

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

**Band:** 23 (1916)

**Heft:** 5

**Heft**

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

**Download PDF:** 17.05.2025

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

# Hauswirtschaftlicher Ratgeber

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

Redaktion: Lina Schläfli, Zürich

..

Verlag: W. Coradi-Maag, Zürich

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

Nr. 5. XXIII. Jahrgang

Erscheint jährlich in 26 Nummern

Zürich, 26. Februar 1916

Weisest du nicht dasselbe Gesicht  
Immer der Welt — ich zürn' es dir nicht;  
Ist doch der Himmel bald grau und bald blau;  
Über schau:  
Über den düstern Wolken thront  
Siegend die ewige Sonne und lohnt  
Über Nacht  
Wetterwunden mit Perlenpracht.

D. Sutermeister.



## Ueber das Verderben der Obst- und Gemüsekonserven.

Von Prof. Dr. Kroemer, Geisenheim.  
(Schluß.)

Die Entwicklung von Bakterien in Konserven ist fast immer gleichbedeutend mit deren völliger Zersetzung. Noch verhältnismäßig harmlos ist das Auftreten von Bakterien in Konserven von säurearmen Obstfrüchten, wie von Pflirsichen, Erdbeeren und gewissen Birnensorten. Augenscheinlich handelt es sich in solchen Fällen immer um Milchsäure- oder Essigsäurebakterien. Diese Spaltpilze schädigen die Konserven im wesentlichen wohl nur geschmacklich, sind aber doch gefährlich, da sie gewöhnlich nur die Vorboten anderer Zersetzungen sind. Daher ist es nicht immer ratsam, milchsäure- oder essigsäurehaltige Früchte wieder aufzukochen und für Speisewecke zu verwenden, wenn auch zugegeben ist, daß Gesundheitsschädigungen durch den Genuß solcher Früchte bisher nicht bekannt geworden sind.

Von Bakterien befallene Gemüsekonserven müssen stets vernichtet werden. Ihr Genuß ist oft mit großen Gefahren für die Gesundheit verbunden und kann unter Umständen sogar den Tod herbeiführen. Wer daran noch zweifeln konnte, wurde durch den traurigen Vorfall in der Alice-Rochschule zu Darmstadt eines andern belehrt. Bekanntlich hatte man in der genannten Hochschule aus Bohnen, die in der Anstalt selbst in Büchsen eingekocht waren, Salat hergestellt. Von 52 Personen, die davon aßen, erkrankte eine große Anzahl unter schweren Vergiftungserscheinungen, die bei 11 Personen sogar den Tod zur Folge hatten. Aber ein ganz ähnliches Vorkommnis, bei dem 250 Angestellte eines Warenhauses nach Genuß von verdorbenen Bohnenkonserven erkrankten, berichtet Kolh. Die Darmstädter Vergiftungen wurden nach den Untersuchungen von Gaffky und Landmann sicher durch Bakterien hervorgerufen, die bei der Zersetzung von Eiweißstoffen Toxine gebildet hatten. Es sind das äußerst giftige Stoffwechselerzeugnisse, die von einigen allgemein verbreiteten Bakterien, wie von dem *Bacillus botulinus* und dem *B. vulgaris* (*Proteus vulgaris*), erzeugt werden und meist auch als Ursache der Fleisch- und Wurstvergiftungen anzusehen sind.

Bei der Zersetzung der Gemüse bilden die Bakterien nach allen vorliegenden Beobachtungen auch größere oder geringere Mengen von Säuren, die dadurch gesund-

heißschädlich wirken können, daß sie giftige Metalle, besonders Blei und Zinn aus dem Lot, auflösen. Ferner führt die Bakterientätigkeit in Gemüsen fast immer zur Entwicklung von Gasen, hauptsächlich von Stickstoff, Wasserstoff und Kohlenensäure. In den Konserven entsteht dadurch ein hoher Druck, der in Blechbüchsen bis auf 3,5 Atmosphären steigt, zunächst den Boden und Deckel der Büchsen nach außen vorwölbt und die Büchsen oft sogar aufreißt. In der Konservenindustrie bezeichnet man diese Erscheinung als die „Bombage“ (Aufblähen) oder das „Bombieren“ der Büchsen. Glasconserven, deren Deckel nur durch den äußeren Luftdruck festgehalten werden, öffnen sich durch den Druck natürlich von selbst.

Außerlich macht sich die Bakterienfäulnis meist auch noch durch einen ranzigen Geruch und Geschmack der Gemüse und eine Trübung der sogenannten Brühe bemerkbar.

Mit der Möglichkeit einer Bakterienfäulnis müssen wir bei den im Haushalt hergestellten Konserven immer rechnen, weil die Temperatur des kochenden Wassers nicht ausreicht, um alle Sporen, d. h. alle Dauerkeime von Bakterien, die auf den Nahrungsmitteln auftreten können, während der üblichen Kochdauer auch sicher abzutöten. Manche Bakterien erweisen sich gegen höhere Temperaturen erstaunlich widerstandsfähig. Temperaturen von 80° und 100° C. müssen stundenlang auf sie einwirken, bevor sie in allen ihren Keimen absterben.

