Stahl  
Zürich  
unter Mitwirkung  
tüchtiger  
Mitarbeiter.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich III.

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Gartenbau und Blumenkultur, Tierzucht.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition Bäderstraße 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

Nr. 19. XIII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
24 Nummern

Zürich, 29. September 1906

Halte fest am frommen Sinne,  
Der des Grenzsteins nie vergaß;  
Alles Heil liegt mitten inne  
Und das Höchste ist das Maß.  
Glücklich, wem die Tage fließen,  
Wechselnd zwischen Freud und Leid,  
Zwischen Schaffen und Genießen,  
Zwischen Welt und Einsamkeit.

Geibel.

### Feierabend.

(Nachdruck verboten.)

Nicht den Feierabend als solchen will ich besingen, ihn als Lohn preisen, der dem Arbeitenden winkt, der ihm Erholung und Anregung bringt und der oft noch zu einem Spaziergang ins Freie benutzt wird.

Der Feierabend kehrt für den Angestellten, den Arbeiter täglich zur bestimmten Stunde wieder. Die Arbeitszeit ist geregelt wie der Lohn, da gibts nichts, woran gemarktet oder ausgekehrt werden kann. Der Arbeitgeber weiß das leider oft nur zu gut; der Arbeiter pocht darauf.

Anderß sieht es mit dem Feierabend im Haushalt aus. Die Hausfrau findet, sie

selbst werde selten genug des Feierabends teilhaftig, oft leider aus eigenem Unverstand, oft aber müssen eben abends noch Arbeiten besorgt werden, die sich nicht aufschieben lassen. Die Magd will ihren Feierabend auch nicht preisen, denn oft genug geht es bis gegen 11 Uhr abends, bis sie aus der Küche kommt. Muß das sein? An vielen Orten könnte das Mädchen Feierabend halten, wenn es sich mit der Arbeit eilen oder sie zielbewußter verrichten würde. An vielen Orten aber, leider muß es gesagt werden, ist die Hausfrau zu wenig einsichtig und verständig und findet, so lange das Mädchen auf ist, soll es arbeiten, sie muß es ja auch, denkt sie wohl.

Nun kommt die Wäscherin ins Haus, morgens 7 Uhr steht sie schon in der Waschküche und abends 7 Uhr ist sie noch dort. Sie kann nicht Feierabend machen, es kam allerlei, das noch ausgewaschen, eingelegt oder sortiert werden sollte. Wie viel fröhlicher und frischer würde sie sich am nächsten Morgen wieder zur Arbeit einstellen, wenn ihr eine abgegrenzte Arbeitszeit bestimmt und die Hausfrau streng auf Einhalten derselben dringen würde, damit die Waschfrau Feierabend machen kann.

Ähnlich ist's mit der Glätterin, mehr aber noch mit der Hauschneiderin. Fragt eine solche, an wie vielen Orten sie eine Mittagspause und zur bestimmten Zeit Feierabend machen kann. Denkt selbst darüber nach, wie oft in letzter Stunde, wenn sich die Schneiderin schon auf das Aufhören freute, noch schnell das ausgebeffert, jenes anders geheftet werden sollte. Unwillig tuts die Schneiderin und ihre Gedanken waren dabei keine rosigen, zumal der Hausherr aus dem Geschäft oder vom Bureau heimkommt und sich des Feierabends freut.

Wie viel Gutes könnten unsere Hausfrauen da tun, wenn sie strenge die Arbeitszeit dieser Angestellten einhielten und Sorge trügen, daß all diese Aushilfen auch Feierabend machen können. Denn manche dieser Schneiderinnen, Wasch- und Putzfrauen zc. muß heimeilen, um den Ihrigen das Abendbrot zu bereiten und noch allerlei Arbeiten zu besorgen.

Die Hausfrauen kommen nicht zu kurz, wenn sie rechtzeitig Feierabend gebieten; die Arbeit wird williger getan und das Entgegenkommen dankbar empfunden. Wohltun in dieser Richtung gehört zu unsern Pflichten; Feierabend allen, die arbeiten, zu rechter Zeit, dann werden auch die Stunden der Arbeit besser ausgenützt.

Die Hausfrau kann nicht sagen, sie müsse ja auch arbeiten; sie vergesse nicht, daß sie die Freiheit hat, aufzuhören oder eine Pause zu machen, wann es ihr beliebt. Sie erhält Besuch, macht einen Ausgang und hat so Abwechslung; die Schneiderin, die Waschfrau zc., sie kennen nur die Arbeit, für die sie eben bezahlt sind. Und an vielen Orten wird die eben den Betreffenden nicht leicht gemacht.

Geht mit gutem Beispiel voran, haltet strenge darauf, daß in eurem Hause rechtzeitig Feierabend gemacht wird; die Wohltat der Einrichtung macht sich sicher bald geltend.

Gs.



Der Wille lockt die Laten nicht herbei,  
Der Mut stellt sich die Wege kürzer vor.  
Göthe. »Tasso II, 8.

