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

Band: 20 (1913)

Heft: 12

Heft

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

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

Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

Redaktion:
Lina Schläfli
Zürich.

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

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich 4.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstraße 27 und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

No. 12. XX. Jahrgang. | Erscheint jährlich in 24 Nummern. | **Zürich,** 14. Juni 1913.

Zart sind die Sommerblüten,
Die Tanne hart von Holz —
Im Glücke ziemt dir Demut.
Im Unglück edler Stolz. Beeg.

Die Mutter und der heranwachsende Sohn.

Von Dr. v. G.

Nachdruck verboten.

Wie schnell vergeht die Zeit, da der Knabe mit all seinen Anliegen freudiger und trauriger Natur zur Mutter kommt. Ehe wir es uns versehen, hat der Junge die Kinderschuhe ausgezogen, und in dem Fünfzehnjährigen regt sich das männliche Selbstbewußtsein, das ihm verbietet, sich bei der Mutter Rat zu holen, aus Furcht, als Muttersöhnchen zu gelten. Mit Bedauern gewahrt diese, daß etwas Trennendes zwischen sie und den heranwachsenden Sohn getreten ist.

Viele Mütter nehmen die ersten Anzeichen dieser Wandlung wie etwas Selbstverständliches hin. Es schmerzt sie wohl, doch fühlen sie sich außerstande, eine Änderung herbeizuführen, obgleich sie erkennen, daß ihnen der Verlust eines köstlichen Gutes droht: die Seelengemeinschaft mit ihrem Kinde.

Immer seltener finden wir heutzutage jenes ideale Freundschaftsverhältnis, in dem der Sohn seine Mutter als seine beste Freundin und Beraterin betrachtet. Sicher befindet sich die Mutter in einem großen Irrtum, die annimmt, der heranwachsende Sohn entbehre nichts durch diese eintretende Entfremdung. Gerade im Jünglingsalter drängt sich diesem in Schule und Beruf oder im geselligen Verkehr so manche Frage auf, die er mühsam allein zu lösen sucht, weil er seinen Stolz darein setzt, für möglichst selbständig zu gelten.

Wenn aber die Mutter den Schlüssel findet zu dem verschlossenen Innenleben ihres jungen Sohnes, so wird ihr, wenn auch äußerlich widerstrebend, doch herzlich gerne aufgetan. Eine Entfremdung sollte nie eintreten können. Es heißt wachsam sein in den Übergangsjahren von der Kindheit zum Jünglingsalter! Wird der richtige Zeitpunkt versäumt, so werden sich, zuerst ganz unmerklich, die Wege des Sohnes vom Elternhaus abzweigen. Wenn die Mutter wartet, bis der Sohn zu ihr kommt

und sie, wie früher, zur Mitwisserin seiner kleinen Nöte und Kümmernisse macht, so wird sie in den seltensten Fällen seine Vertraute und Beraterin bleiben. Es wäre aber verkehrt, sich durch inquisitorische Fragen Mitteilsamkeit zu erzwingen; sie würde dadurch nur das Gegenteil erreichen.

Lebt sich aber die Mutter in die Interessen ihres Sohnes ein, zeigt sie stets Anteilnahme und Verständnis für alles, was ihn angeht, für seine Studien oder seinen Beruf, so wird sein Seelenleben stets wie ein offenes Buch vor ihr liegen. Ein unermeßlicher Segen ruht darin für den heranwachsenden jungen Menschen. Vor wie vielen Gefahren wird er bewahrt, wenn ein enger Freundschaftsbund ihn mit seiner Mutter verbindet!

Wenn eine Mutter sich darüber beklagt, daß sie nicht mehr das volle Vertrauen ihres Sohnes besitzt, so hat sie versäumt, einen kostbaren Schatz zu hüten. Das zarte Pflänzchen des Vertrauens will gehegt und gepflegt sein. Mag die Mutter noch so sehr in Anspruch genommen sein von häuslichen oder beruflichen Pflichten: diese Mutterpflicht darf sie nie versäumen.

Sie hüte sich aber vor Spott, vor ironisierender Kritik der oft sonderbaren Übertreibungen, die dem Jünglingsalter eigen sind; sie lerne begreifen, wie wichtig ihrem Sohne die Erlebnisse in seinem engbegrenzten Wirkungskreise sind. Der Streit mit dem Freunde ist ihm das, was dem Erwachsenen ein Prozeß vor Gericht; seine erste Schwärmerei schlägt Sturmwellen bis zum Grunde seiner Seele.

Das Interesse darf aber nie ein geheucheltes sein, sondern der junge Mann muß felsenfest überzeugt sein können, daß das, was er seiner Mutter anvertraut, ihr heilig ist. Ein Schutz- und Trutzbündnis soll zwischen den beiden bestehen, in dem die Mutter eine treue Beraterin, Mahnerin und wenn es sein muß auch eine Richterin sein soll. Selbst die einfachste, ungelehrteste Mutter kann diese Vertrauensstellung bei ihrem heranwachsenden Sohne behaupten, wenn sie ihm rechtzeitig die Überzeugung beibringt, daß das Mutterherz das einzige Plätzchen auf Erden ist, wo für jegliche Kümmernisse Trost, Anteilnahme und Verständnis zu finden ist.

