

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

**Band:** 20 (1913)

**Heft:** 23

**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:** 30.01.2025

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



Redaktion:  
Eina Schläfli  
Zürich.

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Kranken-  
pflege, Gartenbau und Blumentultur, 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. 23. XX. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
24 Nummern.

Zürich, 15. November 1913.

### Das EBzimmer.

(Nachdruck verboten.)

Sei freundlich beflissen,  
In deinem Hause den Pilger zu laben,  
Weil ohn' es zu wissen,  
Schon manche so Engel bewirtet haben.

Mildert.

Bei der gründlichen Reinigung des Eßzimmers wird mit dem Inhalte des Büffets, des Wandschrankes und sonstiger Kästen angefangen. Sämtliches Porzellan- und Glasgeschirr — auch solches, das man selten in Gebrauch nimmt, wird in warmem Seifenwasser gut abgewaschen, in reinem Wasser gespült und mit sauberen Tüchern abgetrocknet. Hat man viel Geschirr, so erneuere man das Wasser wiederholt, denn es soll rein und für das Porzellangeschirr möglichst heiß sein, damit dieses schön aus der Prozedur hervorgehe. Beim Abwaschen ist ein Bürstchen und ein weicher langer Pinsel, womit man in die Vertiefungen dringen und die Verzierungen, Hentel etc. besser reinigen kann, zweckdienlich. Alles Silbergeschirr wird ebenfalls in heißem Seifenwasser gewaschen, in heißem klarem Wasser gespült und Stück für Stück sofort abgetrocknet. Wo nötig

wird es mit Puzpulver glänzend gemacht. In heißem Kartoffelwasser werden silberne Bestecke besonders schön. Weiche Lederlappen sind zum Nachreiben am besten. Die Bestecke kommen nach der Reinigung wieder in ihre Behälter oder Etuis; einzelne Stücke, die man selten braucht und für die kein besonderes Etui vorhanden ist, schlägt man in Seidenpapier oder legt sie in eine Hülle von weißem Flanell oder Baumwollflanell, die man mit zwei Bändchen versieht.

Bei der Generalreinigung veräume man nicht, auch alle Kaffee- und Theekannen gründlich zu reinigen. Man fülle sie bis an den Rand mit Soda- oder Boraxwasser und lasse sie über Nacht so stehen, was der „Tülle“ zu gute kommt, die im allgemeinen zu sehr vernachlässigt wird.

Auch die Serviettenringe werden je nach Art und Material gereinigt, event. ausgebessert oder wo nötig durch neue ersetzt. Die Serviettentaschen, sowie die großen Taschen, in die man Tischtücher oder ganze Gedecke legt, die man nur selten braucht, werden gewaschen.

Die Möbel, in welche diese gereinigten Gegenstände später wieder sorgfältig ein-

geräumt werden, sind innen mit heißem Seifenwasser, dem man etwas Salmiakgeist oder Serpentin beugeben kann, auszuwaschen, wobei immer mit einem zweiten Lappen, der in reinem klaren Wasser gut ausgerungen wird, nachzuwischen und zu trocknen ist. Das Innere des Büffets und der Schublade etc. soll nicht sehr naß gemacht, sondern nur so gesäubert werden, daß wieder frische reine Luft überall hinkommt und Spinnen, Holzwürmer und andere Insekten vertrieben werden. Zur Reinigung der Winkel schlägt man den Lappen um einen spitzen Gegenstand oder nimmt eine Pincette oder Pinsel zu Hilfe.

Die polierten Möbel werden zuerst mit lauem Wasser — am besten mit Regenwasser — und einem Ledertuche abgewaschen, wobei sofort trocken nachzureiben ist. Wenn sie völlig trocken sind, werden sämtliche Möbel mit erwärmtem, reinen Olivenöl, dem etwas feines Tafelsalz beigegeben wird, eingerieben, und nach dem Trocknen mit einem weichen, reinen Ledertuche blank poliert.

Ich kenne einen der vornehmsten Landstitze der Schweiz; auf dem entzückend-schönen Besitztume steht ein gut erhaltenes Schloß aus dem Mittelalter und ein modernes, neuerbautes Schloß; beide sind in tadellosem Zustande und das einzige, aber vorzügliche Mittel, sämtliche Möbel so schön zu erhalten, ist das oben erwähnte.

Statt Salat- oder Olivenöl kann man auch Serpentinöl verwenden. Vernachlässigte Möbel müssen wieder frisch angestrichen oder vom Tischler aufpoliert werden.

Zum auslegen des Büffets und der Schränke nimmt man mehrere Bogen Zeitungspapier, und legt obenauf einen Bogen weißes, blaues oder hübsch gemustertes Papier. Dabei ist zu beachten, daß diese Unterlage der Schublade oder den Abteilungen des Büffets genau angepaßt wird. Diese mehrfach übereinandergelegten Bogen geben eine feste, dichte und weiche Unterlage, die besonders zweckmäßig ist, wo es sich um viel, und oft schweres Geschirr handelt.