### »»» Vom Obstessen. «««

Das meiste Tafelobst wird zu unrichtiger Zeit gegessen. Der „Schweizerische Obstbauer“ schreibt darüber folgendes:

„Jede Obstsorte hat bestimmte Grenzen ihres Reifezustandes. Wird eine Frucht zu frühe gegessen, so ist sie noch zu hart. Das Verhältnis der Säure zum Zuckergehalt ist noch nicht richtig ausgebaut. Auch die edelste Frucht schmeckt dann „räbig“. Wann sind nun z. B. Birnen genießbar? Sobald sich eine solche um den Stiel herum weich anfühlt, ist sie am delikatesten. Beim Frühobst dauert der Reifegrad nur kurze Zeit, beim Winterobst aber bedeutend länger. Um das Frühobst saftig zu erhalten, muß es etwa 14 Tage vor der eigentlichen Baumreife gepflückt werden, sonst wird es mehlig. Nur zu schnell wird es teigig. Der Frucht-saft zerlegt sich und nimmt einen süßlichen Geschmack an. Es fehlt freilich nie an solchen Personen, welche das lieben. Färben sich die Herbstfrüchte gelblich, so sind sie pflückreif. Späte Wintersorten sollte man so lange als möglich am Baume lassen. Ein allfälliger Frost schadet ihnen nicht. Herbst- und Winterbirnen werden zwar nicht alle teigig; wenn aber das richtige Genußstadium verpaßt wird, so werden sie so weich, daß sie beinahe zerfallen. Die feinste Birne ist dann fade. Das angenehme Aroma hat sich verflüchtigt. Sorten mit zarter Rinde sind viel schwächer, wenn sie nicht geschält, sondern nur mit einem Tuche abgerieben werden.

Lageräpfel behalten die Genußreife länger als die Birnen. Die Genußreife ist erkenntlich an der gelben Grundfärbung. Nach einer bestimmten Zeitdauer verliert sich die Apfelsäure und mit ihr auch das Aroma. Das Fruchtfleisch hat dann viel Ähnlichkeit mit ausgesottenen Fleischfasern. Ein gut durchlüfteter, dunkel gehaltener Keller hilft viel zu längerer Erhaltung der Frucht-reife, insofern er nicht zu warm und frostfrei ist.

Was das Beerenobst anbetrifft, wird dasselbe an ihren Pflanzen genußreif. Eine Nachreife auf dem Lager würde es ver-

schlechtern. Bei Erdbeeren ist die Pflückzeit vormittags die beste, indem sie dann am meisten Aroma besitzen. Ohne Ausnahme soll bei nassem Wetter nie Obst abgenommen werden. Es geht nicht nur bald in Fäulnis über, sondern büßt auch viel an seiner Güte ein."



### Hygienische Bedeutung der Lampenglocken und -Schirme.

Von Dr. M. Ehret.

(Nachdruck verboten.)

Leider achten noch immer viele Menschen die Bedeutung der Lampenglocken und -Schirme für die Schonung der Augen zu gering, um ihr einige Aufmerksamkeit zu schenken. Erst wenn sich Augenschwäche oder gelegentliches Brennen der Augen einstellt, wird man vorsichtiger. Es sollte doch jeder bedenken, daß wir in Spätherbst und Winter einen großen Teil des Tages bei künstlicher Beleuchtung zubringen und daß daher namentlich eine zu grelle Beschaffenheit derselben durch die Länge der Zeit entschieden einen schädlichen Einfluß auf unser Sehorgan ausüben muß. Wohl soll der Gegenstand unserer Tätigkeit, z. B. Buch oder Näherei, stets sehr hell beleuchtet sein, aber unsere Augen selbst müssen durch Lampenschirme gegen den direkten Lichtschein geschützt werden.

Um das Auge, namentlich beim Lesen und Schreiben, vor dem direkten Lichte zu schützen, pflegt man entweder gefärbte Glocken anzuwenden oder über den Glocken farbige Lampenschirme anzubringen. Ich ziehe die letzteren vor, weil dadurch zugleich die vom Licht ausgehende Wärme zurückgehalten wird und weil man sie leichter zeitweise entfernen kann, wenn das ganze Zimmer erleuchtet werden soll. Und zwar sind einfache, nicht durchlöchernde, fächerartig gefaltete, auf Drahtgestell ruhende Papierschirme die geeignetsten. Was die Farbe derselben betrifft, so hat darin schon der Sprachgebrauch das Rechte getroffen. Wir sprechen von schreiendem Gelb, von brennendem Rot, aber von einem ruhigen Blau und Grün. Wohl vermag eine mit

rot- oder rosafarbenem Schirme verfehene Lampe über die ganze Stube einen gewissen magischen Schein zu verbreiten, aber für den Studiertisch oder ähnliche Zwecke ist Grün und namentlich Blau die wohlthuendste Farbe. Auch halten die letzteren Farben die für Kopf und Augen so schädliche Strahlungswärme besser zurück und zwar violett 47 Prozent derselben, rot 53, hellblau 58, grün 74 und dunkelblau 81 Prozent. Natürlich darf man den Kopf nie dicht an die Arbeitslampe halten.

Bei Gasbeleuchtung wirken die Blechschirme in Bezug auf Lichtvermehrung am günstigsten, zumal da sie auch die Lichtstrahlen auf einen weiten Kreis hin zurückwerfen. Diese reflektierte Lichtmenge ist geringer bei den weiß lackierten Blechschirmen, größer bei den polierten und bei weitem am größten bei den neusilbernen Reflektoren, das heißt blankpolierten neusilbernen Hohlhalbkugeln. Die sehr flachen Schirme sind wiederum dann den steileren vorzuziehen, wenn die Helligkeit nach entfernteren Teilen ausgebreitet werden soll. Deshalb sind sie besonders in großen Arbeitsräumen und Küchen angebracht. Da sie aber auch je nach der Stärke des Reflexes mehr oder weniger Wärme ausstrahlen, welche sich bei den neusilbernen sogar zur Hitze steigert, so sollten sie nur in hohen Räumen verwendet werden, wo sie hoch über den Köpfen der Anwesenden hängen. Ganz zu verbannen dagegen sind sie aus niedrigen Büreaus, in denen sie sich so dicht an oder über den Köpfen der Schreibenden befinden, daß sie dieselben fortwährend mit einer Blut heißer ausgetrockneter Strahlen übergießen.