Pilzvergiftungen.

(Nachdruck verboten.)

Die Zahl der Pilzvergiftungen nimmt immer zu. Fast täglich lesen wir, während der schönen Jahreszeit, daß ganze Familien dem gefährlichen Pilzgift zum Opfer gefallen sind. Es ist daher nötig, mit den Gefahren des Pilzgiftes vertraut zu sein, um nicht bei Einkauf oder Suche unliebsame Erfahrungen zu machen.

Ist es nicht erstaunlich, wie nach einem längeren warmen Regen oft in wenigen Stunden diese dicken, fleischigen Gebilde dem Boden entwachsen, um, schnell wie sie gekommen, auch wieder zu vergehen, „schier verfaulend an der Stelle, die sie gezeugt hat?“ Die Sache wird uns erklärlich, wenn wir bedenken, daß die Pilze doch eigentlich nur das blühende Ergebnis des Pilzlagers darstellen, jenes reichverzweigten, filzartigen Netzes, das sich schon länger im Waldgrunde oder im faulenden Holz aus der Spore entwickelte und erst auf den fruchtbaren Regen wartete, wie der zur Entfaltung der Blüte sich neigende Kastanienbaum. Eine solche Fülle von Nährmaterial für unseren Körper wird uns in so kurzer Zeit sonst nicht geliefert. Wenn sie auch zu neun Zehnteln aus Wasser bestehen, so sind die Pilze doch von bedeutendem Nährwert, namentlich wegen ihres hohen Eiweißgehaltes und ihres Reichtums an nervennährendem Phosphor und Lecithin und an Nährsalzen. Diejenigen, welche Pilze für den Markt suchen und auch diejenigen, welche die Sache als Liebhaberei betreiben, müssen natürlich die giftigen Pilze kennen und sie von den eßbaren zu unterscheiden wissen. Das ist auch gar nicht so schwer, wie es aussieht, weil es nur etwa zwölf giftige Pilze gibt. Den Fliegenpilz, der, mit Milch gekocht, den Fliegen verhängnisvoll wird, kennt wohl jeder an seinem roten Hut mit den weißen Flecken. Sein

Hauptgift, das Muskarin, ist in der Wirkung nahe verwandt mit dem Nikotin und dem Pilokarpin, dessen Gegengift das Gift der Tollkirsche ist. Der Fliegenpilz bewirkt Unruhe, Rauschzustände, Krämpfe, Durchfall und Bewußtlosigkeit, seltener Erbrechen, das die anderen Giftpilze alle bewirken, neben Durchfällen, Übelkeit, Leibschmerzen, Durst Schwindelgefühl, Herzklopfen, Ohnmacht und Krämpfen. Bis zur Ankunft des Arztes muß versucht werden, durch reichliches Verabreichen von warmem Wasser oder durch Reizung des Rachens mit dem Finger Erbrechen zu erzielen und durch Rizinusöl Darmentleerung. Schmerzlindernd wirken heiße Umschläge auf den Leib oder heiße Bäder. Reichliches Trinken von Wasser ist auch nach dem Erbrechen noch ratsam.

Die Vergiftungserscheinungen beginnen meist erst einige Stunden, beim Knollenblätterschwamm erst 8—40 Stunden nach dem Genuß. In dieser Zeit kann sich natürlich das Gift, hier ebenfalls Muskarin, im ganzen Körper verbreiten, was den Knollenblätterschwamm zu einem sehr gefährlichen Giftpilz macht. Er ist aber ganz besonders gefährlich dadurch, daß er mit dem eßbaren Champignon verwechselt werden kann. Allerdings gibt es Unterscheidungsmerkmale. Dieser Giftpilz ist in seinem ersten Entwicklungsstadium mit einer Hülle umgeben, die bei weiterem Wachstum zerreißt und in kleinen Tupfen auf dem Hute sitzen und unten in Fetzen hängen bleibt. Der Champignon hat diese Hülle nicht. Außerdem ist er in den Falten unter dem Hut rosarot bis braun gefärbt, der Knollenblätterschwamm weiß. Ein anderer Giftpilz ist der Speiteufel. Er ist blutrot gefärbt und von scharf brennendem Geschmack.

Im Gegensatz zu den Falten- und Blätterschwämmen, welche Falten an der Unterseite des Hutes haben, ist das Fleisch unter dem Hut der Porenschwämme mit feinen Poren besät, den Mündungen zahlreicher Röhren. Unter diesen Porenschwämmen ist nur einer giftig, der Satanspilz, erkennbar daran, daß die weiße Bruchstelle des Hutes bald blauschwarz wird, während sie bei allen eßbaren Porenschwämmen weiß bleibt.