Zu übertriebener Angstlichkeit ist trotzdem kein Grund vorhanden. Wenn man richtig arbeitet, schon beim Einkochen dafür sorgt, daß Bakterien sich nicht etwa schon vor der Sterilisation in der Konserven entwickeln, wenn man seine Vorräte schließlich auch richtig aufbewahrt, wird der Anteil der wieder verderbenden Gläser stets geringfügig bleiben. Bei geeigneter Zubereitung und Aufbewahrung halten sich die Konserven offenbar auch dann, wenn sie nicht völlig keimfrei sind. U. Koch glaubt, daß die nicht abgetöteten Sporen

durch das Kochen möglicherweise geschwächt werden und in diesem Zustande bei der niederen Aufbewahrungstemperatur und dem Luftmangel nicht mehr auszuweichen vermögen. Vorsicht beim Genuß von Gemüsekonserven, die im Haushalt hergestellt sind, kann allerdings nie schaden. Gegenüber den Handelskonserven braucht man weniger besorgt zu sein. In gewerblichen Betrieben benutzt man zum Entkeimen der Konserven durchweg Autoklaven, in welchen die Dosen Temperaturen von 110 bis 128° C. ausgesetzt sind. Bei dieser Wärme sterben auch die widerstandsfähigsten Bakteriensporen schnell ab. Außerdem ist in den Fabriken die Einrichtung getroffen, daß die Konserven in besonderen Aufbewahrungsräumen erst eine Zeit lang beobachtet werden, bevor sie zum Versand kommen. Büchsen, die nicht steril sind, werden dabei an der sogenannten Bombage leicht erkannt und rechtzeitig ausgeschieden. Die meisten Konservenfabriken lassen zur größeren Sicherung ihres Betriebes die Konserven auch noch bakteriologisch prüfen. Man darf daher wohl annehmen, daß man im Handel nur ganz einwandfreie Konserven erhält. Immerhin wird man Besser und Koch recht geben müssen, wenn sie empfehlen, Gemüsekonserven nur nach vorherigem Aufkochen zu genießen. Wir wissen, daß viele gesundheitschädliche Bakterienstoffe nicht hitzebeständig sind. Sollten etwa doch solche Bestandteile in einer Gemüsekonserven vorhanden sein, dann werden sie durch das Aufkochen größtenteils vernichtet.

„Geisenheimer Mitteilungen über Obst- und Gartenbau.“



### Unier sicherster Eierlieferant.

(Nachdruck verboten.)

Trotz vielen Widerspruchs ist und bleibt ein kleiner aber guter Stamm Leghühner stets der sicherste Eierlieferant. Besonders zu jetziger Kriegszeit sollte sich manche Hausfrau diese Erkenntnis zu eigen machen, wo es darauf ankommt, auch die geringsten Abfälle des Haushaltes nutzbringend zu ver-

werten. Doch die Platzfrage droht der Anschaffung einiger Hühner ein unüberwindbares Hindernis entgegenzustellen. Aber auch diese Schwierigkeit läßt sich beseitigen. Muß es doch nicht gerade der Hofraum sein, auf dem die Hühner ihre Spaziergänge machen. Vor den Toren der Städte und Dörfer liegt das schönste Gartenland und manche Hausmutter baut hier ihr Gemüse und noch manch andere Frucht, die der Garten zu bieten vermag. Die idyllische Ruhe eines solchen Gartens könnte nun durch einen Hahn mit seinem Gefolge belebt werden. Sicherlich wird sich in den meisten Gärten ein Ecken erübrigen lassen zur Aufnahme eines kleinen Hühnerstalles mit anschließendem Laufraum. Mit billigem, sechseckigem Drahtgeflecht wird der den Hühnern zugedachte Laufraum hoch genug eingezäunt, um sie am Überfliegen zu hindern. Hier hinein wird der Stall, ein kleines, bewegliches Hühnerhäuschen aus dickwandigen Risten und Brettern gestellt, bei dem man sehr wohl sein eigener Baumeister sein kann. Die Außenflächen dieses Hühnerstalles werden mit Dachrappe gut bedeckt und zum Schutze gegen Witterungs-Einflüsse geteert.

Die Beschaffung guter Legehühner bietet nicht zu große Schwierigkeiten. In dem Italienerhuhn und dem Landhuhn haben wir zwei Rassen, die uns wohl befriedigen können. Als Grundsatz halte man stets fest, nicht zu viele Hühner auf kleinem, begrenzten Raume zu halten. Sie würden keinen Gewinn abwerfen, während eine geringe Zahl vollständig mit den Abfällen des Haushaltes verköstigt werden könnte. Ein Huhn ist ein Allesfresser, das auch nicht das geringste verschmäh; selbst gekochte Kartoffelschalen, mit etwas Weizenkleie vermengt, werden gern angenommen. Sämtliche Abfälle des Haushaltes, die sonst in den Abfallkübel wandern, können hier nutzbringend angelegt werden.

Nicht nur der Nahrung allein wegen ist die Zahl der Hühner zu beschränken, sondern auch der Bewegung wegen, da die Legehühner nur gut gedeihen, wenn

sie Platz zum sich tummeln haben, bei zu engem Raume gewöhnen sie sich allerlei Dummheiten an, wie das Federfressen &c.

