

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

Band: 16 (1909)

Heft: 4

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: 18.03.2025

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



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

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

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

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

N^o. 4. XVI. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
 24 Nummern.

Zürich, 13. Februar 1909.

Des Hauses Seele ist die Frau allein,
 Denn sie nur ist es, die getreu bewahrt
 Des Hauses Sitte, Brauch und Eigenart,
 Wie man ein Kleinod birgt im sichern Schrein.



✽ Vom Haushaltungsbuch. ✽

Soll ein Haushaltungsbuch geführt werden? Wie und zu welchem Zwecke? Darüber gehen die Meinungen noch sehr auseinander. Manche Frauen finden die Buchführung der Hausmutter höchst überflüssig, sie sind der Ansicht, daß sie nichts ausgeben, als was nötig ist, nicht mehr, als sie zur Verfügung haben, jedenfalls aber alles, was sie haben. Ihnen dünkt das Niederschreiben der Ausgaben eine nutzlose Spielerei.

Diese Hausfrauen sind heute bereits in der Minorität; die denkende Frau will sich Rechenschaft geben können über den Verbrauch des Geldes, das durch ihre Hand geht, denn der Verbrauch an Geld ist gleichzeitig der Verbrauch an Zeit, Kraft und Mühe des Ehegatten, nicht selten auch der erwachsenen Kinder.

Auch über das „Wie“ der Eintragung, welche die Hausfrau macht, gibt es verschiedene Anschauungen. Während die einen große Ausgaben immer, kleine häufig eintragen und sich über die entstandenen Lücken mit einem „Diverses“ oder „Haushalt“ hinweghelfen, buchen die andern gewissenhaft auch den geringfügigsten Betrag, den sie verausgaben. Bei ihnen stimmt die Rechnung mit dem Kassastande beim Rappen. Das aber genügt ihnen vollkommen, sie werfen weiter keinen Blick mehr auf ihr Einschreibebuch. — Damit ist aber der Zweck desselben noch lange nicht erfüllt. Das Haushaltungsbuch soll nicht nur den Verbleib des Geldes darlegen, es soll auch zeigen, ob dasselbe richtig angewandt wurde, es soll der Hausfrau nötigenfalls als Leitfaden dienen für künftige bessere Verwaltung der ihr zu Gebote stehenden Mittel. Aus seinen wohlgeordneten Rubriken soll die Hausfrau ersehen, ob sie nicht hier vielleicht des Guten etwas zu viel getan, dort etwas zulegen sollte, um das Ansehen des Hauses entsprechend zu wahren, das Behagen der Familienglieder zu erhöhen, wohl auch, einer hehren Pflicht zu genügen, die in

den Worten ausgedrückt ist: Liebe deinen Nächsten wie dich selbst!

Das Haushaltungsbuch wird sie zurate ziehen, wenn es gilt, im Herbst die teuren Gefangstunden der Tochter wieder aufzunehmen, wenn der Sohn mit einem Lieblingswunsche an sie herantritt. Das Haushaltungsbuch ist ihr treuer Berater, es wird vielleicht ihr Kronzeuge sein, wenn der Mann über zu teure Hausführung klagt, oder später, wenn die heranwachsenden Kinder im Geiste der Unzufriedenheit, die unsere Zeit beseelt, finden werden, ihre Mutter hätte eigentlich mehr für sie tun können.

Die Eintragungen im Haushaltungsbuche müssen genau, deutlich und übersichtlich sein. Jede Eintragung muß sich auch bei rascher Durchsicht leicht finden lassen. Wie notwendig dies zumal in großen Haushaltungen ist, wo manche Artikel nicht gleich beim Ankaufe bar bezahlt werden und größere Rechnungen auflaufen, brauchen wir wohl nicht erst des Näheren zu erörtern. R. II.



Die Sardelle

ist ein kleiner Seefisch aus der Gattung der Seringe, wird bisweilen bis 16 Cm. lang und 3 Cm. breit, hat einen goldig schillernden Kopf, gelbbraunen Oberleib, weißen Bauch und kleine, leicht abfallende Schuppen. An den Küsten von Frankreich, Italien, England und Norwegen wird sie in ungeheuren Massen gefangen.

Man unterscheidet zwei Sorten: die gemeine oder große Sardelle und die kleine oder Anchovis-Sardelle. Am häufigsten kommen die Sardellen eingesalzen in den Handel, wozu man die im Sommer gefangenen verwendet; die größeren und besseren, im Herbst gefangenen Fischchen werden in Olivenöl eingelegt (*sardines à l'huile*), andere geräuchert (*sardinessorettes*) oder mit einer Kräutermarinade eingelegt (Kräuter-Anchovis).

Die vorzüglichsten Sorten sind die französischen und italienischen, die Kräuter-

Anchovis kommen meistens aus Norwegen und Rußland. Am allgemeinsten ist der Verbrauch der eingesalzenen Sardellen, von denen die größten und besten in Büchsen, die kleineren in Fäßchen zu uns kommen. Sie regen den Magen in angenehmer Weise an. Eingewässert, gesäubert, in der Mitte zerteilt und von den Gräten wie dem Schwanz befreit, werden sie zum Brot gegessen, als Zutaten zu sehr vielen Salaten und Saucen, Farcen &c. benützt und zur Bereitung der Sardellenbutter verwendet, welche in der feinen Küche häufig gebraucht wird. Die Sardinen à l'huile und Kräuter-Anchovis gibt man als *hors-d'oeuvre*, ebenso zum Gabelfrühstück oder zu kaltem Abendessen.