Von den fast in der Erde sitzenden Pilzen ist giftig der Kartoffelbovist, welcher sich von der unterirdischen Trüffel dadurch unterscheidet, daß er im Innern blauschwarz ist, während die Trüffel marmoriert aussieht. Als giftig gilt auch der Giftreizker, ein Faltenpilz mit zottigfaserigem Hutrand, mit brennend schmeckendem Fleisch und einem weißen Milchsaft, der ihn vom eßbaren, mild und angenehm schmeckenden Reizker mit orangefarbenem Milchsaft unterscheidet.

Wie schon in der kurzen Abhandlung über die Morchel gesagt worden ist (Nr. 9) liegt eine Hauptgefahr des Pilzgenusses darin, daß auch die von Natur nicht giftigen Pilze giftig wirken können, wenn sie nicht richtig behandelt werden. Das Trocknen muß möglichst rasch am Ofen oder an der Sonne vor sich gehen. Die Pilze werden dabei auf eine Schnur gezogen. Weiche, wässerige oder schlüpfrige Pilze dürfen nicht in der Küche verwandt werden. Bei den nur zuweilen giftigen Lorcheln und den Morcheln kommt es viel auf die Zubereitung an. Sie müssen in Salzwasser abgekocht, und die Brühe muß weggegossen werden.

Die Nelke.*)

Die Nelke ist eine der schönsten Blumen; sie wird im Freien wie im Zimmer gezogen, und zwar sowohl aus Samen, als durch Absenker. Im ersten Fall sät man im Mai den Samen in flache Samenschüsseln mit guter Gartenerde, der man etwas Heide- oder Lauberde und Sand zusetzt. Der Same wird sanft angedrückt, 8 Millimeter hoch mit gesiebter Erde bedeckt und vorsichtig angespritzt, damit er nicht verschwemmt wird. Nachdem die

*) Aus „Die Haushaltungsschule", III. Bd. „Hof und Garten" von A. v. Nostitz. Verlag B. G. Teubner, Leipzig.

Pflänzlinge in ca. 8 Wochen acht bis zehn Blätter bekommen haben, werden sie mit kleinen Erdballen, in 50 Cm. Abstand, ins freie Land versetzt.

Während des Sommers, namentlich wenn es trocken ist, versäume man das Gießen nicht, sowie die Auflockerung des Bodens.

Im Herbst bringt man die Nelken an einem trockenen Tage, nachdem man sie in Töpfe gepflanzt hat, ins frostfreie Winterquartier, wo sie recht trocken zu halten sind und nur so viel Wasser bekommen, als zur Erhaltung des Lebens durchaus notwendig ist.

Mit dem herannahenden Frühling gewöhnt man sie allmählich an die frische Luft und pflanzt sie, wenn keine Fröste mehr zu erwarten sind, auf die Beete, wo sie an kleinen Stäben angebunden werden müssen. Zur Anzucht größerer Blumen empfiehlt es sich, einen Teil der Seitentriebe fortzunehmen. Hat man besonders schöne Sorten, die man ohne Abweichung vermehren möchte, so vervielfältigt man sie durch Absenker. Dies geschieht in folgender Weise: Nach der Blüte der Pflanze wählt man diejenigen Stengel aus, welche keine Blumen getragen haben. An ihnen wird ein Knoten mit scharfem Messer zur Hälfte durchgeschnitten, der Stengel von da nach oben bis fast zum nächsten Knoten geteilt und sämtliche hieran befindlichen Blätter abgeschnitten. Nun füllt man rund um die Pflanze etwas lockere, nahrhafte Erde auf, steckt die untere Zunge des so gespaltenen Stengels senkrecht in die Erde und hakt mit einem kniefördmigen Häkchen diesen Stengel nieder, so daß er flach auf die Erde zu liegen kommt. Der Knoten oberhalb der Zunge wird gleichfalls gut mit Erde bedeckt. In derselben Weise verfährt man mit sämtlichen anderen Seitentrieben, die nicht geblüht haben. Schon nach sechs Wochen werden die Senker so weit bewurzelt sein, daß man sie von der Mutterpflanze abtrennen und in kleine Töpfe verpflanzen kann. Die Vermehrung aus eigentlichen Stecklingen ist nicht so sicher.

Die verbreitetste Nelkenart ist die Gartennelke (Dianthus caryophyllus); die Wiener Zwergnelke, eine Spielart derselben, eignet sich besonders fürs freie Land. Sehr empfehlenswert, obschon geruchlos, ist auch die Chineser Nelke (Dianthus chinensis), deren Aussaat zu verschiedenen Zeiten geschehen kann, und die sich sowohl für Gruppen als zu Einfassungen eignet, auch gut in Töpfen kultivieren läßt. Auch die japanische und die Karthäuser Nelke sind schöne und dankbare Sorten; die sog. Blutnelke wird ihrer herrlichen Färbung halber gern gesät.

Zur Balkonbepflanzung und zum Fensterschmuck eignet sich in hervorragender Weise die echte Schweizer Gebirgshängenelke Rigi. Die leuchtendroten Blumen dauern bis in den Winter hinein. Man findet sie an den Schweizer Bauernhäusern als schönsten Schmuck.

