

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

Band: 23 (1916)

Heft: 13

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. 13. XXIII. Jahrgang

Erscheint jährlich in 26 Nummern

Zürich, 17. Juni 1916.

Das Glück, kein Reiter wird's erjagen,
Es ist nicht dort und ist nicht hier;
Lern überwinden, lern entsagen,
Und ungeahnt erblüht es dir. Fontane.



Zeitgemäßes Backwerk.

(Nachdruck verboten.)

Es gibt eine Menge billiger Kuchenarten, die, frisch zubereitet, sehr gut schmecken und auch trotz der Erhöhung der Preise aller Zutaten nicht zu teuer kommen.

Bei jedem Kuchen kann man an Weizenmehl sparen, indem man es mit mindestens der Hälfte Kartoffelmehl vermischt, wodurch das Mehl überdies bedeutend weißer, aber nicht so teuer wird. Man vergrößert dabei seinen Vorrat an Mehl auf das Doppelte, man spart also an Weizenmehl und kann es noch zu andern Zwecken verwenden. Einschalten möchte ich hier noch, daß man dieses gemischte Mehl auch sehr gut zu allen Arten Mehlspeisen, wie Eierkuchen, Klößen, Nudeln u. s. w. verwenden kann, es beeinträchtigt durchaus nicht den Geschmack und setzt das Gelingen ebenfalls nicht in Frage; weiter ist zu beachten, daß es ausgiebiger ist, da Kartoffelmehl mehr quillt, man muß deshalb immer etwas weniger Mehl als sonst verwenden.

An Stelle der Eier kann man hier und da Ei-Ersatzpulver verwenden. Sie erfüllen alle ihren Zweck, soweit ich sie ausprobiert habe. Es wird zwar niemand

verlangen, daß diese Pulver einen großen Nährwert enthalten, wenn der Ersatz für 4—5 Eier weniger kostet als ein einziges Ei. Die Hauptsache ist, daß ein derartiges Pulver denselben Erfolg wie das Ei an und für sich erzielt, und das ist der Fall. Zur Verwendung bei ausgesprochenen Eierspeisen, wie Rührei und dergleichen, empfiehlt es sich nicht, für Spiegeleier, Eier auf Butter ist es auch nicht zu gebrauchen, aber bei allen Gerichten, bei denen man das Ei mit Milch und Mehl zusammen verwendet, erfüllt es seinen Zweck. Außerdem gehen die Ansichten der Ärzte und Nahrungsmittelchemiker über den Nährwert des Eies bekanntlich sehr auseinander. Zudem soll die aufgenommene Nahrung nicht nur Nährstoffe enthalten, sondern auch Füllmittel, denn der Magen würde unmöglich alle Nährstoffe verarbeiten können, wenn alle Speisen nur aus solchen beständen; scheidet er ja bei unseren Durchschnittseßern schon sowieso viele nicht verarbeitete Nährstoffe aus. Bei Krankenkost und Gebäck für Kranke und Genesende kann natürlich Ei-Ersatzmittel nicht in Frage kommen.

Um weniger Butter zu verwenden, als in den Kuchenvorschriften angegeben ist, benutze man statt Milch Rahm, den man leicht gewinnen kann, indem man einige Tage hintereinander die oberste Schicht von der Milch abschöpft, nachdem diese einige Stunden gestanden hat. Im Winter hält sich der Rahm einige Tage vorzüglich, im Sommer schadet es auch nicht,

wenn er einen „Stich“ hat. Außerdem verlieren die meisten Kuchen durch eine Kürzung der vorgeschriebenen Buttermenge gar nichts, der Kuchen wird etwas leichter, hält sich nicht so lange, aber nicht zu altbacken verzehrt, schmeckt er sehr gut zum Kaffee. Allerdings muß man dann beim Kuchenteig etwas mehr Milch nehmen, um die gleiche Masse zu erhalten, sonst würde man nur die Kuchenmenge und nicht die Güte verringern.