Die Decke und Wände des Eßzimmers, von denen Lampe, Spiegel, Tableaus etc. abgenommen wurden, werden in der schon beschriebenen Weise gereinigt; ebenso der Fußboden. Letzterer sollte von Hartholz sein und in der Mitte im Sommer mit einem Linoleum-Teppich belegt werden, was zweckentsprechend und in hygienischer Hinsicht zu empfehlen ist. Im Winter ist es angenehm, einen großen Wollteppich unter dem Tische zu haben; dieser sollte dann aber regelmäßig gut gereinigt und gelüftet werden.

An die blanken Fenster bringe man glatt herabfallende Gardinen an, die zum auf- und zuziehen eingerichtet sind. Die unteren Fensterscheiben erhalten leichtere kleine Vorhänge. Auf dem Eß- und Servier-Tisch macht sich eine einfache aber gediegene Decke in Handarbeit sehr gut. Türschoner von Glas, Porzellan, Email oder Celluloid, die man jetzt vielfach sieht, sind sehr nützlich; auch die sogenannten „Gummifüße“, die über die unteren Enden der Stuhlbeine gezogen werden, sind praktisch und angenehm.

Auf dem Büffet ist eine Schale mit Früchten gut angebracht; sehr hübsch nehmen sich diese auf Blättern liegend aus, oder im Winter z. B. auf Tannenreis gebettet, wie Orangen, Nüsse und Äpfel.

Beim Ein- und Ausräumen des Zimmers frage man sich auch bei jedem Gegenstand, ob er nützlich sei, und entferne möglichst alles Zweckwidrige. Wie viel unpassendes und zusammengewürfeltes Zeug, das weder Anspruch auf Schönheit noch Nützlichkeit erheben kann und mit dem uns keine lieben Erinnerungen verknüpfen, wird jahraus jahrein aufbewahrt!

Das Eßzimmer muß vor und nach jeder Mahlzeit gelüftet werden; auch im Winter ist dies dringend notwendig. Reine Luft erwärmt sich sofort, schlechte Luft zu erwärmen ist fast unmöglich. Wer also öfters kurze Zeit lüftet — 5—10 Minuten genügen — spart an Brennmaterial. Bei ungenügender Reinigung und Lüftung sammeln sich die gasigen Ausscheidungsstoffe der Bewohner so sehr an, daß sie

schließlich jedem Gegenstande anhaften und mit jedem Atemzuge eingeatmet werden. Schlechte Luft übt aber einen verheerenden Einfluß auf Lunge und Blut aus. Tausende gehen jährlich frühzeitig an langsame Kohlen säurevergiftung zugrunde, die sich davor hätten bewahren können, wenn sie bessere Reinlichkeitsbegriffe gehabt hätten.

Wer sein Eßzimmer auch als Wohnzimmer benützt und darin eine gewisse Behaglichkeit zur Geltung bringen möchte, wird im nächsten Kapitel Anregung und Winke zur zweckmäßigen Ausstattung und Reinhaltung finden. E. G.



### Der Winterhusten.

Von Dr. Otto Schröder.

Nachdruck verboten.

Die Lunge und ihr Ausführungsgang, die Luftröhre, mit ihren vielen Ästchen (Bronchien) sondert fortwährend in geringem Maße Schleim ab, welcher gelegentlich durch Räuspern entfernt wird. So lange dieser Akt ohne Anstrengung und in langen Pausen sich nur beiläufig, etwa wie das Schnuzen der Nase vollzieht, gilt er als etwas bei jedem Gesunden Gewöhnliches. Erst wenn er sich öfters wiederholt, längeren und größeren Kraftaufwand erfordert, mit besonderem Geräusch verbunden ist, spricht man von eigentlichem Husten. Findet längere Zeit, wie in der Nase, eine Entfernung des sich bildenden Schleimes nicht statt, so wehren sich nachher, beim morgendlichen Aufstehen die Lungenzellen, welchen der Schleim den Eintritt der Luft vorenthält, und suchen ihn durch vermehrte Hustenstöße hinauszubefördern. Daher der Morgenhusten, welcher also keinen krankhaften Vorgang darstellt, sondern im Gegenteil eine Reinigung der Lungen von Schleim samt dem am Tage vorher mit der Luft eingeatmeten Staube. Auch beim Übergang von Ruhe in Bewegung wird durch die tieferen Atemzüge die Lunge gleichsam in Aufruhr versetzt und leicht entsteht ein Hustenanfall, z. B. beim Aufstehen vom Schreibtisch, beim Treppensteigen oder wäh-

rend den ersten Minuten des Spazierganges. In letzterem Falle wirkt freilich auch noch ein gewisser Reiz der frischen, kalten Luft draußen auf die Schleimhäute ein. Falsch aber ist es, den weitverbreiteten Winterhusten nur auf eine Erkältung durch die Winterluft zu schieben. Beweist doch die tägliche Erfahrung, daß Leute, die viel draußen sind und sich der kalten Witterung fast beständig aussetzen, wie Briefträger, Droschkenfahrer, Marktfrauen fast nie über Husten klagen.

