

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

**Band:** 17 (1910)

**Heft:** 6

**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:** 17.05.2025

**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.

Nö. 6. XVII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
24 Nummern.

Zürich, 19. März 1910.

Redlichkeit mußt selbst du ehren,  
Wißt du andre Wahrheit lehren.  
Rein und edel wird dein Leben  
Auch ein leuchtend Vorbild geben.



### In der Werkstatt des Osterhasen.

Von Rose Schlatter.

(Nachdruck verboten.)

Ostern steht vor der Tür und so beschloß ich, einmal in des Osterhasen Werkstatt Umschau zu halten, denn er ist ein Künstler in seinem Fach. Welche Prachts-eier „legt“ der Osterhas heutzutage! Aber nicht jedem ist es vergönnt, seinen Kindern von diesen kunstvollen Eiern aus Zucker, Schokolade, Porzellan und Pappe einige zu kaufen und — unter uns gesagt — sie sind auch nicht nach jedermanns Geschmack. Den Kindern sind die Eier, die ihnen die Mutter färbt, gewiß ebenso lieb, ja fast noch lieber und dem oft nicht zu großen Geldbeutel der Hausfrau bedeuten die selbstgefärbten Eier eine große Ersparnis.

Die kleine Mühe wird reich belohnt durch den Erfolg und mit den bunten Eiern und dem Jubel der Kinder zieht

erst die rechte, echte Oster-Frühlingsstimmung in das Haus.

Wir haben es mit dem Färben ja heute so bequem. Alle möglichen giftfreien Farben erhalten wir in fertigen Paketen mit der Gebrauchsanweisung; sogar marmoriertes Papier und solches mit Abziehbildern halten die Geschäfte vorrätig. Ein biß zwei ausgerangierte Töpfe, ein alter Löffel, recht viel dicht gelegtes Zeitungspapier, ein Paar alte Handschuhe zum Schutze der Hände sind unsere Requisiten, denn das Färben hinterläßt zu gern Spuren.

Für diejenigen Mütter, die sich mit den fertigen Farbenpaletten nicht befreunden können, hat der Osterhase einige zwar uralte, aber bewährte Rezepte in petto.

Vor allen Dingen ist die Zwiebelschale ein bequemes Farbmittel. Man kann mit ihr (ca. eine Hand voll Schalen) die Eier vom zartesten Hellgelb bis zum tiefsten Braun färben, indem man die bereits hartgekochten Eier entweder ganz kurz oder längere Zeit in der Brühe beizen läßt. Am schönsten macht sich das Goldgelb, das die Eier nach 8—10 Minuten annehmen.

Etwas Blauholz und Rotholz erhält man billig in jeder Droguenhandlung; dies wird ebenfalls mit Wasser aufgekocht, worauf man die vorgekochten Eier einige Zeit hineinlegt. Auch hier hängt die Färbung von der Dauer des Farbbades ab. Das Blauholz liefert tiefblaue Eier, die wie Veilchen im Grase leuchten.

Zu diesen drei Grundfarben, gelb, blau, rot erhalten wir nun noch grün und violett, wenn wir die Farben rot und blau mischen oder die gelb gefärbten Eier noch für kurze Zeit in die blaue Brühe legen. Recht hübsch ist es auch, die Eier mit Blümchen oder Kräutern zu belegen und fest mit Leinenstreifen zu umwickeln, um zierliche Silhouetten zu erhalten. Wer sich die Mühe machen will, kann diese mit Tusche oder roter Farbe noch umranden. Auch ein festangelegtes Netz gibt den Eiern eine hübsche Zeichnung. Es muß jedoch sehr sorgfältig abgelöst werden, da es mit Farbe vollgesaugt ist und die feinen Konturen leicht verwischt.

Wer vor dem Färben einen Namen mit Seife auf die Eier setzt, wird erstaunt sein, zu sehen, daß dieser weiß bleibt. Hübscher noch ist es, solche Namen mit einer absteckenden Farbe oder Tinte auf die fertigen Eier zu schreiben.

Das Herausnehmen aus der Farbe muß vorsichtig geschehen, damit man sich und den Tisch nicht gleichfalls „verziert“.

Die sogenannten süßen Eier sind etwas mühsam herzustellen. Man füllt geschmolzene Schokolade oder Puderzucker, den man mit frischem Zitronensaft und Eiweiß abrührt, vorsichtig in ausgeblasene Eierschalen und läßt die Masse in dieser Form fest werden. Auch Marzipaneier sind nicht schwer zu fabrizieren. Zu diesem Zweck kauft man entweder etwas Marzipanmasse oder man reibt süße und einige bittere Mandeln fein und rührt sie mit Zucker (zu gleichen Teilen) zu einem Teige, den man in Eierhälften füllt. Diese Formen erhält man, indem man hartgekochte Eier mit raschem Schlage halbiert. Die getrockneten Eier nimmt man dann aus den Formen heraus und klebt die zwei Hälften

zu einem Ei zusammen. Man darf jedoch diese Eier nicht verwechseln, weil die Eihälften sonst nicht genau auf einander passen würden.

Wem es Freude macht, wer ein wenig Phantasie hat, kann mit geringen Hilfsmitteln recht originelle Eier anfertigen. Zum Beispiel kann man aus den Flecken der marmorierten Eier allerlei komische Gestalten bilden, indem man mit dem Pinsel etwas nachhilft.