### Der Kakao.

Die Kakaobohne ist die Frucht des Kakaobaumes, welcher in den feuchten Wäldern von Südamerika einheimisch ist und dort sowohl auf dem Festlande als auf den westindischen Inseln angebaut wird. Dieser Baum, welcher einer sehr hohen und gleichmäßigen Temperatur zum Gedeihen bedarf,



wird 6—12 Meter hoch, hat längliche, zugespitzte, anfangs rötliche, dann grüne, glatte Blätter; die Blüten haben lanzettförmige, rosenrote Kelchblätter und kürzere, lahnförmige, hellgelbe, rotgeaderte Blumenblätter. Die Früchte, welche zwei- bis dreimal jährlich geerntet werden, sind gurkenförmig, fleischig, zuerst blaßgrün, dann helbgelb, bei der Reife hellrot, 10 bis 12 Centimeter lang und 4—5 Centimeter breit und enthalten inwendig in einem weißen, angenehm schmeckenden Mark, reihenweise 25—40, ja oft noch mehr Kakaobohnen mit violettblauem oder rötlichbraunem, saftigen Kern in einer harten, zerbrechlichen, bräunlichen Schale.

Da die Kakaobohnen frisch einen sehr herben, bitteren Geschmack haben, werden sie nach dem Einsammeln meistens gerottet, das heißt, in die Erde gegraben oder in mit Steinen beschwerte Körbe und Fässer gepackt, wodurch eine Art Gärung eintritt, die den Bohnen eine dunkler braune Farbe gibt und ihnen den herben Beigeschmack nimmt. Nach der mehrtägigen Gärung trocknet man die Bohnen an der Sonne und macht sie so zum Versenden fertig.

Im Handel kommen zahlreiche Kakaoarten vor; die vorzüglichsten sind: der mexikanische Soconusco-Cacao, welcher sehr teuer und selten ist; der Esmeraldas-Kakao aus Ecuador, jenem sehr ähnlich, in mildem, aromatischem Geschmack; der Guatemala; der vorzügliche Caracas aus Venezuela, der fast dem Soconusco an Güte gleichsteht; der ebenfalls recht gute Guayaquil aus Ecuador, der Berbice aus Britisch-Guyana von feinem Geschmack, der ölreichste von allen; der Surinam aus Niederländisch-Guyana und der Essequibo und Demerara aus Britisch-Guyana.

Der Kakao gehört zu den nahrhaftesten Pflanzensubstanzen und in entöltem, pulverförmigem Zustande wird er besonders als diätetisches Getränk empfohlen. Die Bohnen werden nach dem Rösteln in großen Kakao-mühlen gemahlen und entweder völlig ungewürzt zu Kakao-masse, oder mit Zusatz von Zucker, Vanille und anderen Gewürzen

zu Schokolade verarbeitet, hin und wieder auch durch eine Beimischung von Kartoffelmehl verfälscht. Die gerösteten Kakaoschalen dienen zur Bereitung des Kakaothees, ebenso werden sie bei der Branntweinfabrikation benutzt. Die durch Auspressen oder Auslöchen der gerösteten und zerriebenen Bohnen gewonnene Kakaobutter, dient zur Herstellung der medizinischen Kakaoseife, zu Lippenpomade und anderen äußerlichen Einreibungen, wird auch in den Konditoreien verwendet; soll die Schokolade oder Kakao-masse jedoch ihren Zweck als Nahrungs- und Stärkungsmittel völlig erfüllen, so darf ihr diese feine, nahrhafte Fettigkeit nicht entzogen werden.



### Haushalt.



**Sparsames Heizen.** Die kühlen Herbsttage legen der Hausfrau wieder die Pflicht auf, in den Wohnräumen für behagliche Wärme zu sorgen. Wer sparsam heizen will, trachtet nach möglichst guter Ausnützung des Brennwertes der Kohle. Ist ein guter Zug vorhanden, so ist alles übrige verhältnismäßig leicht und einfach. Wenn man frische Kohle auflegt, darf man niemals das ganze Feuer damit bedecken, sondern solche nur vorn aufschütten. Die Schaufel soll gerade weit genug sein, um durch die Türöffnung hindurchzugehen, so daß man die Kohle einlegen kann und sie nicht einzuwerfen braucht. Im letzteren Falle wird der ganz feine Kohlenstaub sich entzünden, ehe er mit dem Feuer in Berührung kommt und der Rauch wird aus der Tür herauschlagen. Ist das Feuer schwach geworden oder dem Ausgehen nahe, so muß man die Asche wohl behutsam von unten ausräumen, nicht aber das Feuer gewaltsam aufstockern. Es wird sich bald erholen, wenn man zuerst nur wenig Kohle auflegt und vollen Zug gibt. Das ist überhaupt bei jedem Nachlegen ein Haupterfordernis. Die frische Kohle muß wenige Minuten guten Zug haben, bis der Staub vollständig verzehrt ist. Dann schraubt man die Türen wieder zu. Um das Feuer über Nacht im Gange zu erhalten, lege man eine Schaufel Asche auf das Feuer und lasse die Schieber offen; es kann auf diese Weise 10—12 Stunden am Brennen bleiben. Bevor neue Kohle aufgelegt wird, ist es geboten, die Asche abzuschöpfeln und auch von unten Luft zu verschaffen.