Ein gleiches gilt von den Mitgliedern der Polar-Expeditionen, die doch gewiß hinreichend der sogenannten „rauen Erkältungsluft“ ausgesetzt sind. Der Nordpolfahrer Weybrecht berichtet: „Ich leide schon seit 20 Jahren an ewigen Bronchialkatarrhen und Schnupfen, derentwegen ich selbst und andere mich für schwindsüchtig hielten. Ich bin nun schon zweimal im arktischen Eise gewesen und beide Male habe ich diese Zustände fast vollständig verloren; jedesmal aber stellten sie sich wieder ein, wenn ich an die Stätten der Zivilisation zurückkehrte. Drei meiner Gefährten waren nach der ärztlichen Untersuchung mit Lungenfehlern behaftet, aber keiner von ihnen hatte während der Reise darunter zu leiden gehabt. Überhaupt kann ich mich nicht erinnern, daß während der ganzen Reise ein einziges Mal bei jemandem ein Schnupfen vorgekommen wäre.“

An dem verbreiteten Winterhusten trägt die Schuld hauptsächlich unsere bewegungsarme Stubengefangenschaft in der überaus trockenen heißen Zimmerluft. Während der Husten im Sommer bei unserm Freiluftleben verschwindet, macht er sich im Winter stets wieder bemerkbar. Er befällt besonders lungenschwache und widerstandslose Personen, wie fabrikarbeitende Alkoholiker, Sektiker, brustschwache Bureauarbeiter, skrofulöse oder rhachitische Kinder und alte Leute. Daher besteht die Vorbeugung oder Milderung des Winterhustens in allgemeiner Kräftigung des Körpers, in Stärkung und Abhärtung der Schleimhäute durch tägliches Einatmen

von frischer Außenluft durch die lusterwärmende Nase, und besonders durch Feuchthaltung unserer Zimmerluft. Letzteres bewirken Blattpflanzen, die öfter bespritzt werden, Zimmerspringbrunnen, oder ein auf den Ofen gestelltes Becken mit einem recht großen Schwamm. Übt doch sogar auf die widerstandsfähigeren Hautpartien an den Lippen eine zu trockene Luft schädlichen Einfluß aus, indem diese „aufspringen.“



### Die Ertragsfähigkeit der Gans.

(Nachdruck verboten.)

Die Zeit, da die Gans uns ihren saftigen Braten liefert, ist wieder gekommen. Gut und schmackhaft wird dies Gericht allerdings nur dann sein, wenn die Hausfrau oder Köchin beim Einkauf und bei der Zubereitung mit Sachkenntnis vorgeht. Hat die Gans eine weiche Gurgel, einen blaßgelben Schnabel, Füße mit Krallen, eine leicht zerreißbare Fußhaut und dringt beim leichten Druck sogar der Knopf einer Stecknadel in die Kopfhaut ein, dann haben wir wirklich ein junges Tier vor uns. Die vorjährigen Gänse haben bläuliches Fleisch, ihre Füße sind rotgelb, ebenso der Schnabel.

Leider ist die Novemborgans nicht so ertragreich wie wohl schmeckend, denn die wirklich fette Gans gibt es erst im Dezember. Immerhin kann man beim Braten schon viel Fett abfüllen. Hat man eine sehr fette Gans, so löst man das Flumfett sehr sorgfältig von dem Fett, das die Därme umschließt, und wässert jedes für sich unter öfterem Wasserwechsel 24 Stunden, dann schneidet man das Gänsefett in kleine Stücke. Manche Hausfrauen geben einen Teil Schweinefett dazu, damit das Fett leichter erstarrt und nicht so dünnflüssig bleibt, und kocht es über gelindem Feuer mit einem Zusatz von Äpfeln und Zwiebelstückchen aus. In Deutschland gilt Brot mit Gänsefett und Käse belegt als Delikatesse für Feinschmecker.

Auch die Leber der Novemborgans ist nur klein. Die geschickte Hausfrau bereitet daher aus der Leber eine pikante Farce,

füllt sie in den Gänsehals und gibt sie als Gänseleberwurst zu Tisch. Auch Gänseleberbutter ist sehr anregend. Hierzu wird die Gänseleber in 20 Gr. Butter gedämpft und zerstoßen. 25 Gr. geschälte Semmel werden in Wein geweicht und danach trocken ausgedrückt; zwei Eßlöffel Gewürzkräuter überweilt man und streicht sie durch ein Sieb. Dann rührt man 125 Gr. frische Butter zu Schaum, gibt nach und nach 5 Gr. geriebenen Parmesankäse, etwas Salz, Cayennepfeffer, die gestoßene Leber, Kräuter und Semmel dazu und streicht alles durch ein Haarsieb. Die fertige Gänseleberbutter muß vor dem Anrichten zwei Stunden auf dem Eis stehen und schmeckt ausgezeichnet auf gerösteten Brotscheiben. Hat man kräftige Rindsfleischbouillon, so kann man die gargemachte Leber in Aspik geben, indem man hierzu die entfettete Bouillon mit etwas Essig abschmeckt und mit Gelatine steift. Gänseleberpain, Simbale von Rebhuhn und Gänseleber sind schwieriger zu bereiten und erfordern sehr viel Zutaten, aber mit einer hausbackenen Gänseleberpastete, die noch feiner ist als echte Straßburger, hat schon manche Hausfrau ihren Tisch bereichert.