Sehr hübsch sehen auch die als Köpfe frisierten Eier aus. Man kocht einen Teil der Eier zu diesem Zwecke in einem ganz schwachen Absud von Zwiebelschalen, um einen gewissen „Seint“ zu erhalten, dann malt man mit Farben Augen, Nase, Mund, rote Backen und eine Andeutung von Haaren. Man kann die Eier mit zwei Gesichtern, einem lachenden und einem weinenden, bemalen oder auch jedem Ei nur ein Gesicht und dagegen ein Häubchen aus buntem Crêpepapier machen, das man mit etwas Gummi-arabicum festklebt. Diese Eier machen der kleinen Welt viel Freude.

Für maßlustige Frauen ist das Schmücken der Ostereier eine amüsante Arbeit, die der Phantasie ein reiches Feld darbietet. Natürlich müssen die Eier auch zu diesem Zweck erst hart gekocht werden. Reizend sehen kleine Blüten auf hellem Grunde aus. Wir färben also in einer Grundfarbe, indem wir entweder Zwiebelschalen oder eine ganz geringe Dosis grüner oder blauer Farbe in das Wasser tun, in welchem wir die Eier hart kochen. Auf diese Grundierung setzen wir mit feinen Strichen einige Veilchen, Schneeglöckchen oder Gänseblümchen und bekommen so mit wenig Mühe ganz reizende, aparte Ostereier. Es ist ratsam, den Wasserfarben etwas Honig zuzusetzen, damit die Farbe an der glatten Eierschale besser haftet. Wer landschaftliche Malerei treibt, kann auch nette, kleine Landschaften — am besten in Medaillonform — auf ein hellgrundiertes Ei malen, zu denen die Ansichtspostkarten ja allerlei hübsche Motive liefern.

Wir sehen, die Wahl für originelle und hübsche Ostereier ist unbegrenzt. Wer Talent

und Lust hat, mache sich fröhlich an die Arbeit. Der Erfolg wird nicht ausbleiben. Natürlich muß man das Ei beim Bemalen gut betten, damit es festliegt, und es ist vorsichtig anzufassen, damit die feuchte Farbe sich nicht verwischt. Deshalb ist es am praktischsten, wenn man an mehreren Eiern gleichzeitig arbeitet, damit sie vor dem Drehen abtrocknen können. Als „Staffelei“ dient am besten ein passendes Weinglas.

Die fertigen, gewöhnlich gefärbten Eier reibt man mit Speck ab, damit sie schön glänzen; die feiner gemalten kann man mit Firnis überziehen, doch ist dies nicht unbedingt nötig, da unsere Gemälde ja nicht für Museen, sondern für eine recht kurze Lebensdauer bestimmt sind.

Wenn wir dann unsere kleinen Kunstwerke in ein Körbchen zwischen grünes, aber trockenes Moos einbetten und auf unsern Frühstückstisch stellen, haben wir den reizendsten Osterschmuck. Sträußchen von Weidenkätzchen und Schneeglöckchen und der duftende, selbstgebackene Osterkuchen vollenden die Ostertafel.

Wer sich die Mühe machen will, kann sich für diese noch besonders nette Tischvasen herstellen, indem er den Eiern, die in der Küche verwendet werden, nur die Spitze abschlägt. Solche leere Eierschalen werden mit Syntheseton zu dritt aneinandergeklebt und mit frischen Frühlingsblümchen und jungem Grün gefüllt. Sie sehen als Tischdekoration ganz allerliebste aus.

Wenn alles gut gelungen ist, unsere Eier in allen Farben glänzen und leuchten, wenn die liebe Osterperson vom Himmel herunterlacht und die Menschen, groß und klein, in bunten Scharen hinaus in die erwachende Natur strömen, dann möchte ich den Griesgram sehen, dessen Pessimismus da noch Stand hielte.

Fröhliche Ostern!



Aller Anfang ist leicht, und die letzten Stufen werden am schwersten und seltensten erstiegen.

Gothe. Wilh. Meisters Wanderjahre.

## Hülsenfrüchte oder Leguminosen.

(Aus „Chemie in Küche u. Haus“ von G. Abel.)

Die Hülsenfrüchte, zu denen die Bohnen, Erbsen und Linsen gehören, enthalten viel mehr Stickstoffsubstanz als die Getreidearten. Sie besteht der Hauptsache nach aus Legumin oder Pflanzenseifein.