Haushalt.

Über das Sonnen der Betten. Die Betten, auch solche, die nicht im Gebrauch sind, sollen alljährlich mindestens einmal gesonnt werden, doch lege man sie nicht bei zu großer Hitze hinaus, da die Federn dadurch spröde und brüchig werden. Aus dem gleichen Grunde dürfen die Federbetten nicht geklopft werden, so lange sie noch warm sind. Wo keine Terrasse oder Zinne zur Verfügung steht, lasse man die Betten ins Freie tragen. Obermatratzen und Federbettstücke werden auf hiefür hergerichtete Brettergestelle gelegt, die man mit alten Leintüchern bedeckt. Die Untermatratzen stellt man an eine Wand auf; nach dem man sie geklopft und gebürstet, werden sie umgekehrt, und auch inwendig mit Bürste und Staubtuch gereinigt. Die Federbetten haben sich inzwischen abgekühlt und können jetzt geklopft und geschüttelt werden, ebenso die Haarmatratzen. Nach einigen Stunden werden die Stücke gewendet und nochmals geklopft. Während die Bettstücke durch die Einwirkung von Luft und Sonne ihre frühere Elastizität wieder erlangen, werden die Bettstellen in- und auswendig mit kaltem oder lauwarmem Wasser sauber gewaschen und auf der polierten Seite mit weichen Tüchern trocken gerieben.

Um die einzelnen Bettstücke zu schonen, empfiehlt es sich, sie mit Überzügen aus leichtem, ungebleichtem Baumwollstoff zu versehen, die man öfters waschen kann. — Wollene Bettdecken und Steppdecken werden über

Stangen oder Seile aufgehängt und ausgeklopft. Seit sich das Chemisch-Waschen auch im Haushalt eingebürgert hat und mit wenig Kosten durchgeführt werden kann, wird manche Hausfrau gerne alljährlich die Reinigung der Wolldecken selbst vornehmen. Anleitung dazu wurde kürzlich auch in der Frageecke gegeben.
H.

Helle, unsauber gewordene Strohhüte werden vom Staub befreit und mit einem Brei von Schwefelblüte und Zitronensaft bestrichen, der, wenn er angetrocknet ist, mit einer Bürste entfernt werden kann. Das Trocknen der Hüte soll im Schatten geschehen. Es ist darauf zu achten, daß der Hut seine Form nicht verliert. Am besten ist es, wenn er über einen Topf in der Größe des Hutkopfes gezogen wird. Dann stellt man ihn so auf einen Tisch, daß die Krempe darauf zu liegen kommt und beschwert diese mit Büchern.

Küche.

Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: † Salatsuppe, † Schweinsbraten, Bohnen, Kartoffeln in der Schale, *Stachelbeerkompott.
Dienstag: Pilzsuppe, Bratwürste, Grünkohl, †Kirschenpudding.
Mittwoch: Flockensuppe, Roastbeef, †Mangoldstiele au gratin, *Fruchteis.
Donnerstag: Sagosuppe, †Eingemachtes Kalbfleisch, †Reiscroquettes mit Tomatensauce, Salat, †Wienertorte.
Freitag: *Gemüsesuppe von grünen Bohnen, †Marinierter Aal, *Wirsing mit Buttersauce, *Grießpudding mit Kirschen.
Samstag: Brotsuppe, Leberschnitten, Karotten mit Erbsen, Salat.
Sonntag: Nockensuppe, *Kalbshirn in Muscheln, *Gespickter Filetbraten, Ganze, gebackene Kartoffeln, Spinat mit Ei, *Erdbeertorte.

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

Kochrezepte.

Alkoholhaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasserverdünnten Sirup, und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Gemüsesuppe von grünen Bohnen. 1 Kilo grüne Bohnen werden in Stücke geschnitten, in 3 Liter kochendem Wasser aufgesetzt, Salz, 1/2 Tasse feine Gerste, ein paar gelbe Rüben und einige Kartoffeln in kleine Stücke geschnitten und eine in Fett gedämpfte Zwiebel hinzugegeben und weich gekocht. Statt der Zwiebel ein Pfund Schafslaffe mitgekocht, ist ausgezeichnet. Für acht Personen.
„Flugbl. d. Schw. gem. Frauenvereins".

Gespickter Filetbraten. Für 3 Personen 500 Gr. Filet, Salz und Pfeffer, Bratengemüse, 1 Eßlöffel Fett, etwas Speck, 1/2 Tasse Fleischbrühe. Das gut gehäutete Filet wird auf der Oberseite mit Speckstreifchen zierlich überspickt, mit heißem Fett, Speck und Bratengemüse in den heißen Bratofen gestellt und schön gelb und weich gebraten. Kurz vor dem Anrichten gibt man der Sauce etwas Fleischbrühe zu.