Von dem Gänselein, Herz, Magen, Kopf, Flügel, Füße, kocht man am besten eine kräftige Reissuppe oder man bereitet daraus Gänseweißsauer. Gänsefett kann man in der Großstadt nicht so leicht herstellen, weil man dazu das beim Schlachten in etwas Essig aufgefangene Blut der Tiere benötigt. Die Bratgans füllt man mit Äpfeln und Kastanien und legt einwenig Beifuß dazu in die Pfanne. Wenn ich noch an die Spickgans erinnere, wird man wohl mit der Ertragsfähigkeit der Gans zufrieden sein.

S. B.



Um das Zerspringen der Lampengläser einerseits und das Qualmen andererseits zu vermeiden, ist erforderlich, daß die eingeschnürte Stelle des Zylinders sich weder zu nahe noch zu weit oberhalb der Brennsfläche befindet, damit die von unten und oben eintretende

Luft die ganze Flamme bestreichen kann. Aus Gründen der Regelmäßigkeit des Luftzutritts muß auch jede Lampe sauber gehalten werden; ferner ist dies nötig mit Rücksicht auf die explosive Eigenschaft des Petroleum. Bei einer Erwärmung auf 21° C., dem gewöhnlich festgesetzten Sicherungsgrade, entwickelt das nicht besonders raffinierte Erdöl bereits entflammbare Dämpfe. Bei einer gut gereinigten Lampe ist durch die unbehinderte Zufuhr der kühleren Umgebungsluft zu der Flamme von untenher dafür gesorgt, daß das Öl diese Entflammungswärme nicht erreicht, während in einer ungenügend gereinigten Lampe das Öl im Glasbehälter sich stärker erhitzt, als zulässig ist und durch seine Verdampfung im Umkreis der Flamme feuergefährlich wird.

**Die Gelatine** (franz. = gefrorener, d. h. eingedickter Saft), gelbliche leimartige Substanz, vielfach in der Küche als Bindemittel verwendet, wird durch Auskochen von Tierknochen gewonnen und zwar entweder unter Zuhilfenahme von Salzsäure oder Benzindämpfen. Die so erhaltene Leimlösung wird gereinigt, weiß oder rot gefärbt und tafelförmig in den Handel gebracht. — In der Industrie spielt die Gelatine namentlich als Material zur Kunstseide eine wichtige Rolle.

**Um wässrige Kartoffeln mehlig und schmackhafter zu machen**, empfiehlt es sich sehr, sie einige Zeit vor dem Gebrauche in der Nähe des warmen Ofens oder Herdes auszubreiten. Hierbei verdunstet der zu große Wassergehalt und die Kartoffeln werden dadurch wesentlich verbessert. Das gleiche wird erreicht, wenn man die wässrigen Kartoffeln nicht im Wasser, sondern im Dampf kocht.

Gr.



### Rochrezepte.

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

**Waffelsuppe.** Für 3 Personen. 1 Ei, 1½ Eßlöffel Mehl, 1 Eßlöffel süße Butter, etwas Salz, etwas Milch, ¾ Liter Fleischbrühe. Die Butter wird schaumig gerührt, ein Ei, das Mehl, Salz und noch so viel Milch zugegeben, bis ein ziemlich dünnflüssiger Omelettenteig entsteht. Das Waffeleisen wird mit ungesalzenem Speck oder Butter gut ausgestrichen, ob starker Glut rauchheiß gemacht, mit Teigmasse gefüllt, zugeschlossen, und auf beiden Seiten gut gebacken. Die Waffeln werden extra zu klarer Fleischbrühe serviert. Auf 1 Teller Suppe rechnet man 1 Waffel. Zubereitungszeit: 1 Stunde.

Aus „Großes Schweiz. Kochbuch“.

