

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

**Band:** 20 (1913)

**Heft:** 15

**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:** 06.02.2025

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



Redaktion:  
Elna Schlöfli  
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.

Nö. 15. XX. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
24 Nummern.

Zürich, 26. Juli 1913.

Von der Hütte bis zum Thron  
Kann kein Mensch auf Erden  
Wahrhaft glücklich, wahrhaft froh  
Ohne Arbeit werden. Barry Cornwall.



### Die Kinder in den Sommerferien.

(Eine hygienische Betrachtung.)

Von Dr. Thraenhart.

Nachdruck verboten.

Die Ferien sollen für unsere Schuljugend eine Zeit der Erholung bilden, der körperlichen Auffrischung nach der ungesunderen Lebensweise des langen Winters, der Kräftigung und Stärkung für die kommende Arbeitszeit. Hierzu haben die Kinder vor allem viel Schlaf nötig, was leider sehr oft nicht berücksichtigt wird. Abends, wenn es nach des Tages Hitze schön kühl wird, wollen sie nicht ins Bett und morgens wollen und sollen sie doch zeitig aufstehen. Man lasse sie daher in der Mittagshitze nach dem Essen in leichtester Kleidung ein Stündchen schlafen, aber nie länger; hierauf folgt sofort eine kalte Ganzwaschung zur Auffrischung. Der Nachtschlaf soll

stets neun Stunden dauern und pünktlich zu einer bestimmten Zeit anfangen und aufhören, also etwa von 9 bis 6 Uhr. Nehmen wir uns doch die Ferienkolonien zum Muster! Wie gesund und blühend kehren diese Kinder heim! Sie müssen eben stets zur festgesetzten Stunde aufstehen und schlafen gehen.

Nahrhaftes Essen ist eine weitere Bedingung für körperliche Kräftigung und ungestörtes Wachstum. Gute süße und saure Milch, Eier, Butter, echter Honig, viel frisches Obst (besser als gekochtes) sollen die Hauptnahrung bilden. Man zwingt die Kinder nicht zum vielen Fleischessen. Alkohol in jeder Form bleibe ihnen fern. Kann man gute, unverfälschte Naturerzeugnisse haben, so lasse man die künstlichen Nährpräparate und Mastmittel weg; gute Butter ist z. B. der beste und kömmlichste Lebertran.

Kräftige Nahrung braucht kräftige Verdauung. Man verdaut aber nicht nur mit dem Magen, sondern auch mit Armen und Beinen, denn durch tüchtige Bewegung werden bedeutend mehr Nährstoffe aus den genossenen Nahrungsmitteln für den Körper ausgenutzt. Daher gehören

täglich mehrstündiges Spielen und Herumtollen im Freien entschieden zur Gesundheitspflege in den Ferien. Keine Zimperlichkeit, sondern volle Freiheit! Nur nicht immer jammern: „Du wirst fallen!“ „Du kommst ja ganz außer Atem!“ „Du wirst dir noch etwas zerreißen!“ Besser, der Rock hat ein Loch, als die Gesundheit; jener ist leichter wieder auszubessern als diese. Und wenn auch einmal eine Hautabschürfung, Quetschung oder Schnittwunde vorkommt, so schadet es nichts; das härtet ab, ist ein gutes Mittel gegen Wehleidigkeit und Empfindlichkeit. Freilich soll man jede, auch die kleinste Wunde gleich sachgemäß behandeln. Daher nicht schelten, damit die Kinder vertrauensvoll sofort ihre Verletzung zeigen. — Das erste und beste Mittel ist immer kaltes Wasser, das man eine zeitlang über die Wunde laufen läßt. Dann etwas Verbandwatte mit Tuch oder Binde fest darauf gebunden, um die Wunde vor Stoß und Schlag zu schützen. Auf Insektenstiche gibt man sofort Salmiakgeist, auf Sonnenbrand Butter.

Wenn die Kinder die Ferien in der Sommerfrische verbringen, kommen oft Verdauungsstörungen vor, bedingt durch die ungewohnte Kost oder durch das „Zuviel des Guten“. Dieser hilft man zweckmäßig ab mit heißem Pfeffermünz- oder Kamillenthee und vollständigem Fasten, damit der Magen gehörige Ruhe zur Erholung hat. Kleinen Kindern bereitet man aus Hafergrütze oder Haferflocken eine Schleimsuppe. Diese einfachen Mittel haben vorzügliche Wirkung. Oft sind die Eltern selbst an dem Magenleiden der Kinder schuld. Ganz besonders ist es die Hoteltkost, die den jungen Magen verdirbt durch das scharfe Würzen und Salzen, durch die verschiedenen Speisen. Wer seine Kinder lieb hat, der halte sie bis zum 15. Lebensjahre überhaupt von der Hoteltafel fern und verhindere dadurch auch die frühe Bekanntschaft mit einer verfeinerten Zubereitung und Auswahl der Speisen.