Kalbshirn in Muscheln (falsche Austern). Für 3 Personen. 1 gekochtes Kalbshirn Sauce: 1 Eßlöffel Butter, 1 Eßlöffel Mehl, 1 Tasse Fleischbrühe, 1 Eßlöffel Butter, Parmesankäse und Zitronensaft. Das gekochte Kalbshirn wird erkaltet in kleinere Würfel geschnitten. Dann bereitet man von Butter, Mehl und Fleischbrühe eine gute Buttersauce und legt das Hirn hinein. Nun werden die Muscheln mit Butter ausgestrichen, mit Hirn gefüllt, etwas Parmesankäse darüber gestreut, einige Tropfen Zitronensaft darauf geträufelt, Stoßbrot darüber gestreut, ein Stückchen Butter darauf gelegt und die Muscheln im Ofen 1/4 Stunde gebacken. Kalbshirnschnitten und Muscheln werden als Vor- oder Zwischenspeise serviert. Zubereitungszeit: 1 Stunde.

Junger Wirsing mit Buttersauce. Für 3 Personen. 1 Kopf Wirsing, 1 1/2 Liter Wasser, 1 Eßlöffel Salz, 1 Portion Buttersauce. Junger Wirsing wird in zwei Hälften geschnitten, gewaschen, in Salzwasser weichgekocht, abgegossen, mit kaltem Wasser abgeschwenkt und der große Strunk entfernt. Nun bereitet man eine gute Buttersauce und kocht den Wirsing nochmals darin auf. Zubereitungszeit: 1 1/4 Stunden.

Rühreier mit Grünem. Für 3 Personen. 5 Eier, 1/2 Tasse Milch, Salz und Pfeffer, 1 Eßlöffel Butter, Schnittlauch. Man verklopft die Eier mit der Milch, Salz und Pfeffer. In der Pfanne läßt man die Butter heiß werden, gießt die Eier hinein und rührt sie mit einem Löffel so lange, bis sie stocken. Während dem Braten gibt man den Rühreiern den feingeschnittenen Schnittlauch zu.
Aus „Großes Schweizer. Kochbuch".

Grießpudding mit Kirschen. Für 4 bis 5 Personen. 3/4 Liter Milch, 70 Gr. Butter, 180 Gr. Grieß, 110 Gr. Zucker, 1/2 Zitrone, 4 Eier. In die mit der Butter aufgekochte Milch wird unter stetem Umrühren der Grieß eingerührt und dick gekocht. Zucker, Eigelb, Schale und Saft einer halben Zitrone werden schaumig gerührt und mit dem Eischnee und 350 Gr. entstielten Kirschen mit dem erkalteten Grieß vermischt. Die Masse wird in eine mit Grieß oder Stoßbrot ausgestreute Form gegeben und gebacken oder 1 Stunde im Wasserbade gekocht. Zu diesem Pudding gibt man eine Vanille- oder Weinsauce.

Stachelbeer-Kompott. Die unreifen Stachelbeeren werden von den Stielen und Blüten befreit, in siedendes Wasser getan und so lange darin gelassen, bis sie auf die Oberfläche des Wassers kommen, worauf man sie mit dem Schaumlöffel herausnimmt und zum Abtropfen auf ein Sieb legt. Man kocht nun einen Sirup aus 250—375 Gr. Zucker mit 1/4 bis 1/2 Liter Wasser, etwas ganzem Zimt und Zitronenschale, schüttet die Beeren hinein und schwenkt sie behutsam um. Auf einer nicht zu heißen Stelle läßt man sie eine gute halbe Stunde ziehen, nimmt sie vom Feuer, läßt sie erkalten und richtet sie auf einer Kompottschüssel an. Dann nimmt man Zimt und Zitronenschale heraus und bestreut die Beeren mit gestoßenem Zucker.

Früchte-Eis. Auf je 1/2 Liter durch das Haarsieb gestrichene Erdbeeren, oder Himbeeren, oder Aprikosen, oder Pfirsiche, 200 Gr. Zucker, 2 Dezil. Wasser, 2 Dezil. Weißwein, der Saft einer Zitrone, in die Eisbombe einfüllen und 1/2 Stunde ruhen lassen, bevor man zu drehen beginnt. Fruchteis wird nicht gekocht.

Erdbeertorte. Zeit 1 Stunde. 150 Gr. Butter, 250 Gr. Zucker, 5—6 Eier, 300 Gr. Mehl, 500 Gr. Erdbeeren. Die Butter wird schaumig gerührt, der Zucker gut darunter gemischt, dann die Eigelb, und das Ganze 10 Minuten gerührt. Man mengt das Mehl dazu bis der Teig fest, doch nicht zum wallen ist. Er wird in eine bebutterte Springform gelegt und darin gut auseinander gedrückt, bis er Boden und Rand des Bleches deckt, dann bäckt man die Torte bei mittlerer Hitze im Ofen hellgelb. Sie wird darauf sorgfältig aus der Form genommen und erkalten gelassen. Schöne reife Erdbeeren werden gewaschen, gezuckert und in nicht zu dicker Schicht auf den Kuchen gelegt, der steifgeschlagene, etwas gesüßte Eierschnee dick auf die Erdbeeren gestrichen oder durch den Spritzbeutel darauf gespritzt und der Kuchen noch einmal (auf dem Blech ohne Rand) im Ofen gelb werden lassen. Ein hübsches Aussehen gewinnt die Torte durch Verzierung des Schnees. Mittels eines spitzen Hölzchens werden Vertiefungen in den Schnee gemacht und verschiedene Figuren gebildet.