**Raninchenragout mit Estragon.** Bereitungszeit 2 Stunden. Zutaten: 1 großes Raninchen, 150 Gr. Butter, Sardellen, Rahm, Estragon, Zwiebeln und sonstige Gewürze. Das 1—2 Tage vorher geschlachtete, abgezogene Raninchen wird gewaschen, in Stücke zerteilt, gesalzen und etwas gepfeffert. 2 gehackte Zwiebeln werden in Butter braun geröstet, die Fleischstücke dazugegeben und ein wenig abgeschwitzt. Man fügt 4 bis 5 gepuzte Sardellen, etwas frischen Estragon, je zur Hälfte süßen Rahm und Fleischbrühe oder Wasser, so daß das Fleisch bedeckt ist, zu, dann läßt man es weich dämpfen. Die Fleischstücke werden in eine Platte gelegt, der Fond passiert, dann mit 1 Kaffeelöffel voll Liebig's Fleisch-Extrakt verkocht und mit etwas aufgelöstem Mehl gebunden. Man schmeckt die Sauce mit Zitronensaft ab, schlägt ein Stück frische Butter sowie 1 Eßlöffel voll gehackten Estragon darunter und gießt diese pikante Sauce über die Raninchenstücke. (Nicht mehr kochen lassen.) Man kann in Wasser abgekochte, in Butter geschwenkte Nudeln oder Makkaroni dazu geben.

**Marinierter Rindsbraten.** Das Fleisch wird gespickt und über Nacht in eine Marinade von reichlich Provenceröl, Zitronensaft oder feinem Essig und Salz gelegt. Während des Bratens wird es hin und wider mit einem Löffel voll Marinade begossen, beim Anrichten mit geschmorten Kartoffeln und Pfeffergurken garniert und mit der entfetteten Sauce überschüttet.

**Magere Béchamelsauce.** In 125 Gr. zerlassener Butter dünstet man eine geschälte Zwiebel, in die man drei Gewürznelken gesteckt, eine zerschnittene Möhre, ein Bündel Petersilie, einige Champignons, ein Lorbeerblatt und zwei Eßlöffel voll Mehl einige Minuten, gießt allmählich ½ Liter kochenden Rahm oder Milch dazu, läßt die Sauce einkochen, legt sie mit heller Mehlschwitze, seigt sie durch und würzt sie mit Salz und geriebener Muskatnuß.

**Gedörrte Kastanien.** Zeit 1½ Stunden. ½ Kilo Kastanien, 30 Gr. Butter, ½ Liter Fleischbrühe, 1—2 Löffel Milch oder Rahm, Salz. Die abends eingeweichten Kastanien werden mit Fleischbrühe zugelegt und langsam weich gekocht, durch ein Sieb gestrichen oder fein zerstoßen (können auch durch die Fleischhackmaschine gelassen werden), in die Pfanne zurückgegeben und mit der Butter und der Milch gemischt. Man kann die Kastanien auch ganz lassen und sie nur in der Butter einigemal schwenken und verdünnte Maggi-Würze zufügen.

Aus „Gritli in der Küche“.

**Grießklöße.** (Veget. Rezept.) ½ Liter Wasser und ½ Liter Milch läßt man zusammen mit einem Eßlöffel Salz und 60 Gr.

Palmin kochen, schüttet unter stetem Rühren 250 Gr. mittelgroben Grieß hinein, und läßt ihn langsam kochen, bis der Brei sich von der Pfanne löst. Dann gibt man die Masse zum Erkalten in eine Schüssel; hierauf verrührt man 3 Eigelb, schlägt das Weiße zu Schnee und vermischt beides mit dem Grießbrei, formt Kugeln daraus und kocht sie in wallendem Salzwasser gar. Sie werden in eine tiefe Platte angerichtet und mit süßem Rahm übergossen. Die Grießklöße sind zu Kompott oder Pilzsaucen sehr geeignet. B.

**Gespicktes Rotkraut auf französische Art.** Ein großer, sehr fester Rotkrautkopf wird in siedendem Salzwasser blanchiert, vom Strunk und den äußeren Blättern befreit, und mit starken Speckstreifen dicht gespickt. Dann dreht man ihn um, füllt in die Höhlung, wo der Strunk gewesen, fette Bratensauce oder mit Fett verflochte Fleischbrühe, die man mit Pfeffer und Salz gewürzt hat. Hierauf zieht man ein Schweinsnetz über den Krautkopf, stellt ihn mit der Strunkseite nach oben in ein Rasserol, gießt noch etwas fette Brühe zu und dünstet ihn bei gelindem Feuer langsam weich. Beim Anrichten entfernt man das Netz und garniert den Krautkopf mit Würstchen oder Semmel-Croutons.

**Danziger Apfelmus.** 15 Apfel werden ungeschält in Stücke geschnitten und mit einem Glase alkoholfreien Wein, 70 Gr. Zucker, etwas ganzem Zimt und Zitronenschale zu Brei gekocht und durchgestrichen. Nun gibt man eine Schicht Apfelmus auf eine Schüssel, darauf eine Schicht geriebenes Schwarzbrot, mit Zucker, Zimt und gestoßenen Nüssen vermischt, dann wieder eine Schicht Mus, eine Schicht Brot und zuletzt obenauf eine Schicht Mus, dick mit Zucker bestreut, der mit einer glühenden Schaufel glasiert wird.