Viele Eltern unternehmen mit ihren Kindern, um deren Gesundheit zu kräftigen,

Reisen in teure Bäder und Sommerfrischen, aber durch häufige gesundheitliche Versehen heben sie oft alle günstigen Heilwirkungen des Ferienaufenthaltes wieder auf. Dann ist nicht nur das Geld vergeudet, sondern, was noch viel schlimmer, auch die günstigste Gesundungszeit des ganzen Schuljahres ist verloren.

Es gibt Ferienorte genug, wo Kinder in Bezug auf Kost und Pflege sehr gut aufgehoben sind; man treffe also die richtige Auswahl. Auch wo kein Aufenthalt auf dem Lande möglich ist, können sich die Ferien für die Kinder genußreich und gesundheitsfördernd gestalten, wenn unsere oben angeführten Ratschläge Beachtung finden und die Kinder so viel als möglich ins Freie geführt werden.



## Die Heidelbeeren.

Von Anna Ründig.

(Nachdruck verboten.)

Wir stehen mitten in der Einmachzeit. Die Zeit der Erdbeeren und der Kirschen, wovon die letzteren dies Jahr nur spärlich und zu hohen Preisen auf den Markt kamen, ist vorbei. Nun kommen die Heidelbeeren, die Himbeeren und Aprikosen an die Reihe. Wohl manche Hausfrau denkt dies Jahr mit banger Sorge an ihren Vorratsschrank, der fast leer dasteht und wieder gefüllt werden soll. Die Preise fast aller Früchte sind dies Jahr infolge der geringen Ernte so hoch, daß das Einmachen einem wirklich bange machen kann. Und doch sollte heuer jede Hausfrau ihren Vorratsschrank mit Konserven füllen, denn Apfel und Birnen werden im Herbst nur zu hohen Preisen erhältlich sein. Darum, ihr Hausfrauen, füllt eure Gläser und Töpfe, denn eingemachtes Obst ersetzt im Winter eher das frische, als gedörrtes, auch ist Abwechslung in der kalten Jahreszeit sehr notwendig. Auch versteht euch gut mit Konfitüren, Marmeladen u. dergl., denn Marmelade aufß Brot gestrichen, ist namentlich für Kinder kein Luxus, sondern ich möchte fast sagen eine Notwendigkeit,

namentlich aber in den Jahren, wo man die frischen Äpfel im Winter sparen muß.

Ich glaube, diejenigen Mütter, die ihren Kindern viel Obst, sei es eingemachtes oder frisches geben, sparen das Geld für Eisenpräparate u. dergl., denen ich ihre gute Wirkung nicht absprechen möchte; nur sind sie ungleich teurer und lange nicht so beliebt wie Früchte.

Von allen Früchten, die sich zum Konservieren eignen, stehen wohl die Heidelbeeren obenan. Erstens sind sie im Preise die billigsten, weil sie keine Kerne und Steine haben, die ausgiebigsten und punkto Nährgehalt die gehaltvollsten. Auch erfordern die Heidelbeeren keine große Zubereitungskunst und halten sich wie keine andere Frucht. Zum Einmachen von Heidelbeeren lassen sich nicht nur Gläser mit Verschuß verwenden, sondern auch Selterswasserkrüge und Flaschen mit und ohne Patentverschuß. Man füllt die Beeren, sauber erlesen, in Gläser oder Flaschen und kocht sie im Wasserbade ohne Zugabe. So zubereitet lassen sich die Heidelbeeren verschiedenartig verwenden. Vermischt mit feinem Zucker, ergeben sie ein feines Kompott; mit Zugabe von etwas Wasser und Zucker aufgekocht und bestreut mit gerösteten Brofsamen, ersetzen sie im Winter gekochtes, frisches Obst; ohne Zuckerzugabe genossen, haben sie heilsame Wirkung bei Durchfall und Brechen. Gießt man den Saft ab, der sich beim Kochen gebildet hat, so kann man die Heidelbeeren zum füllen von Kuchen, Torten und Omeletten gebrauchen. Der abgegoßene Saft läßt sich als Sirup oder für Kinder als Zugabe in Lindenblütenthee verwenden. Auch zu Marmelade eingekocht, schmecken die Heidelbeeren ausgezeichnet. Sind sie nicht zu stark, d. h. nur dünn eingekocht, kann man sie mit etwas Wein verdünnt zum füllen von Omeletten verwenden oder als Zugabe zu Puddings und Rühlein. Heidelbeerlikör ist ein uraltes Heilmittel gegen Durchfall und Leibschmerzen, und gedörrte Heidelbeeren geben auch ein gutes Kompott; dürre Beeren, am Morgen trocken genossen, sollen sehr blutbildend sein. Drum,

ihr Hausfrauen, versorgt euch mit viel Heidelbeeren in verschiedener Zubereitungsart, ihr werdet im Winter froh darüber sein.



### Bulgarische Gärtnereien in Ungarn.

(Nachdruck verboten.)