Wie wir sehen, erfordert der Unterhalt einer kleinen Anzahl Hühner geringe Vorausslagen, während ein Huhn durchschnittlich jährlich 120 Eier legt. Auch dem Gärtchen bringt die Hühnerhaltung einen Vorteil. Durch Platzwechsel des Hühnerhäuschens und Laufraums ist es möglich, den Hühnerhof von einem Teil des Gartens nach dem anderen zu verlegen und auf diese Weise innerhalb einiger Jahre den ganzen Garten durchzubüngen und in gewissem Sinne auch unkraut- und ungezieferfrei zu bekommen. Hühnerdünger ist eine der wertvollsten Düngarten und die Beschaffung anderer oft recht kostspielig.

Besonders kinderreichen Familien kann die Hühnerhaltung nicht warm genug empfohlen werden, da hier die Abfälle im Haushalte größer sind. Auch wird es die Mutter zu würdigen verstehen, wenn sie für die Ihren zweifellos frische Eier zur Verfügung hat und nicht auf Risteneier angewiesen ist.

C. Fusch.



### Die Gasbeleuchtung.\*)

Schon vor Jahrhunderten hat man die Beobachtung gemacht, daß sich aus fossilen Kohlen brennbare Gase entwickeln. Der erste, der in größerem Maßstabe Versuche anstellte, war der Engländer William Murdoch, der 1792 sein Haus mit künstlichem Gase beleuchtete. Im Jahre 1801 stellte ein Franzose das Leuchtgas aus Holz dar. Seit dem Jahre 1814 wird das Gas zur Beleuchtung der Straßen in London, seit 1815 in Paris und seit 1826 in Berlin gebraucht.

Die Beleuchtung durch Leuchtgas unterscheidet sich von der Petroleum- und Kerzenbeleuchtung dadurch, daß das Gas nicht im Augenblick seiner Entstehung verbrannt wird, sondern daß es in Gasanstalten erzeugt wird, die vom Ort der Verbrennung oft weit entfernt sind. Es ist giftig

\*) Aus „Hauswirtschaftslehre“ von Hermann Laue. Verlag B. G. Teubner, Leipzig.



und gibt mit Luft gemischt ein explosibles Gemenge von gewaltiger Kraft. Seine Verwendung erfordert also große Vorsicht. Läßt man Leuchtgas aus einer weiten Röhre ausströmen, so brennt es trübe und rußt stark. Man verwendet deshalb Brenner mit sehr feinem Spalt (Schnittbrenner) oder sehr feinen Löchern (Rund- oder Ur-gandbrenner). Die ersteren bedürfen eines Zylinders nicht.

Auf der Verwendung des Bunsen-Brenners mit seiner nichtleuchtenden, aber sehr heißen Flamme beruht das Auer'sche Glühlicht, das die Schnitt- und Rundbrenner fast ganz verdrängt hat. Auer entdeckte im Jahre 1880, daß gewisse seltene Erden ein starkes Lichtausstrahlungsvermögen besitzen und benutzte diese Erfindung zur Herstellung des Glühlichts. Die nichtleuchtende Flamme wird dadurch leuchtend gemacht, daß ein in der Glühhitze stark leuchtender Körper, der Strumpf, hineingehängt ist. Der Strumpf besteht aus feinmaschigem Baumwollgewebe, das mit einer Lösung von 99 % Thorium und 1 % salpetersaurem Cerium getränkt ist. Werden die Gewebe geglüht, so verbrennt die Baumwolle; es bleibt ein leichtzerreibliches Gerüst von Metalloxyden übrig, das bei großer Hitze glüht und dann das helle Licht ausstrahlt. Das Gewebe hält bis zu 600 Brennstunden aus, wobei die Helligkeit allmählich abnimmt.

Gut gereinigtes Gas verbrennt zu Kohlen-säure und Wasserdampf; schlecht gereinigtes liefert noch andere, der Gesundheit schädliche Verbrennungsprodukte. Da ferner das Gas mit Luft gemischt ein äußerst explosibles Gemenge gibt, so sind gewisse Vorsichtsmaßregeln streng zu beachten. Macht sich Gasgeruch in einem Zimmer bemerkbar, so ist sofort jede Flamme aus dem Zimmer und allen damit verbundenen Räumen zu entfernen. Das Ableuchten der Gasleitung ist dann unbedingt zu unterlassen. Durch Öffnen der Türen und Fenster, besonders der oberen Flügel, ist für frische Luft zu sorgen. Der Haupthahn am Gasmesser ist sogleich zu schließen und die Gasanstalt zu benachrichtigen.

Fettgas, das vielfach zur Beleuchtung in Fabriken und Eisenbahnwagen benutzt wird, gewinnt man durch trockene Destillation von Fetten aller Art, Paraffinölen und Petroleumrückständen. Äthylen ( $C_2H_2$ ) ist ein schweres Kohlenwasserstoffgas, das mit heller Flamme brennt, aber recht gefährlich ist.

Zur Beleuchtung von Eisenbahnwagen gebraucht man jetzt vielfach ein Gemisch von 3 Teilen Fettgas und 1 Teil Äthylen. In neuester Zeit verwendet man auch sog. hängendes Gasglühlicht, das in seiner äußeren Form den elektrischen Glühlampen ähnelt.