**Frangipanetorte.** Zeit 1½ Stunden. 185 Gr. zerstampfte Mandeln, 185 Gr. feinen Zucker (mit den Mandeln zusammengestoßen), 125 Gr. geschmolzene Butter, 4 Eier, 1 Kaffeelöffel Mehl, etwas Zimt, die abgeriebene Schale von ½ Zitrone, 3 Deziliter Aprikosenmarmelade und 1 Deziliter Johannisbeergelee. Mandeln und Zucker werden zusammen mit den Eiern in die Schüssel gegeben, dann fügt man das Mehl, die geschmolzene Butter, den Zimt und die Zitronenschale bei. Eine Tortenform wird mit Pastetenteig ausgelegt, eine Lage Aprikosenmarmelade darübergegeben, der Mandelteig darauf und alles gleichmäßig in der Form verstrichen. In einer halben Stunde in mäßig warmem Ofen backen. Die Sorte wird über ein Sieb gestürzt; man läßt sie verkühlen und bedeckt sie mit einer Lage Johannisbeergelee und Zitronenglasur.

Aus „Gritli in der Küche“.

**Apfelwasser.** Für Kranke und bei heftigen Katarrhen, Brustübeln und Husten lindernd

und erquickend. Sechs Apfel werden mit der Schale in Stücke zerschnitten, mit 1 Liter kochendem Wasser übergossen, worauf man 50 Gr. Honig und den Saft von 2 Zitronen hinzufügt und das Ganze eine Stunde ziehen läßt.

## Gesundheitspflege.

Wer sich einmal daran gewöhnt hat, daß stetig frische Luft von außen in den Schlafraum die Nacht hindurch einströmt — auch im Herbst oder Winter —, empfindet die reine Luft im Zimmer jeden Morgen nach dem Aufstehen erneut als einen erfrischenden Genuß. Doch soll die Luftöffnung des Fensters so gerichtet sein, daß die kühle einströmende Luft nicht unmittelbar über das Gesicht des Schlafenden streicht, denn die Möglichkeit einer Gefährdung der Augen durch stetigen direkten Luftzug ist nicht von der Hand zu weisen.

**Um Hände im Winter weiß und weich zu erhalten,** reibe man sie allabendlich mit einer Mischung ein, die man durch Auflösen eines Eßlöffels Honig und ebensoviel Glycerin in einem Liter Wasser erhielt. Gegen aufgesprungene Hände benutze man eine Salbe von 30 Gr. Schweinefett, die erwärmt und mit 20—25 Tropfen Arnikainktur verrührt wurden.

A.

**Sehr weicher Käse** ist gesundheitschädlich, denn dieser Zustand ist ein gutes Erkennungszeichen, daß solcher Käse bereits stark in Zersetzung begriffen ist. Wird er dann noch in feuchten, schlechtgelüfteten und dabei warmen Räumen oder Schränken aufbewahrt, dann entsteht im Weichkäse eine dem Wurstgift ähnliche, giftig wirkende Substanz, eben das sog. Käsegift. Aller Käse, und ganz besonders der Weichkäse, soll stets in möglichst kühlen, trockenen und gut gelüfteten Räumen aufbewahrt werden.

Gr.

## Krankenpflege.

Bei den Nieren können sich Ausscheidungen infolge trägen Blutlaufs eindicken und Nierengries und -Steine bilden, die äußerst schmerzhaft sind. Frau Dr. med. Lucci-Purtscher sagt in ihrem Buche „Wie heilen wir unsere Frauenleiden?“: Wenn Schmerzansätze vorhanden sind, bringt die beste Linderung ein heißes Heublumensäckli oder ein aufsteigendes Sitzbad. Wenn der Anfall vorüber ist, soll man bei Nierensteinen täglich dreimal eine Dritteltasse oder wenn möglich alle zwei Stunden einen Eßlöffel voll Thee von Vibernelle trinken, dabei täglich nüchtern etwa 10—12 Stück Eberescheneeren gut kauen und essen.

Von letzteren läßt sich auch Eingemachtes oder Saft bereiten und solche Kranke sollten als Frühstück- Tee von Hagebuttenkernen, etwas Schrotbrot mit Butter und Eingemachtes von Eberescheneeren oder Hagebutten genießen.