Wünscht man Sardellen zum Gabelfrühstück oder Thee besonders zu servieren, so nimmt man hierzu außerlesen schöne, wie man sie in Büchsen zu kaufen bekommt, wäscht sie ab, grätet sie aus, teilt sie und legt sie sternförmig auf eine kleine, runde Schüssel oder einen Teller, wobei man sie mit Kapern und ausgezackten Zitronenscheiben verziert, nach Belieben auch etwas Essig und Öl darüber gießt.



Vorzügliche Kopfsalatsorten.

(Mit zwei Abbildungen.)

(Nachdruck verboten.)

Schon ist der Zeitpunkt wieder ange-rückt, wo der Gartenbesitzer an die Bestellung seines Hausgartens zu denken hat.

Von allen Seiten her werden uns Samen-Preisverzeichnisse zugesandt, in denen bei einzelnen Gemüsearten eine große Anzahl von Sorten angepriesen werden, so daß es dem Laien mitunter recht schwer fällt, die richtige Auswahl zu treffen.

Eine große Rolle unter den Gemüsearten spielen speziell während der warmen Jahreszeit die Salatarten. Wen sollte es nicht im Frühjahr oder Hochsommer nach einem zarten, gut zubereiteten Kopfsalat gelüsten. Obwohl derselbe wenig eigentliche Nährstoffe besitzt, so wirkt er doch erfrischend, reizt unseren Gaumen zu Nahr-

ungsaufnahme und fördert die Magen- und Darmtätigkeit.

Um möglichst den ganzen Sommer hindurch zarten Kopfsalat ernten zu können, ist es eine Hauptsache, daß für die Jahreszeit passende Sorten ausgewählt und daß diese auch richtig kultiviert werden.

Für den frühen Anbau im Frühling ist unstreitig der Kopfsalat „Maikönig“

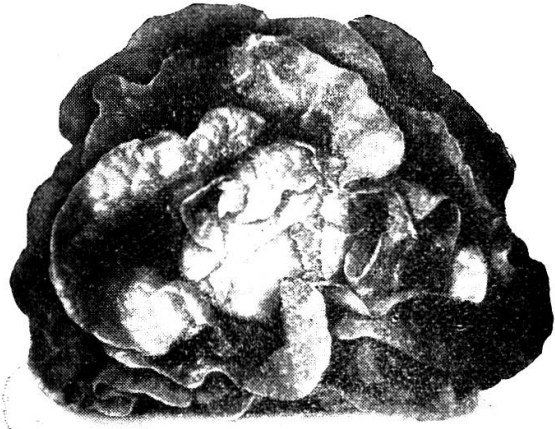


unter dem großen Heer der Salatsorten der beste. Die Aussaat dieser Sorte erfolgt im März oder anfangs April ins halbwarme Mistbeet oder in Kistchen, die an geschützten Orten untergebracht werden. Sind die Sektlinge nach und nach abgehärtet worden (d. h. durch reichliches Lüften und abdecken der Mistbeete an die freie Luft gewöhnt), so können die erstarrten Sektlinge schon im April, ohne durch noch vorkommende Fröste zu leiden, ins Freie gepflanzt werden. Der „Maikönig“ bildet in kurzer Zeit feste und sehr zarte Köpfe, selbst die Außenblätter sind zart und können Verwendung finden. Infolge seiner raschen Entwicklung ist dieser Früh салат ganz besonders in den höheren Lagen unseres Landes mit deren kurzer Vegetationszeit recht beliebt geworden. Die Aussaat an solchen Orten dürfte kaum vor Mai oder Juni erfolgen.

Große Hitze verträgt die genannte Sorte nicht, weil sie sonst, bevor die Köpfe geschlossen sind, Samenstengel bildet.

Von den Sommer-Salaten, welche sich besonders gegen große Hitze widerstandsfähig zeigen, haben sich bei meinen zahlreichen Versuchen die Kopf-Salate

Cazard, sowie Trozkopf, brauner, hervorgetan.

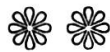


Die erstere Sorte macht nicht sehr feste, aber geradezu Riesenköpfe von gelblich-grünen, sehr zarten Blättern und verlangt einen schweren, bindigen Boden.

Der Trozkopf, brauner, zeichnet sich aus durch sehr feste Kopfbildung und stellt an den Boden weniger Ansprüche als Cazard.

Von der Kultur der Kopf-Salatsorten ist folgendes zu sagen: Sie verlangen einen frischen, kräftigen, mit verrottetem Stalldünger vermengten Boden, sowie auch öfteren Düngerguß mit Jauche, damit die Pflanzen rasch wachsen und somit zarte Blätter hervorbringen. Beim langsam gewachsenen Salat sind die Blätter hart und zähe.