Die ungarischen Hausfrauen klagen: „Wir kriegen kein billiges Gemüse mehr.“ Man kann es beinahe nicht glauben, aber die Schuld daran trägt der Krieg. Denn Bulgaren waren es, die ihrer Küche das schöne, wohlgepflegte Gemüse zu enorm billigem Preise lieferten. Keine einzige Bäuerin, kein einziger Gärtner war je imstande, das gleiche zu tun. Wer durch Ungarns Flußniederungen reist, dem fallen die inmitten der wogenden Kornfelder liegenden, mit großer Sorgfalt angelegten Gemüsegärtnereien auf. Ein kunstvolles Berieselungssystem ist installiert. Da ziehen sich durch die mit großer Regelmäßigkeit verteilten Gemüsebeete ebenso genau abgemessene Wassergräben. Ein kleines, schilfbedecktes Häuschen beherbergt den Gärtner und seine meistens sehr zahlreiche Familie. Ist er schon längere Zeit in Ungarn, dann hilft ein großes Rad dem Gemüsebauer bei seinen Berieselungsarbeiten. Denn dieses Rad holt das Wasser aus dem Flusse heraus. An eine an diesem angebrachte Stange wird ein Pferd gespannt. In stetem Kreislauf setzt das Tier das Rad in Bewegung. Dem Ueingeweihten kommt das Anarren wie das einer Windmühle vor. Zum typischen Geräusch ist es geworden, wie das unaufhörliche Trommeln der Rohrdommel im Schilf.

Männer, Frauen, Kinder, alle menschlichen Wesen, die die kleine Hütte birgt, sind auf die richtige Verteilung des mit dem Rad hervorgeholten Wassers in die Erdrinnen bedacht. Der kleinste Knirps schon schwingt die Peitsche zum Antreiben des Gauls.

Mittellos, aber auch äußerst anspruchslos kommt der Bulgare nach Ungarn. Seine Familie läßt er vorläufig zu Hause. Dann bewirbt er sich um ein kleines Eckchen

Land an irgend einem Flusse, und man überläßt es ihm gegen ganz geringen Pachtzins, denn wem dient dieses wilde, meist ganz verjumptete Fleckchen Erde? Nach kurzer Zeit ist daraus ein wohlgepflegter, das schönste Gemüse tragender Garten geworden, um dessen Erträgnisse sich die ungarischen Hausfrauen reißen. Dann vergrößert sich dieser Garten, es entsteht ein Häuschen — und dann taucht die ganze Bulgarenfamilie auf, mit Kindern wie Orgelpfeifen. Der arm ins Land gekommene Bulgare wird ein wohlhabender Mann, der dank seiner Höflichkeit und seiner Zuborkommenheit überall gerne gesehen ist. Nicht als Eindringling wird er von den Ungarn betrachtet, sondern als lieber Nachbar, dem man das mit so unendlichem Fleiß Erworbene von Herzen gönnt.

Das Bedauern, mit dem man die Bulgaren in den Krieg ziehen sah, war nicht nur von Egoismus diktiert. Man beklagte ihn von Herzen, man bangte um sein Schicksal wie um das eines lieben Kameraden. Heute ist es zur Gewißheit geworden, daß nicht einer der Gemüsebauern, die in den Krieg zogen und ihre Familie zurückließen, mehr am Leben ist. Wohl knirscht das Rad noch hie und da, aber weniger oft und weniger lang. Das schlecht genährte Pferd kann seine Runde nicht mehr machen. Auf den Gesichtern der Zurückgebliebenen lagert schwerer Kummer. Es ist, als wäre das Pflanzland seines Segens beraubt. Und auf den Wochenmärkten Ungarns fehlt der brave Bulgare, der allen ein Muster von Fleiß und Genügsamkeit war.

Hedwig Correvon.



**Warum verderben manche Eier trotz sorgfältiger Konservierung? Weil sie schon vor der Konservierung die verderblichen Fäulniskeime in sich aufgenommen haben. Durch das Konservieren kann einem nachträglichen Eindringen der Fäulniskeime wohl vorgebeugt werden. Sind sie aber einmal im Ei, so nützt das Konservieren in der Regel nichts**

mehr, wenigstens soweit es sich um ein einfaches Verschließen der Schalenporen handelt. Fäulniskeime sind aber oft schon im Ei enthalten, ehe es in die Hände des Menschen kommt, weil der Nestschmutz das Eindringen derselben begünstigt. Durch Entfernung des Schmutzes kann man das Verderben noch häufig genug verhüten. Der Hühnerzüchter muß es sich zur Regel machen, beschmutzte Eier sofort zu reinigen, und der Hausfrau kann nur der dringende Rat gegeben werden, nie schmutzige Eier zu kaufen.

Haase, „Allerlei Küchenweisheit“.