## Kinderpflege und -Erziehung.

### Hochgradig schwachlichtige Kinder.

Zwischen den sehenden und blinden gibt es eine Kategorie von Kindern, die besonders benachteiligt sind, weil sie zwar noch etwas Lichtwahrnehmung besitzen, aber dennoch viel zu schwachlichtig sind, um einer gewöhnlichen Schulausbildung zu folgen und daher keinen geeigneten Unterricht erhalten. Gewöhnlich weigern sich die Eltern, hochgradig schwachlichtige Kinder in eine Blindenanstalt zu schicken; so schreitet denn das Übel unaufhaltsam fort und die armen Kleinen entbehren auch jener Ausbildung der übrigen Sinne, die ihnen das Auge ersetzen kann. Sie sind ein Hemmschuh der Klasse, jahrelang sitzen sie auf demselben Fleck, in der Schule werden sie kaum noch beachtet, denn es ist dem Lehrer unmöglich, sich ihnen besonders zu widmen. Der Schluß ist dann vielfach, daß sie überhaupt nur noch unregelmäßig in die Schule kommen, in der sie ja doch nichts lernen, daß sie als krank entschuldigt werden und späterhin an Tüchtigkeit, Lebensfreude und Selbstständigkeit weit hinter den ganz Blinden zurückbleiben. Zu Gunsten dieser Kinder muß daher immer wieder darauf hingewiesen werden, daß ein Unterschied zwischen Blindheit in wissenschaftlichem und praktischem Sinne zu machen ist. Wissenschaftlich ist allerdings nur derjenige blind, der überhaupt keine Lichtwahrnehmungen mehr hat, praktisch aber muß, wie die „Pädagogische Reform“ als Maßstab angibt, jeder als blind angesehen werden, dessen Sehvermögen an beiden Augen so weit geschädigt ist, daß er nicht allein auf fremden Wegen gehen kann, nicht imstande ist, auf 1 Meter Entfernung die ausgespreizten Finger zu zählen, auch unter Zuhilfenahme von Augengläsern größeren Fibeldruck nicht zu erkennen vermag. In ihrem eigensten Interesse müssen alle diese hochgradig schwachlichtigen Blindenanstalten zur geeigneten Ausbildung überwiesen werden. J. R.

Die Schädlichkeit der Madenwürmer für das Wohlbefinden der Kinder ist in Laienkreisen noch nicht genügend bekannt. Viele Kinder leiden an Würmern, ohne daß die Umgebung sich sonderlich darum bekümmert. Wie aber kürzlich der Arzt Dr. Rheindorf in einem Aufsatz in der „Medizinischen Klinik“ nachgewiesen hat, werden die Madenwürmer nicht selten die Ursache von Blinddarmentzündungen. Sie gelangen leicht in den Wurm-

fortsatz und werden dort zu Krankheitserregern. Dr. Rheindorf fand in den meisten Fällen von Blinddarmentzündung bei Kindern Würmer vor. Darum fordert er weitgehende Aufklärung in Haus und Schule und energische Durchführung von Wurmkuren bei allen von den Parasiten befallenen Kindern.

## Gartenbau- und Blumenzucht.

### Ist das Begießen der in Sand oder Erde eingeschlagenen Pflanzen nötig?

Würde die Erde beim Einschlagen angegossen, so wird man, da im Winter die Pflanzen ruhen, nicht viel zu gießen brauchen, wenn der Raum kühl gehalten wird. Sollte die Erde oder der Sand jedoch zu trocken werden, so darf nur mit der Gießkanne oder Brause angefeuchtet werden, damit die oberen Teile der Pflanzen nicht naß werden, weil sie schlecht abtrocknen und gern faulen. Ist jedoch der Raum trocken, so daß die Pflanzen öfteres Begießen erfordern, so ist diese Vorsicht weniger nötig. Beim Einschlagen der Pflanzen ist darauf zu achten, daß diese nicht zu tief in die Erde kommen, um Stammsäule zu vermeiden.

Wenn ein leeres Mistbeet vorhanden ist, können darin immergrüne Pflanzen, wie Evonymus, Lorbeer, dann einige harte Sorten Fuchsien, wie *Fuchsia gracilis* überwintert werden, weil diese, ohne den geringsten Schaden zu nehmen, eine Kälte von 6° C. + aushalten. Auch verschiedene Stauden, welche man auf dem Balkon verwendet, lassen sich auf diese Weise überwintern; desgleichen Hortensien. Doch dürfen diese keinen starken Frost bekommen, weil sonst der Blütenansatz in Frage gestellt wird. Ist der Mistbeetkasten trocken, so überwintern auch *Yucca*, *Camerops*, *Agaven*, allerdings nur harte Sorten, gut, wenn die Kälte abgehalten wird.

„Die Balkongärtnerin“.

Eine der beliebtesten Zimmerpflanzen, deren Flor unbedingt in die Weihnachtstage fallen muß, ist das Alpenveilchen (*cyclamen persicum*). Die zierliche Form der Blüten und die Blühwilligkeit der Pflanze hat ihr soviel Freunde erworben, daß sie längst Hausrecht erlangt hat. Die Kultur ist einfach. Haben wir die Pflanze im Oktober vom Gärtner gekauft, so geben wir ihr einen nicht allzu warmen Standort. Überheizte Zimmer veranlassen häufig das Abfallen der Knospen. Der gleiche Übelstand würde eintreten, wenn wir das Gießen versäumten. Man räume mit dem oft gehörten Vorurteil auf, daß Alpenveilchen bedürfe nur geringer Feuchtigkeit und achte auf die Regel: „Gieße in der Blütezeit reichlich und in der Ruhezeit wenig!“ Tritt Kälte ein, so werden wir gut tun, am



Abend die Pflanze vom Fenster zu nehmen. Zugluft schadet den Blüten außerordentlich. Macht sich ein Welken von Blättern und Blüten bemerkbar, so spritzen wir ein wenig, achten aber darauf, daß die Feuchtigkeit bald wieder verdunstet.