Aus „Gritli in der Küche".

Eingemachte Früchte und Getränke.

Konfitüre aus Johannisbeeren, Erdbeeren, Himbeeren, Heidelbeeren, unreifen Stachelbeeren, Brombeeren. Bei Johannisbeeren und unreifen Stachelbeeren auf 1 Kilo Früchte 1 1/4 Kilo Zucker, bei den übrigen je gleich schwer. Es können zu dieser Art Eingemachtem nur ganz tadellose Früchte verwendet werden; auch empfiehlt es sich, nicht mehr als 1 1/2 Kilo in derselben Kasserolle zu kochen. Der Zucker wird mit Wasser (auf 1 Kilo 5 Dezil. Wasser) zugesetzt und zu einem dicken Sirup gekocht. Dann schüttet man die Früchte hinein, rührt mit einem silbernen Löffel fortwährend oder schüttelt die Kasserolle und schäumt fleißig ab. Vom Augenblicke des Kochens an nur 5—10 Minuten kochen. In eine tiefe Schüssel anrichten und mit Rühren fortfahren bis die etwas zusammengefallenen Früchte sich mit Saft füllen und wieder rundlich werden. Man erhält auf diese Weise eine prachtvolle Konfitüre, der Saft ist eine kristallhelle Gelee geworden, die beim aufbewahren öfter den untern Teil des Glases füllt, während oben die Früchte schwimmen. Aus diesem Grunde empfehlen sich zur Aufbewahrung kleinere Gläser, damit vor dem Gebrauch rasch aufgerührt werden kann. Man schrecke vor dem großen Zuckerverbrauch nicht zurück. Er bezahlt sich durch größere Ausgiebigkeit und Wohlgeschmack.

Moussierende Limonaden. Rezept I: 6 Liter Wasser, 1/2 Kilo Zucker, 1 Dezil. Essig, 1 Zitrone, 1 kleine Handvoll Lindenblüten oder Holunderblüten oder von beiden zugleich. Rezept II: 6 Liter Wasser, 1/2 Kilo Zucker, 1 Dezil. Essig, 1/2 geriebene Muskatnuß, 1 Handvoll Reiskörner, 1 Handvoll Blätter vom schwarzen Johannisbeerstrauch, 5 Gr. kristallisierte Zitronensäure. Zu diesen Rezepten werden alle Ingredienzen zusammen in einen Steintopf oder eine Korbflasche gebracht, von der Zitrone die fein abgeschnittene Rinde und der Saft und unter mehrmaligem Umrühren am ersten Tage, 2—3 Tage an die Wärme gestellt. (Nähe des Ofens oder an die Sonne). Es tritt Gärung ein. Sobald diese begonnen, was sich durch kleine Bläschen auf der Oberfläche zeigt, wird die Limonade durch ein Tuch geseiht und in solide Flaschen mit oder ohne Patentverschluß abgezogen. In letzterm Falle muß die Flasche gut verkorkt und verbunden werden. Man hebt sie stehend im Keller auf. Nach einigen Tagen Ruhe ist die Limonade gebrauchsfertig. Sie kann aber auch wochenlang aufbewahrt bleiben.

Aus „Gritli in der Küche".

Gesundheitspflege.

Teintpflege während der Hitze. Damen mit empfindlicher Haut, die sich unter Einwirkung der Sonnenstrahlen oft ungünstig verändert, sollten nun dafür Sorge tragen, ihren Teint durch rationelle Pflege in gutem Zustande zu erhalten. Viel trägt hiezu gute Goldcrême bei, die nach gründlicher Reinigung der Haut mit weichem Wasser (etwas Zusatz von Borax) leicht eingerieben und dann kaum merklich mit reinem Reispuder bestäubt wird. Ein großer, leichter, das Gesicht und

den Nacken vollständig beschattender Hut, ein rosa oder brauner Schleier bieten guten Schutz. Besonders an der See und im Gebirge leiden viele Personen anfangs an einem unleidlichen Brennen der Haut nach längerem Aufenthalt in der freien Luft. Dies wird sehr rasch gemildert und beseitigt, wenn man das Gesicht mit lauwarmem Wasser vorsichtig wäscht und alsdann ein Stück Musselin oder Gaze in eine ziemlich starke Lösung von Benzoë und Rosenwasser taucht und schwach auf die Haut aufdrückt. Sobald das Tuch trocken ist, muß die Auflage erneuert werden (zwei bis drei Mal). Natürlich darf das Waschwasser, das man mit einer erhitzten Haut in Berührung bringt, niemals eiskalt sein, sollen nicht unangenehme Folgen daraus entstehen, ebensowenig benutzt man eine fettarme Seife ohne Schaden oder sonstige scharfe Teintmittel gegen Sommerflecken. J. K.-H.