G. Landolt.



◎ Haushalt. ◎



Die Verfälschungen des Thees sind mannigfacher Art. Oft werden Blätter von anderen Pflanzen (Sauerkräuter) getrocknet und dem Thee beigemischt. Auch bereits „ausgezogener“ Thee wird zur Mischung verwandt. Reiner Thee, in kaltem Wasser eingeweicht, färbt dieses gelb; es darf durch einige Tropfen Schwefelsäure nicht gerötet werden. Will man die Fälschungen an der Form des Theeblattes erkennen, so weiche man das Blatt auf, wonach es sich leicht ausbreiten läßt.

Das Ranzigwerden der Butter. Bleibt Butter längere Zeit an der Luft stehen, so geht der in der Buttermilch enthaltene Käsestoff in Zerlegung über und bildet verschiedene sog. Fettsäuren. Diese geben der Butter den ranzigen Geschmack. Kocht man solche Butter mit der doppelten Menge Wasser einige Male auf, so werden die

Fettsäuren entfernt und die Butter wird wieder genießbar.

Der Chlorkalk ist ein vorzügliches Bleichmittel, wenn er mit einiger Vorsicht angewandt wird. Zum Reinigen der Wäsche wird deshalb der Chlorkalk auch vielfach benützt. Zu diesem Zweck setze man jedem Eimer Wasser 30 Gr. Chlorkalk zu, lasse die Wäsche darin 10 Minuten lang liegen und wasche sie dann gründlich 2—3 Mal in reinem Wasser aus. Der Chlorkalk darf nicht im Kessel mit der Wäsche gekocht werden.



Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: Lauchsuppe, *Hammelfleisch mit Käse, Rosenkohl, †ungebackene Marsseilertorte.
 Dienstag: Milchsuppe, Kutteln, *Gemüseragout, *Ramequin.
 Mittwoch: Reisflockensuppe, Schweinsfilet, †gebäckener Wirsing mit Käse, Aprikosenkompott.
 Donnerstag: Gerstenschleimsuppe, *Stockfisch, Salzkartoffeln, Früchteauflauf.
 Freitag: Allerleisuppe, †Fünfminutenfleisch, †Eiernudeln, Nüßlsalat.
 Samstag: Brotsuppe, †geräucherter Schinken, Sauerkraut, Salzkartoffeln, †Fastnachtküchlein.
 Sonntag: Orzailsuppe, Kalbschlegel, *Kartoffelklöße, russischer Salat mit †Aspic, *Kompottorte.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Kochrezepte.

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

Milchsuppe. 2 Liter Milch, $\frac{1}{2}$ Liter Wasser, 150 Gr. Weizenschrotmehl, 10 Gr. süße Butter, Salz. — Das Mehl wird in der Butter schwach gelb geröstet. Unterdessen hat man die Milch mit Wasser und Salz siedend gemacht, säet nun unter stetigem Rühren das geröstete Mehl hinein und läßt die Suppe auf kleinem Feuer $\frac{1}{2}$ Stunde kochen. Nimmt man gewöhnliches Mehl, so rührt man es, wenn es geröstet ist, mit kaltem Wasser an und gibt es in die kochende Milch.

Stockfisch. 1 Kilo gewässert Stockfisch, 50 Gr. Butter, 1 Zitrone, 1 Zwiebel oder Petersilie, Salz, 1 Liter Wasser. — Der geschuppte Fisch wird mit kaltem Wasser zugelegt und auf starkes Feuer gebracht. Sobald er zu kochen beginnt, zurückgezogen und auf ganz kleinem Feuer 15—20 Minuten ziehen lassen. Die Fischstücke abtropfen lassen oder auf ein Tuch anrichten und entgräten. Dann werden entweder die Zwiebeln in der Butter gebräunt und darüber geschüttet oder man bestreut den Fisch mit feingehackter Petersilie,

tropft Zitronensaft darauf und begießt mit klarer Butter. Sehr heiß servieren. Salzkartoffeln entweder ringsum legen oder extra servieren.

Man kann zu dem gesottenen Stockfisch auch eine Fischsauce servieren.

Aus „Gritli in der Küche“.

Hammelfleisch mit Käse. Vorbereitungszeit 2 $\frac{1}{2}$ Stunden. Für 5 Personen. Zutaten: 1 Kilo zartes Hammelfleisch, 200 Gr. Käse, 90 Gr. Butter, $\frac{1}{2}$ Liter saurer Rahm, Salz, Pfeffer, 1 Theelöffel Kartoffelmehl, 12 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt. — Gutes, nicht zu fettes Hammelfleisch schneidet man in kleine Kotelettstückchen, klopft sie tüchtig, bestreut sie mit Salz und Pfeffer und legt sie in Schichten, je mit geriebenem Käse bestreut, in eine Kasserolle. Dann gießt man den Rahm darüber und läßt das Ganze 2 Stunden dämpfen (je nach dem Alter des Tieres, von welchem das Fleisch herrührt). Die Butter wird obenauf gelegt.

In der letzten Viertelstunde gibt man das in Wasser angerührte Kartoffelmehl, sowie den Fleischextrakt, den man mit aufkochen läßt, daran und serviert das sehr wohlgeschmeckende, kräftige Gericht mit Salzkartoffeln.