**Aufbewahrung von Fleisch.** In der heißen Jahreszeit bereitet der Hausfrau das Aufbewahren der Vorräte große Schwierigkeiten. Durch die Hitze verderben die Speisen sehr leicht, ganz besonders aber noch dann, wenn kein Eisschrank zur Verfügung ist. Am schnellsten nimmt rohes Fleisch einen unangenehmen, den sogenannten „wilden“ Geschmack an, den es auch beim Kochen oder Braten nicht verliert und der es ungenießbar machen kann. Rohes Fleisch läßt sich nun auch ohne Eisschrank 2—3 Tage lang frisch erhalten, wenn es auf folgende Weise behandelt wird: Zunächst bestreut man das Fleisch leicht mit feinem Tafelsalz und reibt es dann gut mit pulverisierter Zitronensäure ein. So vorbereitet, legt man das Fleisch in einen glasierten irdenen Topf, deckt einen gut schließenden Deckel darüber und stellt das Gefäß an einem kühlen Orte auf.

Auch durch das Einlegen in Essig schützt man das Fleisch längere Zeit. Es behält jedoch stets einen säuerlichen Geschmack, was bei der Behandlung mit Zitronensäure nicht der Fall ist. D. D.

**Wäsche auf unschädliche Art blendend weiß zu machen.** Dem Blauwasser (ungefähr 60 bis 70 Liter) werden zwei Eßlöffel Spiritus, die mit einem Eßlöffel reinem, sehr hellem Terpentinöl gut verrührt wurden, beigefügt; dadurch bleicht die Wäsche während dem Trocknen, ohne im geringsten angegriffen zu werden.

Das Waschseil wickelt man, um es zu reinigen, auf ein Brett, in festnebeneinanderliegender Lage, taucht eine harte Bürste in kaltes Wasser, das zuvor mit Salmiakgeist vermischt wurde, und bürstet, verschiedene Male das Wasser erneuernd, das Waschseil tüchtig ab. Dann wird es zum Trocknen aufgespannt. Beim Abnehmen muß man die Wäscheleine zur Vermeidung der Schleifenbildung, stets zu sich heran aufwickeln. W.

Weiße Celluloidkämme sollte man niemals mit Wasser und Seife reinigen, da sie leicht eine häßliche graugelbe Färbung annehmen. Am besten ist, sie mit einer weichen in Benzin getauchten Bürste auszubürsten. W.

## Küche.

### Kochrezepte.

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

**Grüne Zwiebelsuppe.** Zutaten: 35 Gr. Fett, 50 Gr. Mehl, 1—2 Zwiebeln, 60 Gr. Kräuter, 1½ Liter Knochenbrühe, Salz, Pfeffer, 2 Eßlöffel Milch oder Rahm. Zubereitung: Die Zwiebeln werden in grobe Stücke geschnitten, mit ½ Liter Wasser oder Knochenbrühe aufgesetzt, weichgekocht und durch ein Sieb gestrichen. Beliebige Kräuter, wie Petersilie, Lauch, Bohnenkraut u. s. w. werden fein verwiagt und im Fett gut durchgeschwikt. Das Mehl wird hinzugegeben, ebenfalls durchgeschwikt, mit der Zwiebelmasse abgelöscht, mit der übrigen Knochenbrühe aufgefüllt, die Suppe noch etwa ½ Stunde gekocht und abgeschmeckt. Aus „222 Rezepte“.

**Nelson-Koteletten.** Zeit 1¼ Stunden. 6 Hammelkoteletten, 250 Gr. Bratwurstfülle, ½ Zitrone, 20 Gr. geriebenen Käse, 20 Gr. Butter, 2 Löffel saurer Rahm, 1 Zwiebel, Salz, Pfeffer, 50 Gr. Fett. Die Koteletten werden in bekannter Weise zugerichtet, geklopft und mit folgender Farce auf der oberen Seite bestrichen: Die Bratwurstfülle wird mit Zitronensaft, fein gewiegten Zwiebeln und den übrigen Zutaten samt etwas Gewürz vermengt. Man brät die Koteletten unter fleißigem Begießen in Fett mit etwas Olivenöl entweder in der Pfanne oder im Bratofen. Aus „Gritli in der Küche“.

**Gebratene Schweinsschulter (Schüfeli)** Das vom Metzger ausgebeinte Schüfeli wird tüchtig mit Salz und Pfeffer eingerieben, mit heißem Fett oder Speck und reichlich Bratengemüse in den heißen Bratofen gegeben und schön gelb gebraten. Wenn der Fond und das Bratengemüse gelb sind, gibt man nach Belieben etwas Mehl zu, gießt Fleischbrühe oder heißes Wasser zu und bratet das Fleisch unter öfterm Begießen weich. Will man eine klare Sauce, so läßt man das Mehl weg. Die Sauce wird beim Anrichten entfettet. Zubereitungszeit: 2½—3 Stunden.

Aus „Großes Schweizer Kochbuch“.