Über die mittlere Zusammensetzung der Hülsenfrüchte gegen nachstehende Zahlen Aufschluß:

| Große        |         |        |                      |
|--------------|---------|--------|----------------------|
| Gartenbohne. | Erbsen. | Linse. |                      |
| %            | %       | %      |                      |
| 14,00        | 13,80   | 12,33  | Wasser,              |
| 25,68        | 23,35   | 25,94  | Stickstoffsubstanz,  |
| 1,68         | 1,88    | 1,93   | Fett,                |
| 47,29        | 32,65   | 52,84  | Stärke               |
| 8,25         | 5,57    | 3,92   | Rohfaser,            |
| 3,10         | 2,75    | 3,04   | Mineralbestandteile. |

Aus diesen Zahlen ist ersichtlich, daß die Hülsenfrüchte im allgemeinen in ihren Bestandteilen übereinstimmen und der Milch und dem Fleisch nicht nur gleichgestellt werden können, sondern auch den Nährstoff, der den Fleischspeisen fehlt, das Stärkemehl, enthalten. Die Hülsenfrüchte werden für schwer verdaulich gehalten. Es ist aber erwiesen, daß die darin vorkommende Stickstoff-Substanz, sowie der größte Teil der Stärke leicht verdaulich ist. Weniger verdaulich werden aber die Hülsenfrüchte, wenn die unverdaulichen Häute der Samen nicht beseitigt wurden und mit den gekochten Samen die bekannte Manipulation des Zerquetschens und Treibens durch ein Sieb mangelhaft geschah. Weil die Hülsenfrüchte aus einer konzentrierten pflanzlichen Nahrung bestehen und den Verdauungssäften länger Widerstand leisten, muß man durch genannte mechanische Zerkleinerung der Samen dem Magensaft seine schwierige Arbeit möglichst zu erleichtern suchen. Werden die Samenhäute nicht sorgfältig entfernt, so können die zu verdauenden Stoffe vor der Einwirkung des Magensaftes lange geschützt bleiben, wodurch die Verdauung verzögert wird.

Die Hülsenfrüchte enthalten einen Riechstoff, der ohne Zweifel auf einen Gehalt an Schwefelwasserstoff zurückzuführen ist.

Dieser gibt sich an der Dunkelfärbung eines silbernen Löffels zu erkennen, der einige Zeitlang mit gekochten Erbsen in Berührung war. Die braune oder schwärzliche Färbung besteht aus Schwefelsilber.

Bei der Zubereitung der Hülsenfrüchte richtet sich das einzuschlagende Verfahren darnach, ob man grüne oder trockene verwenden will. Die grünen Hülsenfrüchte geben an kaltes Wasser Eiweiß und Salze ab; man muß sie deshalb wie andere grüne Gemüse, Kohl, Rüben, Spinat, in das schon kochende Wasser bringen, damit das Eiweiß gerinnt, die Poren verstopft werden und ein Verlust an Nährstoffen nicht eintreten kann. Die Hülsenfrüchte kochen dann in ihrem eigenen Wasser.

Die getrockneten Hülsenfrüchte verhalten sich anders. Bohnen, Erbsen und Linsen sind durch Trocknen eingeschrumpft, hart und ziemlich undurchdringlich für Wasser geworden. Sie müssen somit vor dem Kochen mehrere Stunden lang in kaltem oder lauwarmem Wasser liegen, damit die äußere Hülle erweichen, das Wasser eindringen und die eingetrockneten und zusammengeschrunkenen Stärkezellen sich mit ihren Stärkekörnern ausdehnen können. Dieser Zweck würde durch heißes Wasser nicht vollkommen erreicht. Dasselbe würde die Hülle wohl erweichen, das Wasser könnte aber wegen des gerinnenden Eiweißes, das die Poren verschließen würde, nicht eindringen. Alle trockenen Hülsenfrüchte müssen mit kaltem Wasser auf Feuer gebracht werden. Bei guten, nicht zu alten Früchten genügt meist schon die kurze Zeit, die sie im kalten Wasser des Kochtopfs zubringen. Das Wasser erweicht die äußere Hülle, dringt ins Innere und zieht das Eiweiß, sowie einen Teil von dem Legumin aus, nimmt nach und nach die Temperatur der Siedehitze an und das Eiweiß gerinnt. Das Legumin zeigt, mit Ausnahme von der verdampfenden Oberfläche der Flüssigkeit, dieses Verhalten nicht. Die fertige Hülsenfruchtspeise besteht somit aus Frucht mit der aufgequollenen Stärke und aus Flüssigkeit; beide dienen

als Nahrung, denn sie enthalten die Nährstoffe der Hülsenfrüchte ebenso wie Bouillon und genießbares Ochsenfleisch. Die Früchte sind zum Teil ausgekocht, sie werden aber dadurch nicht wertlos, sondern enthalten neben dem ganzen Mehlgehalt etwas Käsestoff und Salze. In der Flüssigkeit dagegen finden wir den größten Teil des Käsestoffes, das Fett und das geronnene Eiweiß. Beide zusammen bilden also nach dem Kochen eine ebenso nahrhafte als vortreffliche Speise.

Die Hausfrau weiß, daß zum Kochen der Hülsenfrüchte hartes Wasser sich nicht eignet. Es erschwert oder verhindert sogar das Weichwerden der Samen. In diesem Fall lassen sich dieselben nach dem Kochen nur schwer durchdrücken; der erhaltene Brei ist härter, weniger gleichmäßig und enthält griesartige Körner. Diese Erscheinung wird auf die Entstehung einer unlöslichen Verbindung des aus dem Wasser stammenden Kalks mit dem Legumin der Hülsenfrüchte zurückgeführt, deren Aufschließung dadurch entgegengewirkt wird. Zur Vermeidung dieser Störung empfiehlt sich der Zusatz von etwa 1 Gramm doppeltkohlensaurem Natron auf 2 Liter des noch nicht erwärmten Wassers.