Um eisernen Ofen, Ofentüren etc. einen hübschen Glanz zu geben, macht man aus Graphit (in Apotheken und Droguerien erhältlich) einen dicklichen Brei, den man mit einer alten Bürste aufträgt. Durch nachheriges Reiben entsteht ein schöner Glanz.

Als Räucherungsmittel sind Apfelschalen, die man auf einem Teller in der Ofenröhre dörren lassen (worauf man sie leicht bis zum Gebrauch aufheben kann) manchen anderen vegetabilischen Produkten vorzuziehen.

**Lederschuhe**, die reichlich weit und groß sind, lassen bekanntlich oft ein Gefühl von Kälte und Nässe aufkommen, das sich sogar durch Gummischuhe nicht völlig fernhalten läßt. Der leere Zwischenraum läßt der kalten Luft von außen her zu viel Zutritt und diese teilt sich um so schneller den Füßen mit, je weniger man sich Bewegung verschaffen kann. Empfehlenswert ist es, die Schuhe nicht in einem feuchten oder kalten Raume stehen zu lassen, bevor man sie anzieht und sobald sie durchnäßt sind, mit trockenen, warmen Tüchern und reichlich Papier auszustopfen, das dann eventuell nach einer Stunde erneuert werden muß. Hierauf stellt man sie zum Trocknen an einen mäßig warmen Ort. —r.

**Tintenflecke in eichenen Tischplatten** (Schreibtischen), die sehr tief eingedrungen und veraltet sind, schabt man mit feinem Glaspapier ab. Nachher muß die Stelle mit sehr wenig Parfettbodenwachs eingerieben werden.

Tintenfleck in Schreibtischtuchbelag entfernt man durch Austropfen von siedender Milch und nachherigem Abreiben mit Benzol.



### Kochrezepte.

Alkoholphaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasser- verdünnten Strup und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

**Linsensuppe mit Gemüse.** 200 Gr. Linsen, 400 Gr. Wirsing oder Kohl, 1 Rübe, 3 Kartoffeln, 2 Sellerieknollen samt Blättern, 1 Lauchstengel, 50 Gr. Mehl, 70 Gr. Fett, 2 $\frac{1}{2}$  Liter Wasser, Salz. — Tags zuvor werden die Linsen erlesen, gewaschen und mit 2 Liter Wasser über Nacht eingeweicht. Dann werden sie mit dem Einweichwasser und Salz etwa 1 Stunde gesotten, Wirz, Sellerie, Kartoffeln werden gepuht, fein geschnitten, mit  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser siedend gemacht und zu den kochenden Linsen geschüttet. Im heißen Fett wird das Mehl, die fein geschnittenen Sellerie und Lauchblätter gedämpft und alles der Suppe beigemischt, welche noch 1 Stunde zu kochen hat.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

**Hasenpfeffer.** Zeit 2 Stunden. 1 Hase, 250 Gr. Speck, 1 Zwiebel, 1 Knoblauchzehe, 1 Petersilienbüschel,  $\frac{1}{2}$  Lorbeerblatt, 1 Zweiglein Thymian, 2 Pfefferkörner, 2 Gewürznelken, 2 Kochlöffel Mehl, 1 Liter Most oder  $\frac{1}{2}$  Liter Rotwein,  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser. — Der Hase wird zerlegt, jedoch nicht mariniert, der Speck würfelig geschnitten, ausgebraten und mit dem Schaumlöffel herausgehoben. In dem Fett röstet man das Fleisch

auf raschem Feuer unter Wenden braun, legt es in eine andere Kasserole und röstet in dem Fond das Mehl braun, löscht mit der Hälfte der Flüssigkeit ab, fügt die Gewürze bei und gießt die Sauce über das Fleisch. Nach einer Stunde, wenn das Fleisch beinahe gar ist, nimmt man es heraus, seigt die Sauce durch, gibt das aufgehobene Blut und die Speckwürfelchen hinein und kocht langsam, ohne Wallen, fertig. Wer den Hasenpfeffer sauer liebt, kann 1–2 Deziliter Essig statt Wasser beifügen. Aus „Gritli in der Küche“.

**Kutteln à la Lyonnaise.** Kutteln schneidet man in 2 Centimeter große Vierecke, die man in halb Weißwein, halb Wasser mit Salz, Pfeffer und allerlei Grünzeug ganz weich siedet. Dann dämpft man in Butter ziemlich feingeschnittene Zwiebeln. Wenn diese hellgelb sind, kommen die abgetropften Kutteln dazu, werden mit den Zwiebeln gebräunt und sofort zu Tisch gegeben. (Schmeckt vorzüglich.) h.