Wir kommen nun zu den Gewürzen, bezw. Geschmackszutaten. Mandeln, Korinthen, Sultaninen usw. steigen im Preise. Suchen wir nach Ersatz für die Mandeln, so finden wir solchen in den Pflaumen- und Pfirsichkernen. Bei einiger Übung geht das Aufklopfen der harten Kernschalen schnell von der Hand. Pfirsichkerne kann man entbittern, indem man sie 24 bis 48 Stunden in Wasser legt, sonst entsprechen sie den bitteren Mandeln und sind wie diese mit Vorsicht zu gebrauchen. Statt der süßen Mandeln verwende man Haselnüsse, die natürlich einen etwas anderen Geschmack geben, der aber nicht unangenehm ist. Auch Nüsse kann man als Würze bei Kuchen verwenden, sie geben einen sehr feinen Geschmack. Einen Ersatz für Sultaninen haben wir in getrockneten Pflaumen (Zwetschgen) und man braucht hierzu nicht erste Qualität zu nehmen, die billigeren Sorten genügen. Man weicht die Pflaumen ein, wirft sie nach Entfernung der Haut in eine kochende Zuderlösung ($\frac{1}{4}$ Liter Wasser, 250 Gr. Zucker, etwas Zimt), läßt sie kochen, abtropfen und trocknet sie auf einem Blech im Ofen. Vor Gebrauch schneidet man sie in Stücke, die der Größe von Sultaninen oder Korinthen entsprechen.

Von einem viel empfohlenen Ersatzmittel möchte ich gleichfalls noch sprechen: dem Maismehl. In Friedenszeiten kaufte man es als Maizena in 250- oder 500-Grammpackungen zur Bereitung von feinen, süßen Kuchen oder Torten. Dieses Mehl war vollständig weiß, sehr fein, fast wie Puder, und im Preis entsprechend hoch. Seit Kriegsbeginn erhält man ein bil-

ligeres Maismehl, das gelb ausfällt und ziemlich grob ist. Daraus hergestellte Kuchen haben stets einen etwas bitteren, nicht jedermann zusagenden Geschmack und bröckeln auch leicht. Das halte aber keine Leserin ab, selbst einen Versuch zu machen.

Einen sehr guten „Finger Kuchen“ der sich vorzüglich zum Verschenken eignet, da er je älter, desto besser schmeckt, stellt man auf folgende Weise her: Man bereitet aus 250 Gr. Mehl, 90 Gr. Zucker, 60 Gr. Butter, 60 Gr. Mandeln, 25 Gr. Sultade und kandierter Pomeranzenschale (fein gehackt), etwas Zimt, Nelken, 2 Eiern einen festen Teig, den man tüchtig durcharbeitet und dann $\frac{3}{4}$ der Masse auf einem Backblech austreibt. Nun bestreicht man ihn mit Mus, Marmelade oder Gelee, macht aus dem zurückbehaltenen Teig ein Gitter über den Kuchen und läßt ihn langsam braun backen. Wirklich schmackhaft ist der Kuchen erst nach etlichen Tagen; er hält sich sehr lange.

Weiter eignet sich zum Verschenken für Soldaten ein Kuchen, der dem Honigkuchen sehr ähnelt. Je älter, desto besser! Aus 500 Gr. Mehl, 250 Gr. Apfelvee, etwas Zitrone und zwei gehäuften Eßlöffeln Zucker bereitet man mit $\frac{1}{4}$ Liter starkem schwarzen Kaffee und 1 Paket Backpulver einen Teig, den man $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Stunden backen läßt.

Eine sehr nahrhafte Liebesgabe bereitet man aus Hafer- bezw. Gerstenclocken. 125 Gr. Butter oder Margarine wird mit ebensoviel Zucker tüchtig gerührt, mit etwas Vanille und Zitrone gewürzt und unter stetem tüchtigen Rühren mit ungefähr 500 Gr. Clocken vermischt, so daß man einen möglichst festen Teig erhält. Man sticht nun mit einem Kaffeelöffel kleine Häufchen nach Art der Makronen aus und bäckt sie auf einem Blech bei mäßiger Hitze hellbraun. Man tut gut, zuerst mit einigen einen Versuch zu machen; laufen sie in die Breite, wenn sie im Ofen stehen, so muß der Teig noch fester gemacht werden. Am besten läßt man die Plätzchen auf dem Blech auskühlen, da sie sonst leicht beim Abnehmen brechen.