Gemüseragout. Man nimmt Kartoffeln, Rauden, Aepfel und Salzgurken zu gleichen Teilen. Rauden und Kartoffeln müssen erst gekocht, dann geschält und in Würfel zerschnitten werden. Aepfel und Salzgurken werden ebenfalls geschält und würfelig geschnitten. Dazu noch 1—2 Eßlöffel Kapern und nach Belieben etwas feinverwiegte Zwiebel. Nun macht man eine weiße Buttersauce, gibt die zugerichteten Beigaben hinein und läßt das Gemüse ungefähr noch $\frac{1}{2}$ Stunde kochen, bis die Aepfelwürfel schön weich sind. Durch Zugabe von Salz, Muskat und Zitronensaft kann man das Ragout mehr oder weniger pikant machen.

Kartoffelklöße. Man mischt 2 Suppenteller voll geriebene, mehligte Kartoffeln, die schon am Tage vorher in der Schale weichgekocht wurden, mit 4 Kochlöffeln Mehl, Muskat, Salz, 1 Tasse zerlassener Butter und 6 Eigelb. Ist alles gut vermischt, kommen noch die 6 zu Schnee geschlagenen Eiweiß darunter. Nun formt man aus der Masse ziemlich große Klöße, die in siedendes Salzwasser gegeben werden, worin sie $\frac{1}{4}$ Stunde kochen sollen. Beim Anrichten gießt man über die Klöße etwas braune Butter.

„Diät. Speisezettel“ von Alice Bircher.

Ramequin. (Billige Art.) Zeit 1 Stunde. 3 Eier, 1 Theelöffel Maizena, 120 Gr. Käse, $\frac{3}{4}$ Liter Milch, 5 Brotschnitten, 20 Gr. Fett, Salz. — Die Eier werden mit Maizena, einer Prise Salz und $\frac{1}{2}$ Liter Milch gerührt und der geriebene Käse darunter gemischt. Man zieht die Brotschnitten durch den Rest der Milch, legt sie in die mit Butter ausgestrichene Form, gießt die Fülle darauf und bäckt in heißem Ofen $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Stunden.

Zürcher fastnachtsküchlein (Blätz). 400 Gramm Mehl, $\frac{1}{2}$ Liter Milch, 1 voller Theelöffel Salz, Backfett. — Wenn die gesalzene Milch kocht, so wird das Mehl, bis auf 50 Gr., welche beim

Kneten und Ausrollen benützt werden, recht schnell eingerührt, die Pfanne vom Feuer genommen und der Teig auf dem Wirfbrett noch glatt geknetet. Dann stellt man ihn zugebedt 1 Stunde an einen warmen Ort. Hernach wird er zwei messerrücken- dick ausgerollt, mit dem Kuchenrädchen in gleichmäßige längliche Vierecke geschnitten, welche in viel heißem Fett schwimmend auf beiden Seiten hellbraun gebacken werden. Das Ausrollen muß schnell erfolgen, damit der Teig nicht kalt wird und das Gebäck kissenartig aufgeht. Es wird auf starkem Feuer gebacken und braucht etwa 200 Gr. Fett. Man serviert Kümmel und Salz dazu.

„Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Kompottorte. Für 6 Personen. Eine Springform wird mit geriebenem Mailänder-, Würbe- oder Blätterteig ausgelegt, ein Teigrand aufgesetzt, mit Ei bestrichen, der Teigboden beschwert und gebacken. Nachher wird beliebig mit Sultaninen übersät, mit weichgekochten Halbpfeffeln oder in Dunst eingemachten Aprikosen-, Pfirsich- oder Zwetschgenhälften belegt. Der Saft kann mit entsprechend Zucker zu Gelee eingekocht und über die geordneten Früchte gegossen werden. Die Torte wird noch mit Meringuemasse garniert.

Suß: 2—3 Eiweiß werden zu Schnee geschlagen, auf 1 Eiweiß 30—50 Gr. Staubzucker zugefügt, vermengt; diese Masse wird über die Torte gestrichen oder mittelst Dreßlerbeutel und Tülle beliebig dressiert, eventuell mit blättrig geschnittenen Mandeln überstreut und im wenig warmen Ofen leicht gelb gebacken.

„Ausfrittierte Reformküche“.

Mandelmilchsirup. 150 Gr. süße Mandeln, 15 bitter, $\frac{1}{2}$ Liter Wasser, 500 Gr. Zucker. — Die Mandeln werden gemahlen und mit Wasser mehrmals zerstoßen und abgeseiht, wie bei Mandelmilch. Zuletzt drückt man sie durch ein Tüchlein, kocht die Milch mit dem Zucker 5 Minuten und füllt sie dann in Fläschchen, welche gut verkorkt und durch Eintauchen in Wachs verpicht werden. Dieser Sirup, mit Wasser verdünnt, gibt sogleich eine gute Mandelmilch, der man auch Zitronensaft beimischen kann.

Die bei Mandelmilch und Sirup zurückbleibenden Mandeln sind noch wohl zu verwenden auf Kuchen, in Reis oder mit Salz und ein bißchen Rahm vermischt aufs Brot.