**Pilzgemüse.** Bereitungszeit 20 Minuten. Zutaten: 1½ Liter Pilze, ½ Eßlöffel Butter oder kleingeschnittene Speckwürfel, ½ Tasse saurer oder süßer Rahm, Salz, eine Messerspitze Liebigs Fleisch-Extrakt, 2—3 Apfel, event. auch 1 Zwiebel, 1 Eßlöffel Essig oder der Saft einer halben Zitrone. Man läßt die Butter oder den Speck in der Pfanne zergehen, gibt die schnell gewaschenen und ein- bis dreimal durchschnittenen Pilze hinein, fñgt Salz sowie die in Scheiben geschnittenen

Apfel und die feingehackte Zwiebel dazu und läßt alles zusammen etwa 8 bis 10 Minuten dünsten. Dann gibt man den Rahm, eine Messerspitze Liebigs Fleisch-Extrakt und nach Wunsch ein wenig Essig oder Zitronensaft dazu und läßt alles noch etwa 8 bis 10 Minuten schwach kochen. Besonders empfehlenswert zu Gänseleber.

**Gefüllte Tomaten.** Zeit ¾ Stunden. 10—12 schöne große Tomaten, Farce, 20 Gr. Fett, 1 Löffel Speckwürfel, ½ Zwiebel, 2 Löffel Fleischbrühe. Die Tomaten werden mit einem Theelöffelchen von den Kernen befreit und in die Höhlung die Farce aus Restenfleisch oder Bratwurstbrät gefüllt, in eine Bratpfanne nebeneinander gereiht, auf jede Tomate ein Stückchen Butter gelegt, und die im Fett etwas angebratenen Speckwürfel und Zwiebeln darunter gegossen und in 20 Minuten im heißen Bratofen gar gebraten. Nach einmaligem Begießen mit dem Fett wird die Fleischbrühe noch zugegeben und das Gericht vollends fertig gebraten. Bratenjus verbessert dieses wie die übrigen gefüllten Gemüse.

Aus „Gritli in der Küche“.

**Gurkensalat.** 750 Gr. Gurken, 50 Gr. Olivenöl, ½ Zwiebel, Salz, 2 Zitronen. Die geschälten, fein gehobelten Gurken werden mit dem Öl vermischt. Salz, geriebene Zwiebel und Zitronensaft werden extra gemischt und erst unmittelbar vor dem Servieren an die Gurken gegeben, da sie sonst zu viel Saft ziehen.

**Eierspeise.** 6 Eier, 1 Liter Milch, 200 Gr. gedörrtes Brot, 70 Gr. Butter, wenig Salz, Schnittlauch. Butter und fein gemahleneß Brot werden auf dem Feuer vermischt und die Milch bis auf einen kleinen Rest kochend dazu gegeben. Wenn das Brot etwa 10 Minuten gekocht hat, so rührt man die mit der übrigen Milch und wenig Salz zerquirkten Eier und den fein geschnittenen Schnittlauch dazu und richtet die Speise nach 5 Minuten an. Man kann auch in der Butter einige geschnittene Zwiebeln braten und mehr Eier dazu geben.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

**Johannisbeersalat.** Man gibt 500 Gr. abgebeerte rote Johannisbeeren (oder halb rote, halb weiße) mit 180 Gr. fein gestoßenem Zucker und vier Eßlöffeln Wasser in die Kompottschale, schwingt sie so lange, bis der Zucker ganz geschmolzen ist, und läßt dieses ein paar Stunden stehen, wonach sich, wenn es gehörig geschwungen worden, der Saft zu Gelee gebildet haben wird.

**Aprikosentuchen.** Man bereitet einen Mürbteig (180 Gr. Mehl, 125 Gr. Butter, 60 Gr. Zucker, 1 Ei), dessen Rand aufgebogen wird und belegt ihn ganz dicht mit recht reifen, halbierten und entsteinten Aprikosen und bestreut sie mit Zucker. Wenn der Kuchen ge-

baden ist, so überstreicht man ihn mit einem Guß aus dem Schnee von 3 Eiweiß, 3 Eßlöffeln gestebtem Zucker und einigen Eßlöffeln Johannisbeermarmelade, und läßt ihn im Ofen Farbe nehmen.

Aus Pröpper: „Das Obst in der Küche“.

### Eingemachte Früchte und Getränke.

**Johannisbeerfruchtsirup.** 1 Liter Johannisbeeren,  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser, 10 Gr. pulverisierte Weinstein säure, 1 Liter Saft, 1 Kilo Zucker. Die Weinstein säure wird im Wasser aufgelöst, dann gibt man die etwas zerdrückten Johannisbeeren zu und läßt dies über Nacht stehen. Am folgenden Tag gießt man den Saft durch ein Tuch, fügt den Zucker bei und füllt den Sirup, wenn der Zucker vollständig aufgelöst ist, in Flaschen oder Gläser, welche nicht fest verschlossen werden. Nach 8—14 Tagen zieht man den Sirup, der sich indessen geklärt hat, in andere Flaschen ab.

**Johannisbeeren in Essig.** 1 Kilo Johannisbeeren,  $\frac{1}{2}$  Liter Weinessig, 1 Kilo Zucker. Die verlesenen Johannisbeeren werden mit gutem Weinessig übergossen und über Nacht stehen gelassen. Am folgenden Tag läßt man den Essig gut abtropfen, vermischt die Johannisbeeren mit dem feinen Zucker und füllt sie, wenn letzterer sich gut aufgelöst hat, in Gläser.