Die Nachteile der Gasbeleuchtung bestehen hauptsächlich darin, daß das brennende Gas eine große Hitze entwickelt, die Luft verschlechtert und giftig ist. Diese Nachteile vermeidet das elektrische Licht.

### Haushalt.

**Reinigung von älterem Aluminiumgeschirr.** Jede Hausfrau weiß, daß die Aluminiumkochtöpfe nur mit heißem Wasser, Sand und dem Metallscheuerlappen gereinigt werden sollen; dabei ärgert sie sich vielleicht täglich über den Umstand, daß ältere, vielgebrauchte Kochtöpfe jedesmal schwärzlich anlaufen, wenn wieder Wasser darin gekocht wird. Man fülle einen solchen Topf mit frischem Wasser, setze ihn auf eine kleine Flamme und lasse das Wasser ganz langsam verdunsten. Mit gutem Deckel oder Calbor abschließen, hie und da nachsehen. Ist das Wasser fast ganz verdunstet, so findet man, daß der Topf ganz silberweiß geworden ist. Er läßt sich nun leicht ausreiben. Er ist weit weniger empfindlich als vordem, steht auch nach Gebrauch appetitlich aus und kann nun in der üblichen Weise gescheuert werden. 3.

Aluminium kann man mit der gleichen Leichtigkeit wie Weißblech einfach mit dem Lötkolben zusammenlöten, wenn man sich als Lot statt reinen Zinnes einer Legierung von 5 Teilen Zinn und 1 Teil Aluminium bedient.

Alte Kartoffeln bekommen beim Kochen leicht ein schwärzliches und dadurch ein unappetitliches Aussehen. Das Schwarzwerden alter Kartoffeln wird jedoch verhütet, wenn man dem zum Abkochen bestimmten Wasser ein paar Tropfen Essig zusetzt.

Schlechte, wässerige Kartoffeln, in denen das Stärkemehl nicht ausgebildet ist, kann man verbessern, wenn man sie, sobald sie fast

weich gekocht sind, vom Feuer nimmt, abgießt und ohne Wasser wieder aufs Feuer setzt, ohne den Topf zuzudecken. Die ihnen anhaftende Feuchtigkeit verdampft dann bald, während welcher Zeit man den Topf mit den Kartoffeln oftmals schütteln muß, damit der Inhalt nicht anbrenne, sondern trockne und schön mehlig werde.

**Mittel gegen den Hauschwamm.** Ein erfolgreiches Mittel gegen diese unangenehme Plage ist Petroleum. Pilzkrankes Holz bestreicht man mit Petroleum, es wird dasselbe von der Flüssigkeit leicht durchdrungen, der Pilz vollständig zerstört und so dessen weitere Entwicklung verhindert. Mit Mauerwerk kann man es ebenso halten; die an dem Gestein haftenden Pilze werden schwarz, lösen sich los und verwandeln sich in schwarze Fäden, welche dann absterben. Der Schwamm ist damit vollständig zerstört; seine größten Feinde sind Licht und Durchzug, sie vernichten ihn in wenigen Stunden.

**In Glas, Porzellan, Zifferblätter usw.** bohrt man Löcher mittelst Bohrer, Stichel oder Senker, indem man die zu durchbohrenden Stellen mit einer Mischung von 1 Teil Sauerkleesalz, 1 Teil rotem Sandelholz, beides pulverisiert, und 11 Teilen Serpentin-Essenz befeuchtet. Auf diese Weise lassen sich die größten Löcher durch die dicksten Glasplatten schnell und schön bohren.

### Rübe.

### Kochrezepte.

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

**Sauermilchsuppe.** 15 Gr. Mehl,  $\frac{1}{4}$  Liter Sauermilch,  $\frac{3}{4}$  Liter Wasser,  $\frac{1}{2}$  Eßlöffel Kümmel, Salz, 75 Gr. Brot. Das Mehl wird mit der Sauermilch oder Buttermilch glatt angerührt. Das Wasser wird zum Sieden gebracht, mit Salz und Kümmel gewürzt; nun läßt man das Teiglein einlaufen und kocht die Suppe eine Viertelstunde. Man richtet sie über fein geschnittenes Hausbrot an.

Aus „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt“, von M. u. L. Barth.

**Geschmorter Stöckfisch auf Venezianer Art.** Der Stöckfisch wird weichgekocht und die Gräten davon abgelöst. Dann läßt man in einer passenden Pfanne einige entgrätete Sardinen mit Öl und etwas Petersilie gut bräunen, fügt den zerkleinerten Stöckfisch bei und läßt alles zusammen noch ein wenig weiter schmoren. Das Gericht muß sehr heiß auf den Tisch kommen.

**„Springinmund“.** 500 Gramm mageres Kalbfleisch schneidet man in zwanzig kleine

fingerdicke Streifen, schlägt diese flach und bestreut sie mit Salz und Pfeffer. Auf jedes Scheibchen legt man ein halbes Salbeiblatt, auf dieses wieder ein Scheibchen fetten oder mageren Schinken und damit die drei Teile zusammenhalten, spießt man sie auf einen neuen hölzernen Zahnstocher. Sie werden in Butter und wenn möglich in einer kleinen Pfanne, die man „sauté“ nennt, gebraten. Man achte darauf, daß sie nicht zu lange auf dem Feuer bleiben, besonders nicht auf der Seite des Schinkens, da dieser nicht hart werden darf. Es ist dies ein einfaches und sehr gesundes Gericht.