„Reformkochbuch“.

Gesundheitspflege.

Die vegetabilischen Haarfärbemittel sind bei vorzeitigem Ergrauen im ganzen unzuverlässig. Oft erreicht man mit ihrer Hilfe die gewünschte Farbe, oft erscheint aber auch ein sehr unerwünschtes Grau-Grün oder Blau-Rot (Violetti), und der Gefärbte wünscht dann nichts sehnlicher, als möglichst rasch von dieser Unzier befreit zu werden.

Unter den mineralischen Färbemitteln ist früher das Blei fast ausschließlich zu diesem Zweck ver-

wendet worden. Es ist ein tödliches Gift; noch Jahr und Tag nach dem Aufhören mit diesem Färbungsmittel habe ich erheblichen gesundheitlichen Schaden beobachtet. Man kann dasselbe auch ganz gut entbehren. Ich empfehle nach sehr vielfältigen Erfahrungen als sicher, unschädlich und verhältnismäßig nicht zu unbequem die Anwendung des salpetersauren Silberoxyds (Höllenstein), das nach dem Entfetten der Haare tief und gleichmäßig in das Innere der Haare eindringt.

Aus „Das Haar, die Haarkrankheiten und ihre Behandlung von Dr. J. Pohl (Deutsche Verlagsanstalt, Stuttgart).“



Krankenpflege.



Zur Desinfektion wird nie konzentrierte Karbolsäure, sondern eine Lösung von ganz geringen Mengen in Wasser, sog. Karbolwasser angewandt (auf 1 Liter Wasser 50 Gr. konzentrierte Karbolsäure). Damit sind die Räume vor dem Krankenzimmer während der Krankheitsdauer täglich mehrere Male zu besprengen. Nach überstandener Krankheit werden die Wände des Krankenzimmers mit Brot abgerieben und mit Karbolwasser besprengt, alle Gebrauchsgegenstände, sowie Fußboden, Holztafelung, Türen und Fenster mit der desinfizierenden Flüssigkeit abgewaschen. Bettwäsche und Kleidungsstücke werden in Karbolwasser ausgewaschen.

Das Kresolwasser wird in derselben Weise angewandt, wie das Karbolwasser. Es wird aus 1 Teil Kresolseife und 9 Teilen Wasser gewonnen. Beide Desinfektionsmittel hinterlassen einen unangenehmen Geruch, den man durch öfteres Lüften aus dem Zimmer und von den damit behandelten Gegenständen durch Abwaschen mit reinem Wasser entfernt.

Das Formalin (Formaldehydlösung) ist eine farblose Flüssigkeit von durchdringend stechendem Geruch, die aus etwa 40 Teilen Formaldehyd und 60 Teilen Wasser besteht. In dieser Zusammensetzung vermag es Bazillen und Sporen in verhältnismäßig kurzer Zeit zu töten. Auf dieser Eigenschaft beruht seine Anwendung als Desinfektionsmittel von Wohnräumen, zumal es sich mit den geruchbildenden Dünsten sofort chemisch bindet und selbst rasch sich verflüchtet. Es ist leicht zu beschaffen, weil es ungiftig ist.

„Bakische Naturkunde des Haushalts“.



Kinderpflege und -Erziehung.



Überall spricht und schreibt man warnend von den Gefahren der Ueberfütterung bei der Säuglingsernährung; eine entsehlte Untere Ernährung dagegen wird als Grundsatz gelehrt. Aus lauter Furcht, die kindliche Verdauung durch etwas zu viel Käsestoff und Stärkemehl zu beschweren,

werden die Gefahren der Herabsetzung der Nährstoffe auf ein Drittel oder sogar ein Viertel völlig außer acht gelassen. Was muß da für ein kraftloses Geschlecht entstehen!

Alle Schriften über künstliche Kinderernährung beginnen mit dem Satze: „Unverdünnte Kuhmilch wird von dem Säuglingsmagen nicht verdaut!“ Nun ist es aber Tatsache, daß bis vor wenigen Jahrzehnten, vielfach auch heute auf dem Lande und unter der städtischen Arbeiterbevölkerung, vor allem aber in unsern Berggegenden, die künstlich zu nährenden Kinder vom ersten Lebenstage an unverdünnte Kuhmilch erhalten und dabei vorzüglich gedeihen. Und es ist nicht sterilisierte, oft nicht einmal besonders reinlich gehaltene Milch. Auch leben diese Kinder vielfach in schlecht gelüfteten Stuben und unreinlich gehaltenen Bettchen, so daß man nicht der reinen Luft das Verdienst der merkwürdigen Verdauungsleistung des Säuglingsmagens zuschreiben kann.

An der Hand von Tatsachen muß ich Verwahrung einlegen gegen die Behauptung, daß unverdünnte Kuhmilch dem Säuglingsmagen überhaupt unzutraglich sei. Ich möchte vielmehr konstatieren, daß der unverminderte, oder doch nur wenig und kurz vorübergehend verminderte Kuhläsestoff, wenn auch nicht vollständig, doch zum großen Teil verarbeitet wird. Ferner, daß der allfällig unverarbeitete Rest, welcher dem Ueber-schuß an Kuhläsestoff gegenüber demjenigen der Frauenmilch ungefähr entsprechen mag, die allgemeine Verdauungstätigkeit bei normalen Kindern nicht zu beeinträchtigen pflegt.