**Himbeeren in Dunst.**  $\frac{1}{2}$  Liter-Glas voll Himbeeren, 125 Gr. Zucker, 1 Glas Wasser. Hierzu verwendet man nur große, schöne, nicht allzu reife Gartenhimbeeren. Diese werden gut verlesen und ins Glas gefüllt, der 5 Minuten mit Wasser gekochte Zucker darüber gegossen, das Glas gut verschlossen und 10 Minuten im Wasserbade gekocht.

**Stachelbeeren in Johannisbeergelee.** 1 Kilo reife Stachelbeeren,  $1\frac{1}{4}$  Kilo Zucker, 500 Gr. Johannisbeersaft. Die von Stiel und Blüten befreiten Stachelbeeren werden mit kochendem Wasser überbrüht, nach einer Minute mit dem Schaumlöffel in die Einmachpfanne gelegt, der feine Zucker darüber gestreut und mit dem Johannisbeersaft übergossen. (Die Johannisbeeren roh ausdrücken.) Dies alles kocht man zusammen 10 Minuten und füllt es in Einmachgläser.

Aus „Die Zubereitung der Konserven“ von U. Ründig.

**Salzgurken.** 1 Kilo kleine Gurken 100 Gr. Salz, 6 Zitronen, 10 ganz kleine Zwiebeln mit 3 eingesteckten Nelken, 1 Lorbeerblatt, 1 Liter Wasser. Die geschälten oder ungeschälten Gurken werden in ein Glas mit gutem Verschuß gelegt, Wasser, Zwiebeln, Salz und der Saft von den 6 Zitronen aufgekocht und über die Gurken gegossen. Andern Tags kocht man den Saft nochmals auf und gießt ihn wieder heiß über die Gurken. Dies wiederholt man noch zweimal. Auch Fenchel und

Senfkörner sind als Würze beliebt bei Salzgurken. Man kann die Gläser zum Schluß auch noch  $\frac{1}{2}$  Stunde sterilisieren.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

## Krankenpflege.

Der Typhus (Unterleibstyphus, Nervenfieber) ist dank den verbesserten hygienischen Einrichtungen von einer stark verbreiteten zu einer verhältnismäßig seltenen Krankheit herabgedrückt worden.

Infektionen des Trinkwassers kommen dadurch zustande, daß Darmentleerungen von Typhuskranken aus undichten Dünggruben in Wasserleitungen durchsickern können. Ein Beispiel für die Verunreinigung des Trinkwassers mit Typhusbazillen lieferte auch die Stadt Zürich, in welcher in den Jahren 1882/83 eine Epidemie mit mehreren hundert Fällen auftrat.

Neben dem Wasser sind es wiederum die Darmentleerungen und die durch sie beschmutzten Gegenstände, welche den Ansteckungsstoff verbreiten.

Dem Auftreten der ersten Krankheitserscheinungen geht meistens eine Inkubationszeit von zwei bis drei Wochen voraus. Für die Krankheit selbst ist die Bildung von Geschwüren im Darm charakteristisch. Der ganze Prozeß verläuft unter sehr hohem Fieber mit häufig einhergehender Benommenheit, die der Krankheit den Namen Nervenfieber eingetragen hat. Unter den Komplikationen sind namentlich gefürchtet die Darmblutungen und der Durchbruch der Geschwüre durch die Darmwand.

Die Pflege der Typhuskranken ist wohl eine der aufopferndsten und schwierigsten. Das Isolieren der Kranken ist auch hier das Wünschenswerteste und eine peinliche Desinfektion der Wäsche und der Abgänge des Kranken unerlässlich.

Aus „Gesundheitspflege“ von Dr. Bachmann.

**Kalte Abreibungen an Kranken** kann man so machen, daß man mit einem in kaltes Wasser getauchten Leinentuch den ganzen Körper oder einzelne Teile kurze Zeit tüchtig abreibt und hinterher mit einem rauhen Tuche frottirt.

Besser wirkt aber die Abreibung in folgender Weise: Die Kranke steht völlig entkleidet auf einer Matte; ein großes, in kaltes Wasser getauchtes Laken wird von der rechten Brustseite unter der linken Schulter, über den Rücken und von hinten über die rechte Schulter, die Brust und die linke Schulter so herumgeschlagen, daß der ganze Körper eingehüllt ist. Nun reibt man mit kreisförmigen Bewegungen über Brust und Rücken, in der Längs-

richtung Beine und Arme kräftig, etwa 1—2 Minuten lang, nimmt dann das Tuch ab und reibt nun mit einem rauhen Frottiertuch nach, bis die Haut rot ist.