Aus „Nicht nur Makkaroni“  
von Dr. V. Agnetti.

**Sauerkraut auf ungarische Art.** Auf 500 Gr. Kraut rechnet man zwei Löffel voll feingeschnittenen Speck, läßt ihn dunkelbraun braten, gibt das Kraut mit würfelig geschnittenem Rauchfleisch dazu, würzt kräftig mit Paprika, läßt weichdünsten, reibt eine rohe Kartoffel daran, läßt ihn damit 10 Minuten schwach dünsten, schmeckt mit Salz ab und reicht das Sauerkraut mit Kartoffelküchlein von gekochten Kartoffeln. Diese bereitet man aus 1 Kilo geriebenen Kartoffeln, Salz, wenig Muskatnuß und soviel Mehl, daß sich der Teig ballen läßt, formt davon kleine Klöße, drückt diese zu flachen Kuchen und bädert sie auf heißer Pfanne oder in einer Pfanne, die man nur mit Speckschwarte ausreibt. L.

**Gehobelte Bodenrüben.** 2 Stück große gelbe Bodenrüben (Unterkohlrahen) werden geschält, gehobelt, in Salzwasser weich gesotten und auf ein Sieb geschüttet. Dann werden in der Pfanne 2 Löffel Speckwürfel und eine geschnittene Zwiebel gelb geröstet, die abgetropften Rüben hinein gegeben und gebraten, bis sie durch und durch heiß und kräftig sind.

Aus „Bürgerliche Küche“  
von Frau Wyder-Zneichen.

**Quarkbrötchen.** 1 Cardelle,  $\frac{1}{2}$  Raffee-löffel Rapern, 1 Raffeelöffel Schnittlauch,  $\frac{1}{2}$  Raffeelöffel Tafelsenf, 3 Eßlöffel Rahm oder 30 Gr. Butter und 2 Eßlöffel Milch, 250 Gr. Quark. Der abgetropfte Quark wird durch ein Sieb gestrichen. Cardellen und Rapern werden fein gewiegt, der Schnittlauch fein geschnitten. Der Quark wird mit Cardelle, Rapern und Senf gut verrührt, mit dem Rahm vermischt und mit dem Schneebesen schaumig geschlagen. Verwendet man Butter, so wird diese zuerst zerlassen, schaumig gerührt und mit den übrigen Zutaten vermischt.

Aus „Die Milch und ihre Verwendung im Haushalt“, von M. u. L. Barth.

**Dörrzweischgenpudding.** 500 Gr. Dörrzweischgen, 400 Gr. Brot,  $\frac{1}{2}$  Liter Milch, 3 Eier, 50 Gr. Butter, 100 Gr. Zucker, Zitronenschale, Zimt. Das Brot wird recht fein ge-



geschnitten, in der heißen Butter ein wenig geröstet und mit lauer Milch angefeuchtet. Die Eier zerquirlt man mit wenig Milch, rührt Zucker, Zimt und das Abgeriebene von 1 Zitronenschale dazu und mischt alles zu dem Brot. Die Tags zuvor gewaschenen, mit  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser eingeweichten Zwetschgen werden schnell aufgekocht, entsteint und samt Saft ebenfalls in die Brotmasse gerührt. Ist alles gut durcheinander gearbeitet, so wird die Masse in eine gut mit Butter bestrichene, mit Mehl ausgestreute Form gefüllt und 2 Stunden im Wasserbad gekocht oder  $1\frac{1}{2}$  Stunden im schwach geheizten Ofen gebacken. Man kann auch mehr Eier dazu verwenden und das Eiweiß zu Schnee schlagen.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

**Rümmelkuchen.** Zeit 1 Stunde. 20 Gr. Rümmel, Salz, 100 Gr. frische Butter, 300 Gr. Teig. Blätterteig oder geriebener Teig wird mit Rümmel und ganz feinem Salz bestreut. Es empfiehlt sich, den Teig da und dort mit einer Gabel zu stechen, damit er weniger blasig wird. Die Butterbröcklein werden in regelmäßigen Abständen darauf verteilt und der Kuchen in mäßiger Hitze gebacken. Rümmelkuchen ist sehr beliebt zum Thee.

Aus „Grilli in der Küche“.

**Eieröhrli.** Etwa 6 frische Eier, 2 bis 3 Löffel voll saurer Rahm und 2 Kaffeelöffel Salz werden zusammen tüchtig gerührt und so viel Mehl hinein gearbeitet, als die Eier annehmen und bis der Teig nicht mehr klebt. Davon werden Stücke abgeschnitten in der Größe eines kleinen Apfels, diese rundlich geformt, dann möglichst dünn ausgewallt und in einer kleinen Pfanne in heißem Fett heraus gebacken, gut abgetropft und am besten frisch serviert. Hat man keinen Rahm, so kann zerlassene Butter verwendet werden.