**Wirsing, gedünstet.** Zeit 2 Stunden. 2 feste Kohlköpfe, 30 Gr. Fett, 20 Gr. frische Butter,  $\frac{1}{2}$  Kochlöffel Mehl, 1 Zwiebel, Salz, Muskatnuß,  $\frac{1}{2}$  Liter Fleischbrühe. — Die gut gewaschenen Kohlköpfe werden in Viertel geteilt, von Stränken und groben Rippen befreit und auf dem Holzteller nubelartig geschnitten wie zu Salat. Man macht Fett in einer Guckeisen- oder Emailpfanne heiß, bringt den Kohl hinein, dünstet ihn gut zugedeckt auf schwachem Feuer  $\frac{1}{4}$  Stunde, gießt ganz wenig Wasser oder Fleischbrühe zu, würzt mit Zitronensaft und kocht langsam zugedeckt vollends weich; je länger und langsamer gekocht wird, um so feiner schmeckt das Gericht; nur hüte man sich vor dem Anbrennen, was leicht geschehen kann. Im Selbstkocher vorzüglich.

Aus „Gritli in der Küche“.

**Kartoffelwürstchen (Croquettes).** Zeit 1 Stunde. 500 Gr. Kartoffeln, 1 Liter Wasser, 2 Eier, 50 Gr. Butter, Salz, Muskatnuß, Backfett. — Die Kartoffeln werden geschält, halbiert, in Salzwasser weich gekocht und durch ein Sieb getrieben. Dann mengt man die Eier und die schaumig gerührte Butter unter die mit Salz und etwas Muskatnuß gewürzten Kartoffeln, rührt und knetet tüchtig und formt auf dem mit Mehl bestreuten Werkbrett mit leichter Hand fingerlange und -dicke Würstchen. Es ist gut, wenn sie etwa eine halbe Stunde ruhen können. Dann bringt man sie in nicht zu großen Quantitäten in das heiße Backfett und backt sie schwimmend gelb und knusperig.

**Apfelomeletten.** Zeit  $\frac{3}{4}$  Stunden. 6 Eier,  $\frac{1}{2}$  Liter Milch, 6 Kochlöffel Weizenmehl, Salz, (statt Milch kann Weißwein zum Anrühren genommen werden), 250 Gr. Äpfel, 50 Gr. Zucker, Backfett. — Die dünnen Apfelschnitzchen werden in das heiße Fett gegeben und zugedeckt 2–3 Minuten lang gedämpft, bis sie weich sind, dann von dem Teig darüber gegossen. Die Apfelomelette wird auf beiden Seiten zu schöner Farbe gebacken und mit Zucker bestreut serviert.



**Hammelzungen-Ragout.** Die in Salzwasser weichgekochten Zungen zerhackt man in Scheiben, dann bräunt man 80 Gr. Butter, schwingt einen Kochlöffel Mehl und eine feingehackte Zwiebel darin gelb, verkocht dies mit kräftiger Fleischbrühe, 1 Lorbeerblatt, etlichen Pfeffer- und Gewürzkörnern, sowie 1 Weinglas voll Estragoneffig  $\frac{1}{2}$  Stunde lang, seigt die Sauce durch, fügt einige feingeschnittene Pfeffergurken, in Essig eingemachte Champignons und die Zungenstücke hinzu, läßt alles sehr heiß werden, ohne daß es kocht, und richtet das Ragout an.

**Marienküchlein.** Man rolle Blätter- oder Mürbteig zu zwei Platten fein aus und belege die eine mit kleinen Häufchen von dicker Marmelade, doch so, daß zwischen jedem Häufchen ein zwei Finger breiter Raum bleibt, decke die andere Platte darüber und schneide mit dem in kochendes Wasser getauchten Backrädchen runde Küchlein daraus, wobei man natürlich sorgen muß, daß sich die Marmelade genau in der Mitte befindet, bestreiche die Küchlein nun mit geschlagenem Eiweiß, bestreue sie mit grob gestoßenem Zucker und backe sie goldbraun.

**Weintraubentorte.** Man belege eine mit Butter ausgestrichene und mit gesiebtem Zwieback bestreute, flache Tortenform mit dünn ausgerolltem Mürbteig, streue gesiebten Zwieback ziemlich dick darüber und gebe Beeren von recht reifen Trauben dicht darauf. Dann siebt man so viel Zucker, als die Beeren schwer waren, darüber und legt einen Deckel von dem Teig darauf. Man drückt ihn am Rande gut an und schneide mit einem feinen Messerchen kleine Zieraten hinein, wobei der Teig aber nur halb durchgeschnitten werden darf, bestreiche ihn mit Ei und backe die Torte bei Mittelhitze.

**Obstessig.** Aus allen Rückständen von Früchten, die zu Gelee oder Marmelade verwendet wurden, läßt sich ein guter Obstessig herstellen, der im Sommer als erfrischendes Getränk willkommen sein wird. Man übergießt die ausgepressten Früchte mit Essig, läßt alles ein paar Tage lang in einem Steintopf stehen und kocht dann je einen Liter von dem filtrierten Saft mit 500 Gr. Zucker auf. Man füllt den Essig in Flaschen und verkorkt diese gut.

Auch Rückstände von mit Zucker aufgekochtem Essig, den man für die Essigfrüchte nicht ganz aufgebraucht hat, füllt man in Flaschen und verkorkt sie gut.