Nach beendeter Abreibung wird der Kranke auf kurze Zeit ins Bett gesteckt oder muß sich rasch anziehen und spazieren gehen, um die wohlthuende Erwärmung zu empfinden. Die geeignetste Zeit dafür ist früh nach dem Aufstehen; gewöhnlich werden nervöse Leute so behandelt, aber auch schwächliche Personen, die abgehärtet werden sollen; in neuerer Zeit ist die Abreibung sogar für Schwindsüchtige empfohlen.

### Kinderpflege und -Erziehung.

Die Sommerhize schädigt den Säugling auch in unmittelbarer Weise. Vielfach verbreitet ist die Unsitte, ihn zu dieser Zeit so warm einzupacken, wie im tiefsten Winter. Man hat dadurch — namentlich aus Amerika kamen solche Berichte — hitzschlagartige Erscheinungen auftreten sehen. Wenn dies auch in unserem Klima zweifellos nur selten vorkommt, so kann die Hize doch zu einer Schwächung seiner Verdauungsorgane führen, wie man sie übrigens im Sommer oder in den Tropen auch bei größern Kindern oder Erwachsenen beobachten kann, die nun dadurch besonders verhängnisvoll wird, daß dem infolge des Durstes nach Krank verlangenden Säugling mehr Milch verabreicht wird, als seinem Nahrungsbedürfnis und namentlich auch seinem Gesundheitszustand entspricht. Denn die überwiegende Mehrzahl der von der Sommerdiarrhöe dahingerafften Kinder zeigt schon vor der zum Tode führenden Erkrankung eine gestörte Verdauung und ist daher ganz besonders gegen Diätfehler empfindlich. Wird das Kind gut gepflegt und beobachtet, wie dies bei den Wohlhabenden und in den Säuglingspitälern und Säuglingsheimen der Fall ist, so gelingt es nicht allzuschwer, Gesunde und Kranke durch die Fahrnisse des Sommers hindurchzubringen. Selbst dann, wenn sie künstlich ernährt werden. Fehlen aber diese Vorbedingungen, dann droht die Gefahr des Sommertodes, und sie ist am größten, wenn es sich um ein Kind handelt, das mit der Kuhmilch schon vorher nicht gedieh und kränkelte. Man soll nie im Sommer ein Kind abstillen, denn die Brustkinder erliegen der Sommerdiarrhöe nur höchst selten. Ferner soll man stets daran denken, daß es Durst, nicht Hunger sein mag, wenn das Kind zu trinken verlangt, und daher zeitweise lieber Thee oder schwachgezuckertes Wasser statt Milch verabreichen. Am vorsichtigsten ist es, wenn im Sommer die Milch überhaupt von vornherein etwas mehr mit

Wasser oder Schleim verdünnt wird, als es sonst geschehen würde.

Aus „Gesundheitspflege des Kindes“  
von Dr. Bernheim.

### Gartenbau- und Blumenzucht.

Fuchsen lieben eine leichte Erde, nährhaft, und viel Feuchtigkeit; man muß sie viel spritzen, besonders dann, wenn sie im Sommer in voller Sonne stehen. Jedoch lieben die Blumen eher den Halbschatten.

Im Zimmer mit trockner Luft und wenig gelüftet, werfen die Pflanzen gern die Blumen und Blätter ab; sie sind dagegen für Balkon- und Fensterschmuck bei richtiger Behandlung sehr zu empfehlen. Die schönen einfachen und gefüllten Glocken erscheinen an den Pflanzen in großer Menge. Die hängenden Sorten sind besonders geeignet für Ampelschmuck und Balkonkisten.

Im Winter werden die Fuchsen in nicht zu trockenen Keller gebracht und wenig begossen. Sie verlieren hier das Laub, bei zeitigem Verpflanzen oder Einpflanzen erscheint es aber bald wieder, wenn die Triebe zurückgeschnitten (gestutzt) werden. Fuchsen blühen den ganzen Sommer und Herbst. Vermehrt werden sie aus Stecklingen von frischen Trieben (Spitzen), die etwas schattig stehen sollen und öfters gespritzt werden müssen, sowie auch aus Samen, der gleich behandelt werden muß, wie die Stecklinge. Besonders schön sind Hochstämme bei Fuchsen, die wie andere ältere Fuchsenpflanzen, je älter je reicher blühen, sofern sie gut gedüngt werden. Sie sind dann aber auch sehr haltbar. Als größere Kübelpflanzen sind Fuchsen sehr beliebt und finden Verwendung als Schmuck auf Balkone und im Garten &c.

### Tierzucht.

Gebt bei großer Hize den Tieren zu trinken, nicht nur den Zugtieren, sondern auch daheim! Stellt reinliche Wasserbecken auf für Hund und Katz! Vergeßt ebenfalls nicht den Hühnerhof und richtet auch im Freien flache Untersätze mit Wasser als Vogeltränken für die freilebenden Vögel her! Nichts ermattet so schnell, als heftiger Durst und heiße Sonnenstrahlen. Gebt also den Zugpferden und Zughunden (natürlich auch den Eseln, wo solche gehalten werden), da sie den ganzen Tag laufen oder schwer ziehen müssen, Wasser zu trinken. Laßt sie nicht unnötig in der Sonne stehen, wenn sich irgendwo ein Plätzchen bietet, das Schatten spendet. Arbeitende Tiere können unterwegs mit einem

geringen Maß kalten Wassers getränkt werden; nur darf es nicht eiskalt sein, auch muß die Fahrt sogleich nach der Tränkung weiter gehen. Bei Pferden wird es besser sein, etwas Heu mit zu verfüttern. Dann ist ganz gewiß die Kolik nicht zu befürchten.