Aus „Bürgerliche Küche“ von Frau Wyder-Jneichen.

**Fastnachtskrapfen (Wallenstädterrezept).** Man macht einen Teig wie zu Eieröhrli und wällt ihn dünn aus. Dann bereitet man eine Fülle von gesottenen Dürnbirnen und eben solchen Zwetschgen oder Apfelschnitzen, die man durch eine Hackmaschine treibt, oder mit dem Wiegemeßer fein zerwiegt. Feingewiegte Nußkernen werden ebenfalls darunter genommen und das Ganze würzt man mit Zucker und Zimt und etwas alkoholfreiem Rotwein. Den Teig teilt man in zwei Hälften, bestreicht mit der Fülle die eine davon und deckt mit der andern Hälfte zu. Nun brückt man schräge Vierecke ein, schneidet sie mit dem Kuchenrädchen ab, bäckt diese Krapfen in schwimmendem Fett und bestreut sie mit Zucker.

Aus „Bruschga“ von Frau Wiget-Thoma.



## Krankenpflege.

**Was der Hausarzt sagt.** Viele Menschen müssen stundenlang die heftigsten Schmerzen erdulden, bis der oft weit wohnende oder gar gerade abgerufene Arzt als Erlöser erscheint. Manche wieder können sich z. B. bei Gliederreizen oder Nervenschmerzen gar nicht entschließen, zum Arzte zu gehen, sondern hoffen immer noch selbst auf eintretende Linderung und quälen sich damit unnötig. Allen kann geholfen werden durch folgende einfache, schmerzstillende Mittel, von denen einige jederzeit auch im kleinsten Haushalt ausführbar sind.

**Trockene Hitze.** Kranke Tiere legen sich instinktiv in die Sonne und geben uns damit ein gutes Beispiel zur Nachahmung. Namentlich bei Nervenschmerzen bildet das Sonnenbad ein ausgezeichnetes Mittel. Wirkksam ist auch die vom Ofen oder von einer großen Lampe ausstrahlende Wärme.

Bei Zahnschmerzen halte man die schmerzende Stelle (Wange), dünn bedeckt mit dem Taschentuch, unmittelbar an den warmen Kachelöfen.

**Heißer Umschlag.** Man braucht hierzu heißes Wasser, so heiß, als es vertragen wird und ein reines Tuch oder Watte. Dieses taucht man in das heiße Wasser und legt es auf die verletzte Stelle. Der heiß. Umschlag leitet das Blut zur Haut und setzt die Empfindlichkeit herab, wirkt also schmerzstillend. Von günstiger Wirkung ist er nicht nur bei leichtereren Verletzungen, wie sie täglich vorkommen, sondern ganz besonders bei Verstauchungen, Verrenkungen und Quetschungen.

**Heiße Waschungen.** Ein Schwamm wird in heißes Wasser getaucht, ausgebrückt und die Oberfläche der schmerzenden Stelle sanft damit überstrichen. So kann man sehr hohe Hitzegrade vertragen; je größer aber die Hitze, um so besser der Erfolg. Dies Mittel ist besonders wirksam bei Nervenschmerzen, Hüftweh (Ischias), Hergenschuß.

**Heißes Fußbad.** Durch allmähliches Zugießen von heißem Wasser steigert man die Temperatur bis zum höchsten erträglichen Grade. Das Wasser muß weit an den Unterschenkeln hinaufreichen. Dieses Mittel hat sehr gute Wirkung bei heftigen Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Ohrenreizen, Augenentzündungen und Nasenbluten.

**Feuchter Umschlag.** Auf den schmerzhaften Teil kommt ein feuchtes Tuch, darauf ein wasserdichter Stoff und dann mehrere Schichten Flanell oder Wolle. Der Umschlag wird rasch warm und behält die Temperatur lange Zeit hindurch, Sehr wirksam z. B. bei Schmerzen und Entzündungen des Halses.

Diese einfachen Mittel sind in jedem Haushalt leicht und ohne Kosten anwendbar und tun bei allen Schmerzanfällen ihre Schuldigkeit in ganz überraschender Weise. Dr. Sch.

### Kinderpflege und -Erziehung.

„Wie sollen die Kinder gebadet werden, damit sie möglichst Vorteil davon haben?“ so fragte mich schon manche Mutter. Auch andere mit der Kinderpflege betrauten Frauen und Töchter sind darüber im Zweifel, ob das Kind zuerst eingeseift werden und dann im Wasser pantschen soll oder umgekehrt. Ich habe gefunden, daß es richtiger ist, zunächst den Körper 5—6 Minuten mit dem leicht mit Borax versetzten Wasser umspülen zu lassen, ihn dann kräftig schnell abzuseifen, wobei das Kind wenn möglich, die einzelnen Glieder aus dem Wasser streckt. Dann soll es noch etwa 2 Minuten darin zubringen. Außerordentlich wohltuend wird es vom Kinde stets empfunden, wenn es im Wasser stehend mit vollem Guß über die Schultern, etwa 2° kühler als das Badewasser überspült wird, wodurch sich die Poren wieder schließen. Dr. Schöner.