Für städtische Verhältnisse mit einer schwächlichen Bevölkerung halte ich zwar eine leichte Milchverdünnung auf kürzere Zeit für vorsichtig. Im übrigen handle ich in meinen Vorschriften nach dem Grundsatz: „Die kräftigste Nahrung, die ein Kind gut verdaut, ist die zweckmäßigste.“

Aus „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr“ von Frau Dr. Marie Heim. (Preis 15. Gs.)



Gartenbau und Blumenzucht.



Ein Keller, in dem man Pflanzen überwintert, muß oft gelüftet werden. Wenn man die Kellerfenster geschlossen hält, entsteht dumpfige Luft und infolge dessen sehr leicht Fäulnis an den Pflanzen. Das Faulen, das oft die ganze Pflanze zerstört, namentlich bei weichholzigen Pflanzen, kann also durch unausgesetztes Lüften verhütet werden. Nur in Betten der größten Frostgefahr schließt man vorübergehend die Fenster, um sie bei gelinderem Wetter sofort wieder zu öffnen.

Wetter ist es für die Überwinterung der Pflanzen im Keller notwendig, daß sie von den faulenden und schimmeligen Blättern und sonstigen Unreinigkeiten geläubert werden. Etwa alle vier Wochen wird man die Pflanzen nachsehen und alles Schimmelige und Faule hinausbefördern.

Dann wird es notwendig, daß man die Pflanzen von Zeit zu Zeit auf ihren Wasserbedarf nachsieht und wenn man auch nicht viel gießt, doch dafür sorgt, daß sie nicht geradezu vertrocknen, was in einem trockenen Keller bei ungenügender Lüftung wohl vorkommen kann.

Der Standpunkt der Pflanzen im Keller sei dem Licht und der Luft so nahe wie irgend möglich. Dicht am Kellerfenster haben die Pflanzen günstigere Lebensbedingungen als in der Ecke, wo die Pflanzen kränkeln und Not leiden.

J. M.



Tierzucht.



Kalkbeine. Die Läufe und Beine der Hühnerarten sind zuweilen mit einem bössartigen Schorf bebedt, welcher von Milben herrührt. Diese beunruhigen hauptsächlich des Nachts die Tiere, legen ihre Eier unter die Schilder der Haut und dadurch schwillt letztere an. Dies Ungeziefer kriecht von einem Tier zum andern. Unreinlichkeit in den Ställen trägt viel Schuld daran, deswegen kommt hier alles auf Sauberkeit und Desinfektion an. Die Füße der Tiere werden mit grüner Schmierseife eingeschmiert, mit Lappen verbunden und am andern Tage mit lauwarmem Wasser gebürstet, dann macht man eine Salbe von Schweinefett, Schwefelblüte und etwas Karbolsäure und reibt 8 Tage lang ein.

Ebenso wichtig wie gute Nahrung ist für den Kanarienvogel Luft und Licht. Der gefährlichste Feind unseres Sängers ist der Zug. Mit der größten Sorgfalt hänge man darum das Bauer an einen Ort, wo der Vogel auch vor dem leisesten Zugwind geschützt ist. Damit soll jedoch nicht gesagt sein, daß man das Tierchen ängstlich vor der frischen Luft hüten soll; vielmehr ist es sogar ein Erfordernis, daß das Vögelchen täglich, je nach der Witterung, einige Zeit in der frischen Luft hängt. Nur darf es auch im Freien keinem Zugwind und grellen Sonnenlicht ausgesetzt sein. Man wähle ferner für den Vogel im Zimmer einen Ort, wo auch Licht und Sonnenschein freien Zutritt zu ihm haben; tut man dies nicht, so wird man bald an der geringen Singelust des Tieres merken, daß auch das Licht ein Hauptbedürfnis für ihn ist.



Frage-Ecke.



Antworten.

126. Reiben Sie Ihre Hände mehrmals im Tage mit einem frischen Zitronenschälchen ein und waschen Sie diese nachher mit milder Seife; wenn die Hände noch wund sind, wird es ein wenig brennen, aber nachher gar nicht mehr, da sie überhaupt nicht mehr wund werden. Schon seit vielen Jahren litt ich besonders im Winter

an aufgesprungener Haut an den Händen und an schmerzhaften Rissen an den Fingerspitzen. Alles, was ich bis jetzt angewendet habe, auch das, was hier bisher schon empfohlen wurde, linderte ein wenig; der schmerzhaften Plage wurde ich aber nicht los. Nun spüre ich zum ersten Mal diesen Winter auch bei der größten Kälte gar nichts von dem lästigen Uebel bei der gleichen Hausarbeit wie früher. Seit dem letzten Herbst reibe ich mehrmals am Tage die Hände vor dem Waschen ein, gewöhnlich nach dem Geschirrabwaschen, und die Haut ist nun glatt und rein, alles Dunkle, vom Gemüse- und Obststrüßen zc. herrührend, geht weg.