### • Haushalt. •



**Hüte aufzufrischen.** Um einen weich gewordenen Hut wie neu herzustellen, bestreiche man ihn auf der linken Seite mit dünn aufgelöster Gelatine, lasse ihn etwas übertrocknen und glätte ihn dann mit einem nicht zu heißen Bügeleisen, wobei man ein Tuch zwischen Hut und Eisen legt, weil Roßhaar leicht sengt. Auf diese Weise kann z. B. ein schwarzer Hut mit Roßhaargeflecht gut aufgefrischt werden.

**Lackierte Möbel zu reinigen.** Ein vorzügliches Mittel, um lackierte Möbel, Fensterrahmen und Türen gründlich zu reinigen und deren Glanz und Farbe möglichst zu schonen (besser noch als Salmiakgeist) ist grobe Weizenkleie. Diese wird in kochendes Wasser getan, ungefähr 50 Gr. auf 5 Liter, einige Minuten gekocht, durchgeseiht und die Brühe abgefüllt. Mit diesem schleimigen Wasser wäscht man die zu reinigenden Gegenstände mittels eines wollenen Lappens ab, nimmt klares Wasser zum Nachwaschen und reibt sie mit sauberer alter Leinwand trocken.

**Leinenzeug von Schimmelflecken zu befreien.** Man löse in dem Wasser, womit man das Leinenzeug befeuchtet, 1 Eßlöffel Salz und 1 Theelöffel Salmiakgeist auf, feuchte damit das Stück an und lege es dann in die Sonne. Bei Benutzung von Buttermilch, saurer Milch oder Molken müssen diese aufgekocht und heiß über das Zeug gegossen werden, es bleibt dann recht lange darin liegen und wird mit Seife ausgewaschen.

**Makartsträusse zu reinigen.** Durch Staub schwarz gewordene Sträusse lassen sich wie neu wieder herstellen. Man nehme einen genügend großen Waschkübel und schenke jeden Webel einzeln in viel heißem Sodawasser, wobei man aber für jeden Webel eine neue, reine Lösung braucht. Dann bestreiche man die Webel mit gewöhnlicher Kernseife, spüle sie erst in heißem und dann in kaltem Wasser und hänge sie sofort an die Sonne an das Seil. Während des Trocknens darf man nicht versäumen, die Webel öfters tüchtig zu schütteln und zu wenden, was man zuletzt, wenn sie völlig trocken sind, wiederholt. Sie werden durch dieses Verfahren vollkommen rein.



### Kochrezepte.

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

**falsche Schildkrötensuppe.** Ein Stück Kalbskopf, oder wenn nur für wenige Personen zubereitet werden muß, 2 gebrühte Kalbsfüße werden mit kaltem Wasser und Salz zugelegt, 1 Stunde gekocht; dann läßt man sie in einem Siebe abtropfen, löst das Fleisch von den Knochen und schneidet es in kleine Würfel. Nun röstet man in heißem Fett 3–4 Eßlöffel Mehl und etwas feingeschnittenen Schinken schön braun, löst mit 1 Liter guter Fleischbrühe und der Kalbs- oder Pflanzbrühe gut ab, gibt Sellerie, Lauch, Gelbrübe und Petersilie zu, kocht dies 1–1½ Stunden, entfettet wenn nötig, die Suppe gut und würzt mit spanischem Pfeffer, Madeira, Suppenwürze und richtet sie durch ein Sieb auf die in der Suppenschüssel angerichteten Kalbskopfstückchen an. Man kann die Suppe mit in Butter gerösteten Brotschnittchen servieren. Champignons oder sonstige Schwämmchen der Suppe beigegeben, schmeckt sehr gut. — Obiges Quantum reicht für 6 Personen.

**Gekochter Hal.** Nachdem man den Hal getötet, schneidet man die Haut rund um den Kopf herum ein, löst sie mit dem Messer, bis man sie fassen kann, und zieht die Haut schnell ab. Dann wird der Hal ausgenommen, gewaschen, in Stücke geschnitten, diese in den Fischsud gelegt und 20 Minuten anziehen gelassen, angerichtet, mit gehackener Petersilie bestreut, mit Zitronen garniert

und mit einer Kräuter- oder Zitronensauce serviert. Zubereitungszeit: 1¼ Stunden.

„Groß & Schweizer Kochbuch“.

**Lammrücken.** Für 3 Personen. 1 Kilo Lammrücken, Salz und Pfeffer, 1 Eßlöffel Butter, Bratengemüse, ¼ Liter Fleischbrühe. — Der Lammrücken wird gesalzen, mit dem Bratengemüse und heißem Fett in den Ofen gestellt, gelb gebraten, etwas heiße Fleischbrühe zugegossen und unter Begießen weich gebraten. Will man einen größeren Lammrücken zubereiten, so läßt man die Schlegel daran und stugt die Knochen so kurz wie möglich. Zubereitungszeit: 1¼ Stunden.