### Eingemachte Früchte.

**Feine weiße Speisekürbisse einzumachen.** Man schält die Kürbisse und reinigt sie recht gut von Kernhaus und Fasern, spült sie ab und schneidet sie der Länge nach in Streifen (5—8 Ctm. breit) und diese wieder in regelmäßige, dünne Stengelchen. Diese werden mit Essig übergossen und in zugedeckter Schüssel drei Tage stehen gelassen und werden täglich einmal überschüttet. Dann nimmt man halb so schwer Zucker als die Kürbistengelchen (wer sehr süß liebt, nimmt  $\frac{3}{4}$

oder gleich viel), kocht diesen mit dem Essig und ganzen Gewürznelken auf, legt die Stengelchen hinein und kocht sie bis sie ganz durchsichtig sind. Der Saft muß sirupartig eingekocht sein und die Kürbistengel bedecken. Das letztere ist besonders wichtig für Haltbarkeit und Geschmack. —r.

**Gelee aus roten Pflaumen.** Aus roten Pflaumen, für die man nicht leicht noch andere Verwendung findet, läßt sich eine sehr schöne und angenehm säuerlich schmeckende Gelee herstellen. Man spült die Früchte in kaltem Wasser gut durch und schneidet sie mit dem Fruchtmesser entzwei bis man die Steine entfernt hat. Sie werden mit kaltem Wasser, das eine Handbreit unter den Pflaumen stehen soll, auf helles Feuer gesetzt und ohne Umrühren kurze Zeit gekocht, bis sie zerfallen. Dann gibt man sie noch heiß auf ein Tuch, das über einen Stuhl gespannt ist, und läßt den Saft klar ablaufen. Mit 450 Gramm Zucker auf 500 Gr. Saft berechnet, wird dieser zu mehr oder weniger fester Gelee gekocht, die eine prächtige Farbe hat und ganz durchsichtig klar sein wird. Das zurückbleibende Mark kann noch zu Pflaumenbrei verwendet werden, der mit Zucker ( $\frac{1}{6}$  des Gewichtes), einem kleinen Kaffeelöffel voll doppelkohlen-saurem Natron auf 5 Kilo Pflaumen, und eventuell einer kleinen Stange Zimmt unter beständigem Rühren gekocht wird, bis er die gewünschte Dike erreicht hat. —r.

**Traubengelee aus unreifen Beeren.** Oft sieht man zu Ende des Sommers am Weinstock Trauben hängen, die ihrem ganzen Aussehen nach bezeugen, daß sie nicht reifen können, und daher unrettbar verfaulen müßten. Statt sie einem solchen Schicksal zu überlassen, nehme man sie weg und verwende sie zu Gelee. Man läßt die noch gesunden Traubenbeeren mit wenig Wasser auf dem Feuer plazen, dann zerbrückt man sie und entzieht ihnen den Saft. Gibt man zu diesem das gleiche Gewicht Zucker, so erhält man eine herrliche Gelee, kristallhell und fein. —r.

## \* Kinderpflege und -Erziehung. \*

**Rückgratverkrümmungen bei Kindern** sind nicht selten auf mangelhafte Wartung und Pflege der sonst gesunden Säuglinge zurückzuführen. Rachitische Kinder neigen in der Regel infolge ihres weichen Knochengerüsts leichter zu solchen Verkrümmungen, aber es läßt sich sehr oft nachweisen, daß der Grund dazu doch im ersten Lebensjahr gelegt worden ist.

Die Weichheit und Dehnbarkeit der Knochen und Muskeln ist selbst bei sonst gesunden Kindern im Säuglingsalter eine ganz bedeutende; werden die Kleinen zu früh angestrengt, indem man sie zu frühzeitig und zu lange zum Sitzen nötigt, oder indem sie auf unpassende Weise getragen werden, so ist es gar nicht zu verwundern, daß das noch weiche Knochengerüst bei fortgesetzter Wiederholung dieser fehlerhaften Behandlung schließ-

lich aus allen Fugen gerissen wird und das einfache Schiefwerden bis zur vollständigen Verkümmung der Wirbelsäule, des Buckels ist die Folge.

Das Rückgrat des Menschen ist nicht nur der Ausgangspunkt aller Bewegungen, sondern es dient auch gleichzeitig einer großen Anzahl von Muskeln als Ansatz- und Stützpunkt, d. h. eine große Anzahl dieser Muskeln heften sich mit einem Ende an das Rückgrat an, sie können ihre Kraft nur dadurch entwickeln, daß ihnen das Rückgrat als Anhalt dient, von dem aus sie ihre Zugkraft spielen lassen. Sämtliche Muskeln, die mit dem Rückgrat in Verbindung stehen, sind paarig, d. h. auf jeder Körperseite, links sowohl wie rechts, befinden sich von sämtlichen Rückenmuskeln je zwei, allemal einer auf einer Seite. Da nun diese beiden im normalen Entwicklungszustande einander vollkommen gleich sind, so ist auch ihre Kraftentwicklung eine gleiche, ebenso die Kraft, mit der sie bei ihrer Tätigkeit an dem Rückgrat zerran.