Die Zeit, in der Flusskrebse gegessen werden, sind die Monate ohne „r“. Darum jetzt ein Wort für diese Tiere. Hummern und Langusten können einige Zeit außerhalb des Wassers leben, ohne Schaden zu nehmen und voraussichtlich ohne zu leiden, sofern ihre unter den Seitenteilen des Brustschildes gelegenen Kiemen nicht eintrocknen. Sie müssen also an schattigen, kühlen und feuchten Orten gehalten werden. Dagegen wird den Tieren verlängerter Aufenthalt in trockenen und warmen Schaufenster qualvoll sein und endlich ihren Erstickungstod herbeiführen. Die Ausstellung von lebenden Krebsen im Trockenen müßte untersagt werden. Krebse und Hummern in Warenhäusern, die meist sehr warm sind, in trockenen Strohkörben verschmachten zu lassen, ist ebenso tierquälerisch, wie das Auslegen dieser Krustentiere auf den von der Sonne erhitzten Steinplatten der Schaufenster. Es wäre zu wünschen, daß das Auslegen von Krebsen und Hummern sowie Langusten nur auf feuchten Unterlagen polizeilich erlaubt würde.

Tierschutz-Korresp.



### Antworten.

61. In meinem Garten hatte ich an den Nesselgehlingen massenhaft Schnecken (kleine schwarze). An einem sonnigen Tage bestreute ich Gehlinge und nächste Umgebung mit Schwefelpulver und nach etlichen Tagen gingen die Gehlinge sich zu erholen an, ihre „Plagegeister“ ließen sie in Ruhe. Auch Streuen von Holzasche wird als gutes Vertreibungsmittel gerühmt. Vielleicht machen Sie einen Versuch.

R. G.

61. Zur Vertilgung der kleinen Schnecken, die oft unzählige in Blumenbeeten auftreten, stellt man abends einen Topfunteratz voll Bier hin. Am Morgen ist die Schale angefüllt mit ertrunkenen Schnecken. Probieren Sie, ob dieses Mittel für große Schnecken auch gut ist.

Frau R.

62. Wird die Wäsche vielleicht zu wenig gewässert und daher der Geruch, oder müssen Sie diese in geschlossenem Raume trocknen? Suchen Sie erst nach den Ursachen. Unangenehmen Geruch im Wäschschrank verbreiten Lavendel-Büschel.

R. G.

62. Ich rate Ihnen, alle Wäsche aus dem Schrank zu nehmen, sie an die Sonne zu legen, den Schrank tüchtig auszuwaschen und

dann recht trocknen zu lassen. Nachher können Sie die Wäsche wieder einräumen und den Schrank so oft wie möglich offen stehen lassen. Wünsche guten Erfolg.

Frau M. M. in B.

63. Wenn Sie elektrisches Licht haben, so suchen Sie sich in der Übergangszeit mit einem elektrischen Ofen zu behelfen; das ist viel zweckmäßiger und gesünder, als die Heizung mit Petrolöfen.

Abonnent.

64. Ich bin in einer Familie, die sehr große Olivenbesitzungen hat, und kann Ihnen mitteilen, daß das Olivenöl immer eine gelbe Farbe haben sollte. Zu dem ganz hellen würde ich Ihnen nicht raten. In Neapel kostet das Olivenöl erster Qualität Fr. 2. 20 per Liter.

E. Sch.

64. Reines, gutes Olivenöl hat eine schön gelbe Farbe und wird bei Kälte fest; dies ist, außer dem angenehmen Geschmack, der sich am besten bei Salat und Mayonnaisen zeigt, das sicherste Zeichen, daß es gutes Öl ist.

R. G.

### Fragen.

65. Wer gibt mir einige Rezepte zum einmachen der Tomaten an? Unser Garten verspricht eine gute Ernte, was von andern Gemüsen und Früchten leider nicht zu sagen ist. Deshalb möchte ich die Tomaten verschiedenartig konservieren.

Hausfrau.

66. Sind die reifen Stachelbeeren wertlos? Ich lese bei den meisten Rezepten, diese Beeren müssen vor der Reife zur Verwendung kommen. Wer gibt mir den Grund an?

Frida.

67. Kann man Joghurt auch selbst ansetzen und wie muß man dabei vorgehen? Für Anleitung dankt

Junge Hausfrau.

68. Woran mag es wohl fehlen, daß Kuchen, die im Ofen immer schön aufgehen, nach dem Backen sofort zusammenfallen?

H.

## Hermann Weilenmanns Eier-Teigwaren



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