**Fleischglace (Extrakt).** Zeit 4 Stunden. Fleischabfälle aller Art, Schinken, Knochen, Kalbs- oder Schweinsfüße, Suppengemüse, 1 Zwiebel, Salz. — Die verschiedenen Fleischstücke und Knochen werden in einen Suppentopf (am besten eignet sich ein irdener) mit so viel kaltem Wasser zugelegt, daß es einige Zentimeter darüber steht. Man kocht langsam, schäumt es ab und läßt es noch wenigstens 3½ Stunden weiterkochen. Es sollte möglichst wenig gerührt und niemals kaltes Wasser zugegossen werden. Man passiert die Brühe in eine Schüssel und läßt sie an kühlem Orte erstarren. Diese Glace wird zur Verbesserung von Suppen Sauce und Fleischgerichten verwendet. Sie ersetzt zum Teil den gekauften teuren Fleischextrakt. Aus „Gritli in der Küche“.

**Rührei mit Lachs.** 125 Gr. von der Haut befreiter geräucherter Lachs wird in möglichst feine Scheiben geschnitten und, mit etwas feinem Pfeffer bestreut, in der Pfanne in etwas zerlassener Butter heiß gemacht. Dann gießt man etwa 8 Eier, die in einer halben Tasse Rahm oder Milch und einer Prise Salz verquirlt sind, über den Lachs und rührt alles leicht untereinander, bis die Eier geronnen sind. Das Rührei muß sofort angerichtet werden.

**Eierrollen.** Ganze, hartgekochte Eier werden durch ein grobes Sieb gedrückt und mit kräftiger, dick eingelegter Béchamelsauce, sowie möglichst feinwürstig geschnittenen und in Butter gebünsteten Champignons zu einem dicken Brei verrührt und mit weißem Pfeffer und Salz abgeschmeckt. Nach dem Erkalten des Breies formt man davon auf mehlbestäubtem Brett kleine Rollen, die, in geschlagenem Ei und geriebener Semmel gewälzt, in Fett goldgelb gebacken werden.

**Polenta von Kartoffeln.** Man kocht eine Anzahl geschälte, in große Stücke geschnittene, recht mehreiche Kartoffeln weich, gießt das Wasser ab, zerbrückt die Kartoffelstücke mit einer Reibe fehr fein, vermischt sie mit 3 zerquirlten Eiern, 4–5 gehäuften Eßlöffeln Parmesankäse und etwas Salz, läßt sie ein wenig austühlen und formt die Masse dann zu langen, 15 Ctm. dicken Würsten. Nachdem diese gänzlich erkaltet sind, schneidet man sie in fingerstarke Scheiben, die man auf einer runden Schüssel bergförmig aufschichtet, mit reichlichem geriebenen Käse bestreut, mit 125–160 Gr. heißer Butter übergießt und auf einen Topf mit heißem Wasser in den Ofen

stellt, so daß die Polenta von unten heiß wird und von oben gelb bäd.

**Löwenzahngemüse.** Hierzu verwendet man nur die ganz jungen gelben Blätter im Frühling. Man legt den Löwenzahn zuerst einige Stunden in Salzwasser, um ihm den bitteren Geschmack etwas zu nehmen und bereitet ihn dann weiter wie Spinat. Zubereitungszeit: 1 Stunde.

**Sächsischer Osterfladen.** Unter 1—1½ Kilo guten, ausgepreßten Rizer rührt man 6 Ei-dotter, 2½ Deziliter Rahm, 180 Gr. gereinigte Korinthen, 200 Gr. zerlassene Butter, 125 Gr. Zucker, 125 Gr. geschälte, feingehackte Mandeln. Nach Belieben verwendet man auch die abgeriebene oder kleingeschnittene Schale eine halben Zitrone. Man treibt dann einen gut bereiteten mürben Hefenteig oder Blätterteig zu einem viereckigen Kuchen aus, umgibt ihn mit einem 3 Centimeter hohen Rand, bestreicht ihn mit der Quarkmasse und diese mit geschlagenem Ei, bäd den Kuchen bei mittlerer Hitze und bestreut ihn noch heiß mit gestoßenem Zucker.

**Schottische Orangenmarmelade.** 12 bittere, 12 süße Orangen (aber keine Blutorange) und 3 Zitronen werden von der Schale befreit und letztere in ganz feine Streifen geschnitten; die Kerne und die harte Zwischenhaut läßt man weg. Dann gibt man auf je 500 Gr. der Frucht und geschnittenen Schalen 1½ Liter Wasser und auf das Ganze noch 1 Liter Wasser extra, läßt die Masse 24 Stunden stehen, kocht sie alsdann so lange, bis die Streifen weich sind (über eine Stunde) und läßt wieder alles bis zum nächsten Tage stehen. Man nimmt dann auf je 500 Gr. dieser Masse das gleiche Gewicht Zucker und noch 500 Gr. Zucker extra, kocht dies bis es dickflüssig ist (was ziemlich lange dauert), und füllt die Marmelade, die sehr gut schmeckt, in Gläser.

## Gesundheitspflege.

Zu starke Talgbildung gibt der Haut einen fettigen Glanz und führt zur Verstopfung der Ausführungsgänge der Talgdrüsen. Es entstehen daraus Mitesser und Pusteln, die das Gesicht verunstalten. Am besten ist, man drückt die Mitesser mittelst Nähnadel oder den Fingern aus. Die Aknepusteln brechen von selbst auf, wenn sie reif sind, das heißt, wenn ein Eiterpfropfen sich zeigt.