Hieraus ist leicht ersichtlich, daß eine ungleiche Entwicklung einzelner Muskeln eine ungleiche Stärke auf einer Seite und mit der Zeit die ursprüngliche gerade Haltung des Körpers in eine seitliche verwandeln muß, indem die stärkeren Muskeln den Widerstand der schwächeren auf der entgegengesetzten Seite überwinden und das Rückgrat allmählich zu sich hinüberziehen, was bei den weichen Knochen der Kinder überraschend schnell von statten geht. Da nun auch die Muskeln der Vorderseite des Rumpfes in einer bestimmten Harmonie mit den Rückenmuskeln sich befinden, indem sie in einer gewissen Weise das Gegengewicht halten, so wird, wenn das Gleichgewichtsverhältnis erheblich gestört ist, auch die Vorderseite des Körpers in Mitleidenschaft gezogen und Rippen und Brustbein nehmen an der allgemeinen Verschiebung teil; wird nicht bei Zeiten auf diese Vorgänge Obacht gegeben, so ist in der Regel das Uebel nicht mehr aufzuhalten, der krumme Rücken, die schiefe Schulter, der Buckel entwickeln sich immer mehr. Das schlimmste ist nun bei solchen Auswüchsen, daß außer der Ungestattheit noch andere Uebel mit in Betracht kommen. Es werden durch die Verschiebung des Brustbeins nicht nur dessen Eingeweide, Lunge und Herz in Mitleidenschaft gezogen, sondern unter Umständen auch Leber und Magen, selbst der Darmkanal hat unter solcher Mißbildung zu leiden.

Bedenkt man, wie solche mit mehr oder weniger hochgradigen Verkümmungen Behafteten schon im Kindesalter und später körperlich und seelisch zu leiden haben, so sollten alle, die mit Kindern zu tun haben, es sich zur strengen Pflicht machen, durch richtige Pflege und Wartung solche Uebelstände zu verhüten.



### Gartenbau und Blumenzucht.



Das Einwintern der Zwiebel- u. Knollengewächse. Das Ruhebedürfnis dieser Pflanzen

kündet sich meist von selbst an; hat die Pflanze ihre Blüten und Früchte entwickelt und kommen kältere, trübe Tage, so werden die Blätter gelb, sterben ab und der oberirdische Teil der ganzen Pflanze fällt zusammen, d. h. sie „zieht ein“, wie der gärtnerische Ausdruck lautet; wir sehen dies bei Glorinien, Gladiolen, Richardia, Begonien, Lilien u. v. a. Es wird gut sein, die Zwiebeln und Knollen noch so lange in den Töpfen zu lassen, bis die Erde, die, sobald man den Nachlaß im Wachstum merkt, nicht mehr begossen wird, völlig trocken geworden ist; dann nehme man die Zwiebeln heraus und schlage sie, schichtenweise gelagert, aber nicht zu nahe zusammen, in ein Kistchen oder größeren Topf in Sand oder trockene Erde ein. Man kann Zwiebeln und Knollen aber auch unberührt in den Töpfen stehen lassen und bringe sie in einen nicht zu kühlen Raum, etwa in den Keller, wo dann die Reinigung erst im Frühjahr, kurz vor dem Wiedereinsetzen, vorgenommen wird. Wo es an Platz fehlt, wird man ersterer Einwinterungsart den Vorzug geben, weil solch ein Zigarrenkistchen mit den Zwiebeln leicht unterzubringen ist; wir raten, dasselbe in oder auf einem Schrank in halbwarmem Zimmer zu stellen, aber nicht in ein kaltes Zimmer, denn wenn in einer kalten Nacht die Temperatur auf den Gefrierpunkt sinkt, sind Begonia, Caladium, Gloxioia u. dergl. erfroren. Wo man in einem nicht zu feuchten Keller mit 10–12 Grad Wärme genügend Platz hat, ist letzterer Einwinterungsort vorzuziehen, doch sei man vor den Mäusen auf der Hut, welche einzelnen Zwiebeln und Knollen gefährlich werden können.



### Tierzucht.



Die Behandlung der Hühner in der Mauser. Die Zeit des Federwechsels der Hühner (die Mauser) bewirkt durch den Ausfall der Federn ganz erhebliche Verluste an Nährstoffen, in der Hauptsache von phosphorsaurem Kalk und Stickstoff und erfordert für die Bildung des neuen Federkleides weiter große Mengen dieser Stoffe. Dazu kommt noch, daß mit beginnendem Federwechsel ein krankhaft fiebrhafter Zustand der Hühner eintritt, der sie empfindlich gegen Witterungseinflüsse macht und die Fresslust erheblich herabmindert. Sucht man die Tiere in dieser Zeit nicht in der Ueberwindung dieser Unzuträglichkeiten zu unterstützen, so leiden sie lange Zeit unter den Folgen der Mauser, die Gesundheit verzögert sich und damit auch das Eierlegen gerade in der Zeit, in der die Eier am höchsten bezahlt werden. Man schütze in dieser Zeit die Hühner durch peinliche Reinhaltung der Stallungen, durch geschützte Unterkunftsräume bei nasstalter Witterung am Tage, durch Herrichtung warmer Stallungen für die Nacht und durch geeignete Fütterung.

Den Appetit fördern Gaben von Grünfutter (Salat, zerkleinerter Klee zc.) und die Darreichung geeigneten Futters; Weichfutter in warmem



Zustand ist zu bevorzugen. Dieses Futter ist immer frisch zu verabreichen und soll die oben genannten Nährstoffe in genügender Menge und geeigneter Form enthalten. Dem zum Anrühren benutzten Wasser setze man das gleiche Quantum Magermilch zu oder ersetze es ganz durch letztere. Im übrigen setze man das Futter sonst aus folgenden Teilen zusammen: Auf drei Teile zerleinerte, gekochte Kartoffeln oder Rüben je ein Teil Maischrot und Kleie oder für letztere Gerstenschrot. Diese Stoffe werden gebrüht und gut durchgerührt. Sind sie ausgequollen, so setze man einen halben Teil mit kaltem Wasser überschüttetes und gut ausgequollenes Fleischfuttermehl oder Fischmehl und für jedes Huhn eine Messerspitze Futtermehl (phosphorsauren Kalk) hinzu. Dieses Futter nehmen die Hühner geradezu gierig, es hilft ihnen die kritische Periode der Mauser überwinden und kräftigt sie so, daß sie bald die neue Legeperiode eröffnen, wenn sie dazu nicht zu alt sind.