### Gartenbau und Blumenkultur.

Der Hausgarten sei im Februar schon der besonderen Beachtung der Hausfrau empfohlen. So sind die Beete zur Märzansaat jetzt vorzubereiten und für den frühen Bedarf in der Küche die ersten Aussaaten vorzunehmen. So können z. B. Spinat, Gartenzwiebel, Petersilie, Feldsalat und Gartenkresse, Salat und Karotten, sowie die Küchenkräuter, Thymian, Salbei, Portulak, Kerbel und Lavendel gesät werden. Auch die ersten Erbsen und Puffbohnen sind schon im Februar zu säen, vorausgesetzt, daß der Garten recht geschützt und in mildem Klima liegt. Wo Mistbeete vorhanden sind, müssen diese öfter entgegen der Luftströmung stundenweise geöffnet werden. Weiter kann Jauche auf das Land gebracht, überhaupt die notwendige Räumungsarbeit in Vorbereitung des Gartens für den kommenden Monat schon jetzt vorgenommen werden. Dazu gehört auch das Instandsetzen der Gartengeräte, der Gießkanne und Eimer, Körbe und Karren, damit später keine wertvolle Zeit daran verwendet werden muß. A. J.

Das Umtopfen der Zimmerpflanzen ist eine der wichtigsten Bedingungen zu ihrem Gedeihen und muß in den ersten Vorfrühlingsmonaten vorgenommen werden, wenn sich an ihnen neue Triebe zeigen. Auch alle im Keller überwinterten Pflanzen bedürfen sowohl neuer Töpfe, wie neuer Erde, wenn sie von neuem

üppig treiben und uns im kommenden Frühjahr und Sommer mit ihrem Blütenflor erfreuen sollen. Wer keine genaue Kenntnis der notwendigen Erdmischung hat, welche die verschiedenen Pflanzen benötigen, der lasse sich diese, unter genauer Angabe der Arten, für die sie bestimmt ist, beim Handelsgärtner mischen. Doch gedeihen die meisten Sommerpflanzen in einer Mischung von Mistbeeterde, Lauberde, gut ausgewaschenem Flußsand und altem, verrottetem Lehm. Ehe man diese in die Töpfe bringt, reinige man sie durch Ab-schaben und -bürsten innen und außen von jeglichem Unsat, spüle sie gut aus (ganz alte Töpfe lasse man wässern und schließlich an der Luft trocknen) ehe man sie weiter benutzt.

Man vermeide es, die neuen Töpfe viel größer als die alten zu nehmen, da sonst die Pflanzen nur schwer darin Wurzelhaft bekommen. Die beste Größe ist jene, fast im Durchschnitt für jede Pflanze passend, die den alten Topf enganliegend umschließt. Nachdem man zunächst das Ablaufloch mit einem Stück Scherben oder Kieselstein bedeckt hat, bringt man zunächst fingerhoch Erde hinein, und hält dann die Pflanze so hoch über den Topfrand, daß dieser mit Erde gefüllt, noch einen Stiehraum von mindestens einem Zentimeter behält und die obersten Wurzeln fingerhoch mit Erde bedeckt sind. Nachdem man die Erde ringsum ziemlich fest angeedrückt hat, wobei man die Wurzeln möglichst in ihrer Lage läßt, (zuvor mußten sie selbstredend wenn notwendig, verkürzt werden) gießt man die Pflanzen mit lauem Wasser gut an und stellt sie im geheizten Zimmer ans Fenster, damit sie bald kräftig von neuem treiben. Auch die Laubkrone wird, wenn nötig zurückgeschnitten und wöchentlich einmal mit lauem Wasser bestäubt. J.

### Frage-Ecke.

#### Antworten.

16. Versuchen Sie das gewöhnliche Brot zu genießen, wenn es 1—2 Tage alt ist; es liegt weniger schwer auf dem Magen und ist auch gesunder. Das „Bähen“ des Brotes macht dieses auch verdaulicher; machen Sie auch damit eine Probe. n.

17. Aluminiumgeschirr putzt man leicht und billig mit Seifensand „Blitzblank“. E. G.

17. Meine Aluminiumpfannen &c. reinige ich meistens mit Blitzblank oder mit dem Putzmittel „Edelweiß“ à 30 Cts. das Paket. Wenn Sie solches nicht erhalten können, so will ich es Ihnen gerne besorgen. Meine Adresse liegt auf der Redaktion.

Abonnentin in B.



18. Ein besonderes Kochbuch für Mehlspeisen ist mir nicht bekannt. Sie werden vielleicht durch das Vestalozzianum Zürich auf die Spur eines solchen geführt. Das „Gritli in der Küche“, das Sie durch den Verlag des Frauenheims beziehen können, enthält eine schöne Anzahl guter Mehlspeisen und Backwerk aller Art. W.