Um die starke Talgbildung, das heißt, den Folgezustand, den unreinen Teint zu bekämpfen, empfiehlt Dr. Straz in seinem Buche „Die Körperpflege der Frau“ folgendes einfache Mittel. Die Haut wird mit schäumender Seife und möglichst warmem Wasser ohne starkes Reiben sorgfältig gewaschen. Dann wird eine Viertel- bis halbe Stunde lang Watte aufgelegt, die mit folgender Lösung getränkt ist: Reine Karbolsäure 2 Gr., Kohlen-saures Natron 4 Gr., Alkohol 100 Gr., destilliertes Wasser 200 Gr. Wenn die Haut von dieser Flüssigkeit durchweicht ist, läßt man sie an

der Luft trocknen. Man nimmt die Behandlung am besten abends vor, weil die Haut nach der Anwendung weiß und fleckig erscheint. Erst am Morgen wird sie mit einem feinem Tuche trocken abgerieben. Diese Behandlung muß einige Abende hintereinander wiederholt werden.

Um den überflüssigen Talg rechtzeitig vor der Bildung der Mitesser und Pusteln aus den Ausführungsgängen der Drüsen zu entfernen, empfiehlt es sich, die Haut regelmäßig zu massieren.

## Krankenpflege.

Ueber die Verabreichung der Speisen bei Kranken merke man sich:

1. Alle Speisen sollen schmackhaft, reinlich, appetitlich bereitet werden. Sie sollen in der richtigen Wärme, bei der sie am schmackhaftesten sind (im allgemeinen etwas über Körpertemperatur) aufgetischt werden. Aufgewärmtes soll man einem Kranken nicht vorsehen, man soll ihm die Speisen nicht vorkosten mit demselben Löffel, den er nachher benutzen soll; man soll nicht in die Speisen blasen, um sie abzukühlen. Das Eßgeschirr soll rein, die Teller sollen gewärmt sein.

2. Man mache den Teller, die Tasse, das Glas, in denen etwas gereicht wird, nie mehr als halb voll und menge die verschiedenen Gerichte nicht durcheinander, sondern lege sie gesondert auf den Teller.

3. Man mache es dem Patienten zum Essen so bequem als möglich, man setze ihn, wenn es ohne Schaden geschehen kann, auf, unterstütze die Schultern mit dem Arm oder durch Hinterlegen eines Stuhles, eines Kissenpultes oder von Kissen. Die Eßgeschirre stelle man auf ein auf die Decke gelegtes Brett, auf einen Schemel, am besten auf einen sogenannten Krankentisch, nie auf den Nachttisch neben das Spuckglas! Dem Patienten binde man eine Serviette um.

Kann der Kranke nicht sitzen, so hebe man ihm Kopf und Schultern etwas in die Höhe und bringe zum Beispiel eine Schlummertrolche unter das Genick.

Ganz Schwachen oder solchen, welche die Arme nicht gebrauchen können, muß man zu essen geben mit dem Löffel, in einem Glas oder in einer Tasse, oder bequemer mit einer Schnabellaffe oder in einer Saugflasche mit Gummisauger, dessen Spitze man abgeschnitten hat. Flüssigkeiten läßt man durch ein Glasrohr saugen.

Leuten mit schlechten Zähnen muß man feste Nahrungsmittel fein zerkleinern.

Aus „Grundriß der Krankenpflege“,  
von Dr. A. Brunner.

Das Spanisch-fliegenpflaster wird vielfach verordnet, um die Haut zu reizen, und durch vermehrten Blutzufluß zu dieser Stelle eine Heilwirkung auszuüben. Nach dem Auflegen des Pflasters wird nach 10—12 Stunden eine mit klarem gelbem Blutwasser gefüllte Hautblase ent-

stehen. Dann wird das Pflaster vorsichtig abgenommen, die Blase mittelst einer reinen ausgekochten Schere angeschnitten, die ausfließende, ebenfalls noch hautreizende Eigenschaften besitzende Flüssigkeit mit Verbandwatte aufgefangen und die ganze Hautstelle durch einen Salbenverband geschützt. Auch ist der in Betracht kommende Körperteil vorher gründlich zu reinigen.

Das meist aus der Apotheke fertig in verordneter Größe bezogene Spanischfliegenpflaster muß fest angeklebt werden, gegebenenfalls durch Nachhilfe von Heftpflasterstreifen, um nicht durch Berrutschen an einer ungewünschten Stelle zu wirken und ist überhaupt mit Vorsicht anzuwenden, da ein übermäßiger Gebrauch Merentzündung bedingen kann. Außerdem sind hierbei wie beim Senfteige, alle besonders empfindlichen Hautstellen und Körperteile zu vermeiden; desgleichen die unbekleideten sichtbaren Stellen, da meist längere Zeit ein unschöner Flecken zurückbleibt.

Wie das Pflaster wirkt auch Spanischfliegenkollobdium, welches kräftig aufgepinselt schon nach wenigen Stunden Blasen entwickelt, während das immerwährende Spanischfliegenpflaster auf Seidenstoff milder einreißt und wegen seiner langsamen Einwirkung länger liegen gelassen wird.