Treue Abonnentin.

12. Ich habe schon öfters Zeitschriften selbst gebunden mit Hilfe von Pariserhaken, welche man in beliebiger Länge und Form in Papeterien kaufen kann. Kauft man gerade eine Schachtel von 6 Duzend assortiert (ungefähr à 70 Stk.), so liegt ein Stift bei, der das Durchstechen sehr erleichtert. Ich ordne die Hefte genau aufeinander und steche dann an der linken Längsseite 2—3 Haken je nach der Größe der Hefte durch das Ganze, wende es und fest andrückend biege ich die übertretenden Enden der Haken um. Man kann auch ein starkes Papier, das als Decke dient, darum schlagen und gleichzeitig mit dem nämlichen Haken befestigen. So kann ich einen ganzen Jahrgang Schriften mit ganz geringen Kosten binden und der Zweck ist damit erreicht.

Abonnentin bei Genf.

13. Email-Bratkasserollen kann man nicht frisch überziehen lassen, ich habe noch nie davon gehört, wohl aber lassen sie sich noch gut brauchen. Es dürfen aber keine Speisen mehr damit direkt in Berührung kommen. Ich habe in meiner Küche ebenfalls eine solche defekte Kasserolle, die ich für das bain-marie brauche und um die Pudding zu kochen, sowie für warme Saucen, die ebenfalls im Wasser gekocht werden, ferner zum aufwärmen von Gemüseresten, die dann keinen „Aufwärmgeschmack“ bekommen. Dann dient sie mir wieder zum Kochen des Abwaschwassers. Es gibt Spengler, die Ihnen einen Blechboden daran machen würden. Ich kann Ihnen aber aus Erfahrung sagen, daß dies keine große Ersparnis ist, indem solche selten lange halten.

Röchin in B.

14. Orangen werden am besten in Fässern oder in gut verschlossenen Kisten im kühlen Keller aufbewahrt.

Ein Rezept zur Konfitüre mit der Schale folgt. Die gesunde Schale wird ringsum abgeschnitten, so daß nichts weißes daran bleibt. Dann wird sie in 1 Cm. große Stücke geschnitten und im Wasser blanchiert, bis sie weich, doch nicht zerfahren ist. Dann gut abtropfen! Die Orangen werden ganz enthäutet, die Kerne herausgenommen und Schmitze und Schale mit gleich schwer Zucker zu Konfitüre gekocht.

Die Schale gibt auch einen sehr guten Sirup. Zu 4 Schalen nimmt man 2 Kilo Zucker, 30 Gr. Zitronensäure, 1 Liter Wasser. Die Zitronen-

säure wird mit heißem Wasser aufgelöst, dann werden die Schalen in Stückchen geschnitten, alles gut durcheinander gerührt und 3 Tage stehen gelassen, darauf filtriert und in Flaschen abgezogen. Man muß oft drin rühren, da die Säure den Zucker schwer zergehen läßt.

Röchin in B.

14. Hier ein vorzügliches, mehrjährig erprobtes Rezept für Orangenmarmelade, bei der man alles bis auf die Kernchen verwenden kann und die ihre etwas umständliche Herstellungsart reichlich durch einen famosen, feinen Geschmack lohnt. Das Rezept stammt aus einer französischen Küche, doch gebe ich Ihnen dasselbe in deutscher Sprache an. 6—8 ganz gesunde Orangen werden in genügend kaltem Wasser aufs Feuer gegeben, langsam zum Kochen gebracht und $\frac{1}{2}$ Stunde so gelassen; dann leert man das gelbe, bittere Wasser weg und gibt wieder frisches Brunnenwasser dazu. Wieder läßt man „köcheln“ wie das erste Mal und wechselt hierauf das Wasser wieder. Dieses Verfahren wird 4—5 Mal wiederholt, natürlich immer sorgfältiger, damit die Orangen ja nicht „plazen“. Ungefähr nach 4 Stunden sind die Früchte so weich, daß man sie mit einem Strohalm durchstechen kann. Nun wird das Wasser weggeschüttet und die Orangen bis zum andern Tag sorgfältig in frisches Brunnenwasser gelegt. Andern Tags werden die Früchte in ganz feine Tranchen geschnitten und die Kerne sorgfältig entfernt. Das Schneiden geschieht am besten in einem Porzellanteller, damit nichts vom Saft verloren geht. Während dem Schneiden kocht man einen klaren Zuckersirup (zweimal das Gewicht der Orangen an Zucker zu nehmen), in den man nun die zerschnittenen Orangen legt und schwach 1 Stunde langsam kocht, bis das Fleisch durchsichtig wird. Der Saft soll geleeartig sein. Nimmt man Blutorange, die süßer sind resp. sein sollten, so benötigt man auf 500 Gr. Orangen nur 750 Gr. Zucker.