19. Die Kochliste, genannt „Ökonom“, erhalten Sie bei Ganter & Cie., Weinplatz, Zürich. Ich bin schon drei Jahre im Besitz des „Ökonom“ und möchte nicht mehr ohne diesen sein. Er ist die praktischste und einfachste Kochliste, die ich schon gesehen habe. Von besonderem Vorteil ist, daß man die Speisen nicht wie bei anderen Kochlisten schon am Morgen einfüllen und das Essen 3–4 Stunden darin lassen muß. Ich berechne immer die Zeit für das zu kochende oder bratende Fleisch, in der Zeit ja auch alles Gemüse gar wird. Dann muß man die Speisen nicht vor-kochen, sondern nur bis zum kochen bringen, und das Fleisch anbraten. Das Backen im Ökonom geht sehr gut und schadet ihm durchaus nicht. Topfkuchen, Aufläufe und Boddinge werden vorzüglich darin. Auch sterilisiere ich viel im Ökonom; es gibt einen besonders hohen Topf hiefür, den man aber extra kaufen muß. Anleitung zur Handhabung des Ökonoms gibt ein besonderes Kochbuch. Zu all den Vorteilen inbezug auf das Kochen und Braten, welche der Ökonom der Hausfrau bietet, ist er, weil ganz Aluminium (es gibt auch solche in Email) eine schöne Rükchenziederde und nimmt wenig Platz ein. Ich kann diesen Selbstkocher in jeder Hinsicht bestens empfehlen.

Eine Abonnentin.

19. Der „Ökonom“ ist in allen Teilen sehr empfehlenswert. Er bädert und brätet ausgezeichnet und spart hauptsächlich Zeit, auch Gas. Der Apparat kann auch durch vielen Gebrauch nicht leiden, höchstens werden die beiden Abbestringe, die man in den Apparat schiebt, um keinen luftleeren Raum zu bekommen, ein bißchen unansehnlich. Nachteile weiß ich keine anzuführen, obschon ich den Apparat bald drei Jahre und fast täglich brauche. Der Ökonom ist deutsches Fabrikat; der Bezug wird gegenwärtig etwas schwierig sein. M. Z.

20. Wenn Sie in einen Liter kochendes Wasser einen Theelöffel gutes Serpentin gießen und diese Flüssigkeit in ein Zimmer oder Vestibül stellen, erfüllt sie den Raum mit herrlichem Tannenduft. Der Duft ist sehr gesund und desinfiziert dabei noch die Luft.

Nach C. Pazens ausgezeichnetem Ratgeber für die Hausfrau vielfach erprobt von

M. Z.

20. Es wäre vielleicht gut, wenn das Holzwerk der Wohnung frisch mit Ölfarbe gestrichen würde. Anfanglich stört der Ölfarben-

geruch, aber er erfrischt doch die Zimmerluft. Das Klopfen der Polstermöbel, die oft mit der Zeit muffig riechen, sollte in der Weise geschehen, daß ein feuchtes, gut ausgerungenes Tuch darauf gelegt und so geklopft wird. Der Staub wird durch die Feuchtigkeit aufgesaugt und die Möbel verlieren den unangenehmen Geruch. R.

21. Reiben Sie das Glätteisen, bevor es auf das Gasfeuer kommt, recht trocken ab, voraussichtlich wird es dann nicht mehr anlaufen. L.

22. Hagebuttenthee muß lange kochen, je nach Quantum 15–25 Min. Sie können ihn gut vorkochen und im Selbstkocher weiter ziehen lassen. Ich kochte jeweilen wenig gut durch und schüttete dann zum Verdünnen vor dem Anrichten noch heißes Wasser dazu. R.

22. Hagebuttenthee. Kaufen Sie zu den Kernen einige Schalen, spülen diese lauwarm ab, geben sie in laues Wasser aufs Feuer, lassen aber den Thee nur bis zum Siedepunkt kommen, hernach, ohne zu decken, 1–2 Stunden auf der warmen Herdplatte ziehen. Er wird eine sehr schöne Farbe haben und kann leicht, ohne Schaden am guten Geschmack zu nehmen, aufgewärmt werden. E. G.

22. Da ich sehr viel Hagebuttenthee trinke, da derselbe bei vorhandenen Nierenleiden heilsam wirkt, so möchte ich Ihnen gerne mitteilen, wie ich denselben zubereite. Auf etwa 1 Liter Wasser nehme ich eine kleine Hand voll Kernen und koche sie mindestens  $\frac{1}{2}$  Stunde. Je länger man den Thee kocht, je besser und roter wird er und hat einen angenehmen Geschmack. Probieren Sie einmal.

Frau H. B. in B.

### Fragen.

23. Ich möchte anfragen, wie man selbst Seife zubereiten kann, wenn viel Abgangsfett, sog. Anschlitt vorhanden ist. Frau E. B.

24. Sind gewisse Gemüsesorten für die Sterilisation besonders geeignet oder müssen einzelne bei der Aussaat in der Wachstums- und Erntezeit besonders behandelt werden, um sich als Einmachgemüse später ganz gut zu bewahren? Für guten Rat dankt Hausfrau auf dem Lande.

25. Ist die Kaninchenzucht wirklich lohnend und kann sie ohne Vorkenntnisse betrieben werden? Was für Bücher oder Zeitschriften geben gute Anleitung dazu? R.

### 3 Fr. täglich und mehr

ohne Berufsstörung für Personen beiderlei Geschlechtes durch leichte, häusliche, schriftliche und gewerbliche Arbeiten nebenbei zu verdienen. Viele Dankschr. Näh. gratis durch Postfach Fil. Bahnhof 17901, Zürich. Abtlg. 6. (H 612 Z)