## Kinderpflege und -Erziehung.

In den ersten zwei Lebensmonaten empfehlen sich 2—3 Wägungen wöchentlich für das Kind. Wiege immer zur selben Zeit, unmittelbar vor dem Bade, also bei leerem Magen, das völlig entkleidete Kind; hülle es dabei stets in das gleiche Wolltuch, damit du immer die gleiche Tara abzurechnen hast; die Gewichte kannst du abzählen und notieren, wenn du das Kind in seinem Bettchen versorgt hast. Lege von vorneherein ungefähr die Gewichte vom letzten mal auf, dann ist die Ergänzung des Fehlenden bald herausgefunden. Auf diese Weise ist die Wägung in kürzester Zeit abgemacht und für das Kind durchaus keine Plage.

Daß du dein Kind monatelang täglich wiegest, möchte ich nicht von dir verlangen. Interessant ist es immerhin, nur darfst du dich nicht von den öftern unerklärten Schwankungen nach unten erschrecken lassen, welche sich, wenn keine Störung zugrunde liegt, gewöhnlich schon am folgenden Tage durch ein starkes Steigen ausgleichen. Diese Tageschwankungen sind meist nur vom augenblicklichen Füllungsstande von Darm und Blase abhängig. Doch schon ein Schnupfen, ein leichter, fieberloser Katarrh, Zahnbeschwerden, anhaltende schwüle Hitze, schlechtes Wetter mit Behinderung des Luftgenußes, drücken sich durch vorübergehendes Flachwerden oder Sinken der Kurve aus. Ein plötzlicher Anfall von Magen Darmkatarrh aber kann bei einem kleinen Kinde in der Zeit von zwei bis drei Tagen eine Abnahme bis zu einem Kilo zur Folge haben. Eine anhaltende, ungenügende Gewichtszunahme ohne nachweisbare Er-

krankung soll die Mutter sofort auf die Wahrscheinlichkeit eines Ernährungsfehlers hinweisen. Aus „Die Pflege des Kindes im ersten Lebensjahr“ von Frau Dr. Marie Heim. (Preis 15. Gs.)



## Gartenbau und Blumenzucht.



Die Pastinake ist ein bei uns noch viel zu wenig bekanntes vorzügliches Gartengewächs, welches in seinen süßschmeckenden, den Karotten ähnlichen Wurzeln ein ausgezeichnetes Gemüse liefert. Die Aussaat der Pastinaken erfolgt im März und August, am besten in Reihen von 25 Cm. Abstand. Der Samen der Pastinake verliert seine Keimfähigkeit sehr bald und es empfiehlt sich deshalb eine etwas dicke Aussaat. Von der Frühjahrsaussaat erhalten wir für den Wintergebrauch, von der August-Aussaat von Juni an verbrauchsfähige Wurzeln. Von der Frühjahrsaussaat schlägt man die Wurzeln im Spätherbst an frostfreiem Orte in feuchten Sand ein. Die Pflanzen der August-Aussaat bleiben über Winter ohne Schutzdecke auf den Beeten, die Kälte schadet ihnen nichts. Recht tief gelockerter Boden und ganz breitwürfige Aussaat sind die Haupterfordernisse zur Zucht der Pastinaken. Beste Sorte ist „Student“, lange, weiße, zarte.

**Pflanzenschutz.** Pflanzen, die im Keller überwintert wurden, sind in den ersten Tagen nach dem Herausbringen trotz bester Kellerlüftung weichlich. Sie haben kein Blattgrün, sind geil gewachsen und in keiner Weise widerstandsfähig. Selbst an den mildesten Tagen sind diese Pflanzen empfindlich. In dem Zeitungspapier, mit dem wir sie leicht umhüllen, besitzen wir ein Hilfsmittel, ihnen die Wohltat zu erweisen, sich allmählich an die Luft gewöhnen zu können. Man kann die Umhüllung abnehmen und nach Bedarf wieder umlegen. So werden die zarten Triebe allmählich an die freie Luft und an die Trockenheit der Luft gewöhnt.



## Tierzucht.



Als Nachtigallenfutter sind zu empfehlen: 1. Frische Ameisenpuppen im Sommer, getrocknete, durch geriebene Möhre angefeuchtete Ameisenpuppen und Mehlwürmer im Winter. 2. Trockene Ameisenpuppen oder Weißwurm, etwas geriebenes Eierbrot und geriebene Mohrrübe. 3. Dasselbe mit Zusatz von gemahlenem Hanf. 4. Dasselbe mit Zusatz von Ebereschens oder Wachholdergütes, und 5. Garneelenschrot, geriebenes Eierbrot und Mohrrübe zu gleichen Teilen. Diese Futter sind sämtlich einfach herzustellen und genügen zur allgemeinen Ernährung. Zugaben: Mehlwürmer und andere lebende Insekten, Beeren.





## \* Frage-Ecke. \*



### Antworten.

18. Sie sagen nicht, ob es sich nur um Reinigung von Flecken oder der ganzen Sammetkleidchen handelt. Im ersteren Falle ist Benzin anzuwenden. Sind Flecken von Zuckerlast darin, so macht man den Sammet über Wasserdampf feucht und reibt die Stellen mit einem sauberen Tuche ab. Druckstellen lassen sich beseitigen, wenn man gegen den Strich mit einer durchgeschnittenen Zwiebel reibt. **Elly.**

19. Die Firma Werdenberg, Basel, liefert vorzügliche Gasapparate. Verlangen Sie Prospekte, ebenso wie von der Gasapparatenfabrik Solothurn. **E. W.**

20. Eine kleine Schrift „Die besten und billigsten Nahrungsmittel mit besonderer Berücksichtigung der Milch- und Käsekost“ ist vor Jahren von der Buchdruckerei Keller in Luzern herausgegeben worden. Fragen Sie an, ob es noch zu haben ist.