\* Frage-Ecke. \*

**Antworten.**

70. Ich möchte Ihnen auch beistimmen. Ich bin seit mehr als zwanzig Jahren in dienender Stellung (Haushälterin), daher in häuslicher Putzarbeit allseitig erfahren. In andern Ländern, wo ich gewesen bin, wurde diese Putzmethode gar nicht oder nur teilweise befolgt. In einigen Häusern weiß man überhaupt nichts von Samstagspukerei, die Arbeit wird jeden Tag gut gemacht. Ich finde, die meisten Frauen in der Schweiz sind in diesen Brauch ganz verbohrt. Wie Frauen kompliziert und unpraktisch sind in der häuslichen Putzarbeit, darüber wüßte ich ein ganzes Buch zu schreiben.  
Eine Abonnentin.

71. Wählen Sie den **Viktoria-Bodenglanz** der Firma Lohed in Herisau. Von verschiedenen Imprägnierungsmitteln, die ich einer Probe unterzog, fand ich dies das beste und dauerhafteste im Glanz. Ich habe es auch zum Lackieren von Fenstersimsen, alten Stühlen etc. mit Erfolg benutzt. Das Präparat ist in jeder Droguerie erhältlich oder direkt bei der Firma. —r.

72. Die Ameisen vertilgt man im Garten durch Uebergießen der Nester mit kochendem Wasser. Hat man gerade kein solches zur Hand, so kann Petroleum den Dienst versehen. Eine starke Salzlösung kann auch nützlich sein. Ueberdies gibt es noch viele Vertilgungsmittel, die unmittelbar wirken, sofern man die Nester nicht vorher bei der Arbeit zerstört.  
Rita.

72. Zur Vertilgung der Ameisen aus Beeten empfehlen sich folgende Mittel: Eine Mischung von Chlorkalk und Guano zu gleichen Teilen in das Nest gestreut, doch nicht zu nahe an die Pflanzen. — Man schütte in die Gänge ungelöschten Kalk, der mit Wasser gelöscht wird. — Man streue Kerbelkraut in die Haufen. — Man gieße Waschlauge in die Gänge oder Karbolwasser;

besgleichen verdünnte Salzsäure (1½ Liter auf eine Siebkanne).  
M. S.

73. Ich bin gerne bereit, Ihnen unsere **Waschmaschine** zu zeigen, wenn sie in Funktion ist. (System Flury-Roth.) Die Adresse liegt bei Redaktion.

**Fragen.**

74. In unser hübsches Wohnzimmer, das wir aber nicht täglich benutzen, habe ich mir einen **Plüschteppich** angeschafft. Nun bekomme ich aber Vorwürfe, ich hätte besser getan, Kinolett zu legen, wenn man kleine Kinder habe. Da ich aber schon in drei Zimmern solches verwende, wollte ich unser hübsches Zimmer mit einem Plüschteppich dekorieren. Nun möchte ich aber gern von anderer Seite wissen, ob diese Teppiche wirklich so unpraktisch sind, ob man sie jede Woche klopfen muß, oder ob man sie auf andere Art auch gründlich reinigen kann?

Unerfahrene Hausfrau.

75. Gibt es für die **Blochbürste** keine praktische Hülle, die übergezogen werden kann, damit die Möbel nicht zerstoßen werden? Mein dienender Geist geht mit der Bürste, respektive mit den Möbeln sehr unsanft um, so daß ich irgend einen Ausweg finden muß. Für einen guten Wink ist dankbar

Eine sparsame Hausfrau.

76. Sind die **Kürbisse** wirklich ein so gesundes und erfrischendes Gemüse, wie man oft liest? Wie muß ich sie zubereiten, damit sie recht schmackhaft werden und dem etwas verwöhnten Gaumen meines Eheherrn befriedigen?

Hausfrau in G.

77. Verlohnt es sich wirklich, alte **Wolllappen** zu sammeln und sie zu Kleiderstoffen verarbeiten zu lassen? Ich finde, wenn man doch neue Wolle dazu nehmen muß, so kommt die Sache ja fast ebenso teuer, als wenn man neue Kleiderstoffe im Geschäft kaufen würde und die Auswahl an Farben und Mustern kann doch in der Fabrik nie so groß sein, wie in den Kaufsmagazinen. Kann mir jemand genauen Aufschluß geben?  
J. in J.

## Hausfrauen!

**Das beste Emailgeschirr der Welt**

ist das mit dieser Schutzmarke versehene

**Neue Amberger Gesundheits-Kochgeschirr**



aussen und innen grau,  
aussen braun, innen granit.  
Es bewährt sich als das beste,  
billigste und schönste Geschirr für alle Zwecke des Haushaltes. — Garantie für Feuer- und Säure-Beständigkeit.  
Zu haben in allen Küchen- und Haushaltungsgeschäften.  
Wo nicht erhältlich, werden Adressen nachgewiesen.

Alleinverkauft für die Schweiz:

**Ernst Waloker & Cie., Zürich.**