Hier noch ein einfacheres englisches Rezept für Orange-Marmelade. Es ist auch gut, aber weniger fein als das französische. Orangen werden in rohem Zustande dünn zerschnitten und die Kerne entfernt. Auf 500 Gr. Früchte (zerschnittene) wird $1\frac{1}{2}$ Liter kaltes Wasser gegossen und alles 24 Stunden stehen gelassen. Dann wird zu 500 Gr. Früchte (selbstredend Früchte nebst dem Wasser, das 24 Stunden dran war) 750 Gr. Stockzucker gefügt und $\frac{3}{4}$ —1 Stunde alles unter stetem Rühren gekocht. Auf ein Duzend Orangen nimmt man zwei Zitronen.

Hausfrau.

14. Es wird sich wohl kaum jemand finden, der Ihnen Anleitung zur Verlängerung der Haltbarkeit von Orangen geben kann. Ich gebe Ihnen den Rat: Machen Sie Orangen-Marmelade; die Schalen der Orangen können Sie trocknen für Orangeat; ebenfalls läßt sich aus denselben ein guter Orangen-Likör bereiten. Ich bin mit Vergnügen bereit, Ihnen die nötigen Rezepte zu verabsorgen. Orangen-Marmelade ist nicht nur sehr schmackhaft, sie ist auch sehr gesund. In England wird selten ein Frühstück ohne Orangejam serviert

Ein herrlich erfrischendes Getränk ist der ausgepresste Saft ohne Zutaten und von frischen Orangen. Bei Erkältungen tut der heiße Orangensaft gute Dienste. Man presst in ein Glas 3-4 Orangen aus, gibt etwas Zucker und kochendes Wasser darauf und trinkt dies so heiß als möglich. Diese Limonade benötigt weniger Zucker als Zitronensaft und schmeckt viel feiner. S. G.

15. Wenn Ihre Zimmerpflanzen im Winter nicht recht gedeihen wollen, mag die Ursache in der Gasbeleuchtung des Zimmers, wo die Pflanzen aufgestellt sind, zu suchen sein. Auch andere Faktoren, wie Mangel an Licht und Sonne, zu trockene Luft oder zu öfteres Gießen können das Wohlbefinden der Zimmerpflanzen (ungünstig) beeinflussen. Am wenigsten empfindlich erweisen sich in solchem Zimmer die Blattpflanzen, mit harten Blättern, z. B. verschiedene Palmen und die *Aspidistra*. G. L.

Fragen.

16. Ich möchte die werten Leserinnen um Rat fragen, wie man Resten von Wolle, Band, Seide, Befäßen, Stoffmuster, Tuchresten zc. verwenden kann zu nützlichen oder Phantastie-(Zier-)Gegenständen. Ob solche mit Karton, in Verbindung mit leichter Stickerie, Häutelet oder Daisy-Nadel auszuführen wären, hat nichts zu sagen. Ich hörte schon, man könne aus zusammengelegten Stoffriemen Korridor-Läufer herstellen und aus Tuchresten sogar Bettvorlagen. Die leichteren Arbeiten könnten dann unsere zwei Töchterchen besorgen. Für allfällige Winke danke herzlich.

Abonnentin bei Genf.

17. Welche Art von Wäschemangen sind für einen größeren Haushalt von 10-14 Personen am empfehlenswertesten? Für freundliche Auskunft zum voraus besten Dank.

Frau M. in Z.

Eine praktische Ergänzung zu der seit etwa Jahresfrist im Handel befindlichen gekörnten Fleischbrühe hat die Fabrik von Maggis Nahrungsmitteln in Remptal mit ihrem neuesten Erzeugnisse, den Bouillon-Würfeln, geschaffen. Sie sind, wie das erstgenannte Produkt, natürliche Fleischbrühe in trockener Form, die aber hier zu Würfeln gepresst wurde und in allen den Fällen dienen sollen, wo rasch nur eine einzelne Portion guter Fleischbrühe benötigt wird. Um diese zu erhalten, hat man nämlich einfach heißes Wasser auf einen Würfel zu gießen.

Maggis Bouillon-Würfel werden nicht nur in jedem Haushalte willkommen sein, sondern auch gerne von alleinstehenden Personen benützt werden, die damit im Stande sind, sich jederzeit eine Tasse anregender Bouillon zu bereiten, ohne fremde Hilfe in Anspruch nehmen zu müssen. Auch auf Reisen und Ausflügen werden sie gute Dienste leisten, ihre bequeme, handliche Form macht sie zur Mitnahme ganz besonders geeignet. Der Preis ist äußerst billig, er beträgt nur 5 Rappen für einen Würfel.

Daß man sich für die Herstellung größerer Mengen von Fleischbrühe nach wie vor mit Vorteil der „Gekörnten Fleischbrühe“ bedienen wird, braucht wohl nicht besonders erwähnt zu werden.

Der einzige Erfinder der echten Heublumenseife ist Herr Joh. Grolich in Brünn. Preis 65 Cts. Überall käuflich.



Preis Fr. 1.30 - Überall erhältlich

oder direkt bei

KAISER & Co. BERN

Samenhandlung

G. Landolt, Wallisellen bei Zürich.



Zuverlässigste
Bezugsquelle
für

Gemüse-
und Blumen-
sämereien,
Baum- und
Gartenwerk-
zeuge etc.

Preisverzeichnisse
erfolgen auf Verlangen
gratis und franko.



Filiale Zürich: Oberdorfstr. 23