Krankenpflege.

In die Gefahr des Ertrinkens geraten meist des Schwimmens Unkundige, welche in tiefes Wasser geraten. Indes gibt es auch bei Schwimmern und Schwimmerinnen Zufälle, die sie im Wasser untergehen machen und damit in Ertrinkungsgefahr bringen. Bei Herz- und Blutgefäßerkrankung kann der Einfluß des kalten Wassers, in das man plötzlich eintaucht, einen Schlaganfall herbeiführen. Der erhitzte Wanderer, der frohgemut in ein eisiges Bergwasser springt, kann sich einen Nervenchok zuziehen, der ihm plötzlich die Besinnung raubt. Auch ungeschickter Sprung aus größerer Höhe, derart, daß der Rumpf mit seiner ganzen Fläche auf das Wasser aufschlägt, kann eine Erschütterung der Eingeweide mit Schwund des Bewußtseins zur Folge haben. Ebenso kann bei jemandem, der zeitweise an epileptischen Krämpfen leidet, sich ein solcher Zufall, der ja stets mit Verlust des Bewußtseins verbunden ist, während des Badens und Schwimmens ereignen. Endlich kann bei starker Überanstrengung, z. B. bei übertriebenem Dauerschwimmen oder möglichst beschleunigtem Schwimmen die Atmung versagen und so selbst ein guter Schwimmer in Lebensgefahr geraten.

Immerhin sind diese Fälle wenig zahlreich gegenüber der häufigen Verunglückung von Nichtschwimmern im Wasser.

Kinderpflege und -Erziehung.

Einen sinnfälligen Vorläufer der **Kinderkrämpfe** finden wir in vielen Fällen im Stimmritzenkrampf, der keiner aufmerksamen Mutter entgehen kann und darf.

Dr. Bernheim schreibt darüber in seiner „Gesundheitspflege des Kindes“:

„Nach einem kurzen, krähenden, bei der Einatmung entstehenden Geräusch — ähnlich demjenigen, wie es beim Keuchhusten beobachtet wird — verlieren die Kinder den Atem, werden blau und — bei den schwersten Anfällen — bewußtlos. Läßt der Krampf in der Stimmritze nach, so kommt die Atmung wieder in Gang, und an Stelle der blauen Hautfarbe tritt zunächst eine tiefe Blässe des Gesichts und dann erst wieder die normale Farbe der Haut. Nach den Anfällen sind die Kleinen matt und schlafbedürftig. Die Stimmritzenkrämpfe sollen die Mutter stets veranlassen, den Arzt beizuziehen, denn es kann im Anfall der Tod eintreten. Ich habe dies alles etwas ausführlicher geschildert, weil es sich dabei wieder um ein ungemein charakteristisches Beispiel für den Einfluß der Ernährung auf die Lebens- und Gesundheitsaussichten des Neugeborenen handelt. Wohl spielt die nervöse Veranlagung eine große Rolle bei der Entstehung der Krankheit, ausschlaggebend aber ist die Art der Ernährung, und es ist wieder die künstliche, an die so gut wie ausnahmslos die Neigung zu Krämpfen gebunden ist. Brustkinder bleiben in der Regel verschont. Mitunter setzen die Krämpfe schon im zweiten Jahre aus. Andere Male treten sie noch im schulpflichtigen Alter auf. Das Schlimmste aber ist, daß man einem recht großen Prozentsatz dieser Kinder später in den Spezialklassen für Schwachbegabte wieder begegnet. Eine Mutter, die das Stillen unterläßt, kann also nicht nur der körperlichen, sondern unter Umständen auch der geistigen Entwicklung ihres Kindes Schaden zufügen.

Gartenbau- und Blumenzucht.

Zur Rasenpflege. Allen Gartenbesitzern möchte ich die Pflege des Rasens aufs eindringlichste ans Herz legen, denn von ihm hängt der Effekt des ganzen Gartens vornehmlich ab. Man verfällt meist in den Fehler, das Geld, das uns dafür zur Verfügung steht, für Blütenpflanzen zu verwenden und wenn dann unser Eigentum „nach nichts aussieht“, so ist das Erstaunen groß. Man sorge also zuerst für einen tadellosen Rasen. Um nicht fortwährend jäten zu müssen, sollte man sich daran gewöhnen, gelegentlich der Promenaden im Garten jedes Unkraut, das zwischen den sauberen, grünen Hälmchen aufgeschossen ist, sofort auszuziehen; damit erspart man sich viel Mühe und Kosten. Hat sich Unkraut ausgebreitet, so entsteht bei der Entfernung ein großer Erdflecken im grünen Teppich, der diesen arg entstellt. Eine Anzahl solcher Flecken aber machen es notwendig,