21. Seit Neujahr benutzen mir einen zweilöchrigen Petrol-Gasapparat, System Ernst Haab, Ebnat (Toggenburg) zu unserer vollsten Zufriedenheit. Der Preis (samt Porto und Verpackung 50 Fr.) ist allerdings etwas hoch, dafür hat man größte Feuericherheit, rasches, sauberes Kochen, der Petrolverbrauch ist sparsam; alle Geschirre vom kleinsten bis zu 35 Cm. Durchmesser sind verwendbar. Den Apparat möchte ich für größere und kleinere Familien empfehlen.

**Abonnentin im Toggenburg.**

22. Fragen Sie bei Frau Egli, 4 Kirchgasse, II. Stock, Zürich I, an. Die Brand'schen Erbs- und Hafermehle sind meines Wissens dort zu beziehen. **E.**

### Fragen.

24. Wie macht man Zitronat? Für Auskunft zum voraus besten Dank.

**Eine Unwissende.**

25. Könnte mir eine Hausfrau sagen, ob man statt der meist undichten Steingut-Löpfe zum Konservieren von Eiern mit „Garantol“ gewöhnliche große Einmachgläser benutzen kann? Ich habe letztes Jahr 50 Eier eingelegt und bin mit „Garantol“ sehr zufrieden. Nun möchte ich dieses Jahr noch mehr konservieren und dabei die Gläser benutzen. Ich bitte deshalb erfahrene Hausfrauen um Auskunft, ob dies geschehen kann oder ob das Licht den Eiern schaden würde.

**Abonnentin in W.**

26. Kann mir jemand sagen, wo in Zürich Dr. Reichs Nährsalz-Normalkaffee erhältlich ist? Ich bin in jeder Beziehung sehr zufrieden damit und finde es namentlich sehr angenehm, daß er keines Zusatzes irgend welcher Surrogate und Kaffeewürzen bedarf.

**Abonnentin in Zürich.**

27. Welches ist die beste Waschmaschine für größeren Haushalt mit elektrischem Kraftbetrieb? Für gütige Auskunft dankt M. S. S.

28. Ich möchte mir für meine bessere Stube, die zugleich auch als Wohnstube benutzt wird (für einen Parkettboden) einen Bodenteppich für unter den Tisch und einen Läufer anschaffen. Was ist nun zweckmäßiger und solider, solche aus Plüsch, Wolle oder die Inlaid- und Linoleum-Läufer und Milieux? Zum voraus besten Dank für die Auskunft. **Abonnentin in S.**

29. Darf ich im Leserkreise um gütige Auskunft bitten, ob für ein neues Häuschen Linoleumbelag den Holz- oder Parkettböden vorzuziehen ist? Ich hörte kürzlich, Linoleum sei für Rheumatiker direkt abzuraten. Besten Dank im voraus. **Frau M.**

30. Welche Abonnentin gibt mir Aufschluß, wie man weiße florentinerhüte selbst waschen kann? **Abonnentin.**

31. Ist der angepriesene Viktoria-Bodenglanz vorteilhaft und was kostet die Büchse? Welche Erfahrungen gibt Aufschluß? **Abonnentin.**

### Ostereier in Gold, Silber und Kupfer.

Früher wurden Ostereier mit den ersten Frühlingspflanzen, bezw. mit deren Blättern umwickelt oder auch in Zwiebelhüllen gelegt. Dann kamen verschiedene Farbhölzer an die Reihe und heute kann man die zur Färbung nötigen Materialien in allen möglichen Farben abgemogen kaufen.

Prachtvoller aber dürfte das Bronzieren der Eier sein und es ist keinem Zweifel unterworfen, daß über kurz oder lang diese Art der Bearbeitung von Ostereiern vorherrschend sein wird. Und tatsächlich, wie ganz anders nimmt sich ein solch goldenes oder silbernes oder gar kupfernes Ei aus und wie leicht läßt sich die Sache machen. Das gefottene Ei wird einfach mit der in allen Droguerien und Papeterien erhältlichen Beutner'schen Bronze „Der Goldschläger“ bemalt und der gewollte Effekt ist erreicht, die Täuschung ist da, man hat wahres, echtes Gold oder Silber u. in den Händen.

Allen denen, die diese Art der Eier-Präparierung nicht kennen, empfehlen wir angelegentlich, dieser Anregung Folge zu geben. Wie weit freudvoller und interessanter muß den Kindern das Suchen solcher Eier vorkommen.

**Für 6.50 Franken**

versenden franko gegen Nachnahme **brutto 5 Ko. R.**

**Toilette-Abfall-Seifen**

(ca. 60—70 leicht beschädigte Stücke der feinsten Toiletten-Seifen). **Bergmann & Co.,**

„Wiedikon-Zürich“