### Tierzucht.

**Zur Hühnerbehandlung.** Um reichlich Eier zu erzielen, füttere man die Hühner gut, besonders wenn sie keinen großen Auslauf haben, um ihre Nahrung zum Teil selbst zu finden. Hühner verlangen viel Abwechslung im Futter. Man gebe ein Gemisch von Getreide, Fleischabfällen und Kartoffeln oder Rüben. Auch Fisch- und Fleischfutttermehl ist zu empfehlen. Im Herbst sammle man den Samen der gewöhnlichen Brennessel, der dem Futter in kleinen Mengen beigemischt als Reizmittel wirkt. Es gibt Hühnerzüchter, die im Spätherbst den Boden des Hühnerstalles mit einer 50 Cm. dicken Schicht Pferdedünger belegen lassen, auf die eine 15 Cm. dicke Schicht Sand oder Torfmoß gebracht wird. Ein mäßig warmer Aufenthaltort trägt wesentlich zur Erzielung von Winteriern bei. Ist es sehr kalt, so gibt man den Tieren des Morgens warmes Weichfutter, z. B. Kleie mit Brot, Fleischmehl, Reismehl und Küchenabfälle vermischt und mit heißem Wasser angerührt. Das Futter muß bröckelig, darf nicht breiig sein. Mittags füttere man in geringen Mengen leichtes Körnerfutter, Hafer und Buchweizen, abends gemischtes Körnerfutter, z. B. Weizen, gute Gerste, Hafer, auch Mais, der wegen seines Fettgehaltes sehr wärmend wirkt. Das Trinkwasser muß ebenfalls erwärmt sein. Sehr zuträglich ist den Hühnern Grünfutter. Man sehe darauf, daß sie im Winter bei schlechtem Wetter nicht schon bei Tagesgrauen ins Freie getrieben werden. H.



### Frage-Ecke.

#### Antworten.

90. Als Klebemittel für alles Metall im Haushalt eignet sich Zwiebelsaft vorzüglich. Wenn Sie z. B. Blechbüchsen mit Etiketten versehen wollen, so müssen erstere zuerst mit einer starken Sodaaflösung abgewaschen werden, bevor man die betr. Stelle mit Zwiebelsaft bestreicht und darauf das Papier fest andrückt. L. U.

91. Auch wir traten vor Jahren eine Wohnung an, deren Parkettböden total vernachlässigt waren und statt hell und klar ganz dunkelbraun und fleckig aussahen. Eine gute Seifenlauge mit etwas Sodazusatz, statt einer Bürste ein Bündel feiner Stahlspäne, das

waren die Hilfsmittel, die ich zuerst ins Treffen führte. So wurde der Boden jedes Zimmers wenn nötig zwei bis dreimal, bis er ganz von der alten Wicse und Staubschicht befreit war, tüchtig gepuht. Tags darauf, wenn vollkommen trocken, wurde er mit feinen oder mittleren Stahlspänen, je nach Beschaffenheit des Bodens, gut aufgerieben, gehörig abgestaubt und mit dem „Flaumer“ bearbeitet und hernach ganz leicht gewischt. Dann wochenlang immer nur aufreiben, aber sehr selten wischen und dies nur, wenn sich absolut kein Staub mehr auf dem Boden befindet. So behandelst, sind sicher die Böden nach einiger Zeit schön hell und klar! Es wird überhaupt viel darin gefehlt, daß man zu wenig mit Stahlspänen aufreibt, dafür zu viel und über vorhandenen Staub und Schmutz wischt! Frau C. M.

92. Rostige Stahlgegenstände wickelt man in ein mit Kerosinöl getränktes Tuch, um sie 24 Stunden darin liegen zu lassen, worauf dann der Rost mit Ziegelstein, bei sehr starkem Rost mit Salz und heißem Essig abgerieben wird. Hierauf wird der Gegenstand mit kochendem Wasser gründlich abgewaschen, abgetrocknet und wenn nötig mit einem Flanellappen und Öl poliert. Eiserner Gegenstände, die leicht erwärmt werden können, reinigt man mit einem Stück in einen dünnen Lappen gebundenem Bienenwachs, indem man das erwärmte Eisen damit abreibt. Mit einem zweiten Lappen, der in pulverisiertes Kochsalz getaucht wird, reibt man dann Wachs und Rost ab.

Hausgeist.

#### Fragen.

93. Die Nickelplatte auf dem Ofen ist stellenweise rostig geworden. Wie bringe ich sie wieder ohne weiteren Schaden blank und rein? L. Z.

94. Wie kann man billig Christbaum- schmuck herstellen? Für Anleitung dankt Ehepaar in U.

95. Kann man auch im Kleinen Sauerkraut einmachen, z. B. in einem großen Steinguttopf, und wie müßte man dabei verfahren? Junge Hausfrau.