daß im nächsten Frühjahr der ganze Rasen frisch gesät werden muß. Haben sich aber trotz aller Sorgfalt ein paar kahle Stellen gebildet, so heißt die Losung: sofort nachsäen und zwar ganz dicht. Man muß diese frischbesäten Stellen aber beim Bewässern mit dem Schlauch anfänglich mit Zeitungspapier zudecken, denn einstweilen vertragen sie noch nicht die direkte Einwirkung der Brause. Zum Spritzen wählt man den frühen Morgen und die Abendstunden nach Sonnenuntergang. Ich möchte an dieser Stelle gleich den Rat erteilen, beim Spritzen auch regelmäßig sämtliche Sträucher und Bäume abzubrausen. Das Wachstum der Bäume wird dadurch gefördert, auch wirkt man der schädigenden Arbeit des Ungeziefers entgegen.

Ein- bis zweimaliges Schneiden des Rasens in der Woche ist zu empfehlen. K.

Tierzucht.

Hat der Hühnerhof nur einen kleinen Raum, so ist der Boden nach Jahren schließlich durch die Ausscheidungen der Hühner verjaucht und wird zur Brutstatt für allerlei Krankheitserreger, namentlich wenn er schattig liegt. Auf solchem Grunde ist gedeihliche Nachzucht nicht mehr möglich. Wie läßt sich Abhülfe schaffen? Einfach dadurch, daß die Oberkante des Erdbodens mindestens spatentief ausgehoben und dafür ein Gemenge von frischer Erde mit Sand eingebracht wird. Wenn auf dem gleichen Raume nacheinander viele Generationen von Kücken aufgezogen wurden und man dann über Krankheiten und Todesfälle zu klagen hat, so gedenke man dieses Rates.
E. K.

Im allgemeinen betrachtet man in Gärten die **Brennessel** als Unkraut, aber diese verachtete Pflanze hat auch ihre gute Seite. Die ersten frischen Blätter kann man als Gemüse verwerten. Bei der Schweinezucht benützt man die Brennesseln als nahrhaftes Beifutter für die jungen Tiere und wenn man den Hühnern im Winter auch Abwechslung bieten will, so soll man im Sommer einen Vorrat von Brennesseln trocknen. Sie werden dann den Hühnern zerkleinert und aufgebrüht mit dem Weichfutter im Winter gereicht. Man kann auch, wenn man die Brennesselvorräte nicht aufheben will, die frischen Brennesseln vorwerfen. Tierschutz-Korresp.

Frage-Ecke.

Antworten.

49. Um **Ameisen** aus Speiseschränken fern zu halten, streuen wir seit einem Jahr Schwefelblüten auf die Bänke und überall da, wo man ihr Eindringen vermutet. Seither sind wir von der sehr lästigen Plage gänzlich befreit. Alle andern angewandten Mittel hatten auch bei uns keinen Erfolg.
Abonnentin in J.

51. Lassen Sie doch das **Bier** von Ihrem Tische weg, möge es nun heißen wie es wolle. Sie verlieren gar nichts dabei, sondern machen, wenn Sie auf den Genuß verzichten, Ersparnisse und bleiben körperlicher frischer. Es gibt sicherlich kein leidender Zustand, der durch Biergenuß wieder normal würde.
Erfahrene.

52. Machen Sie Ihre jungen Schützlinge auf das Büchlein „Wie Gritli haushalten lernt" von Frau E. Coradi-Stahl (Verlag des „Schweizer Frauenheim" in Zürich; Preis Fr. 1.50 brosch., Fr. 2.— geb.) aufmerksam. Dort finden Sie die gewünschte Anleitung zum **Waschen und Glätten.**
Eine, die auch davon profitiert hat.

53. Ein gutes Rezept zu einer **Kirschenkaltschale** entnehmen wir dem Reformkochkochbuch von J. Spühler. 1 Kilo Kirschen, 200 Gr. Zucker, 3/4 Liter Wasser, 50 Gr. Brot, 1 Zitrone. Die entstielten, gewaschenen Kirschen werden mit Wasser und Zucker eine Viertelstunde gekocht und dann über das fein geschnittene Brot angerichtet. Den Saft der Zitrone und die abgeriebene Schale fügt man noch bei und läßt alles erkalten.

Kaltschalen und süße Suppen sind verschiedene Gerichte. Emmy.

Fragen.

54. Weiß jemand, ob und wie die so schönen Blätter des **Rhabarbers** sich als Gemüse oder sonst verwerten lassen? Abonnentin.

55. Unsere **Balkonpflanzen** sind mager und unansehnlich, während Bekannte von uns, deren Balkon nicht günstiger liegt, prächtige Pflanzen haben. Wo steckt der Fehler?
Blumenfreundin.

56. Wie lassen sich **Hutfedern** ohne große Mühe reinigen? Junge Frau.

Hermann Weilenmanns
Eier-Teigwaren

Alle unsere Pakete tragen diese Schutzmarke und die Empfehlungsmarke der Sozialen Käuferliga der Schweiz.