Am besten verwahrt man sie in Blechbüchsen, sie ähneln den Maikronen, sind aber leichter verdaulich als diese mit ihrem starken Mandelzusatz. Da die Plätzchen durch den Zusatz von Haferflocken einen sehr hohen Nährwert haben, sind sie auch für Kinder zu empfehlen.

Mit Maismehl bereitet man einen Kuchen unter Zusatz von gleichen Teilen Zucker und Fett und Ei. Auf 250 Gr. Mehl rechnet man je 250 Gr. Gewürz nach Geschmack. Man rührt die Masse 15–20 Minuten ohne und weitere 5 Minuten mit dem Mehl. In einer Kuchform backt man den Kuchen langsam braun.

Einen anderen billigen Kuchen bereitet man aus 250 Gr. Zucker, die man mit 4–5 Eigelb schaumig rührt, 160 Gr. unabgezogene geriebene Mandeln darunter mischt, Gewürz nach Belieben, etwas Zitronen hinzusetzt und unter die Masse 500 Gr. tags zuvor gekochte und geriebene Kartoffeln und den steifgeschlagenen Schnee der Eier zieht. Der Kuchen muß bei mäßiger Hitze ungefähr eine Stunde backen.

Einen sehr guten Kartoffelkuchen bereitet man, indem man für 5 Ets. Hefe in möglichst wenig Milch aufgelöst und mit Mehl vermischt, gehen läßt, dann fügt man ungefähr 1 Kilo tags zuvor gekochte und geriebene Kartoffeln, Ei, Zucker und Gewürz nach Geschmack hinzu und knetet so viel Mehl darunter, daß ein fester Teig entsteht, den man möglichst dünn ausrollt. Nachdem er nochmals gegangen ist, backt man den Kuchen schön braun, bestreicht ihn noch warm mit Butter und bestreut ihn mit Zucker und Zimt. Man kann ihn aber auch statt mit Butter und Zucker mit Honig bestreichen. Am besten schmeckt dieser Kuchen, wenn er noch etwas warm ist, man kann ihn auch vormittags backen und ihn vor dem Essen nochmals kurze Zeit in den warmen Ofen schieben. A. R.



Alle Kraft des Menschen wird erworben durch Kampf mit sich selbst und Überwindung seiner selbst.

Fichte.

Nützliche Insekten für Landwirtschaft und Obstbau.

Aus Schweiz. Zeitschrift für Obst u. Weinbau.

Nicht nur die Vogelwelt leistet für unsere Landwirtschaft und Obstkulturen einen unberechenbaren Nutzen, sondern auch die kleinsten Insekten können uns in verschiedener Hinsicht schätzungswerte Dienste erwiesen. Hinsichtlich der Insekten herrscht fast überall die Meinung, fast alle seien bloß zur Plage und zum Schaden erschaffen; wir geben aber hier mehrere Insekten an, die von großem Nutzen sind. Der grüne, der purpurfarbene und der schwarze Sandkäfer finden sich häufig auf Wegen und trockenem Boden. Sie nähren sich von andern Insekten. Der goldige, der goldglänzende, der violette, der lederartige, der geschnäbelte, der gekrönte, der schwarze Lauffäher, alle diese laufen nur, sind sehr räuberisch, töten Maikäfer, Schnecken, Würmer, viele kleine Insekten, und auch die Larven sind nützlich. Der große Raupen- oder Puppenjäger, der kleine, der schwarze Raupenjäger leben in Gärten und Wäldern, laufen auf Bäume und reinigen sie von Raupen und Puppen. Der schwarze, rotflügelige Raubkäfer und der einer großen Ameise gleichende, mit roter Brust versehene Ameisenkäfer verzehren schädliche Insekten. Ebenso nützlich sind die auf Kräutern vorkommenden braunen, schwarzschwänzigen, blassen und schalenartigen Schneekäfer. Blattlausfresser sind der siebenpunktete, der zweipunktete und der doppeltzweifledige Blattlauskäfer (Frauen- und Herrenlobel). Der gemeine Roßmistkäfer und der schwarze Kuhmistkäfer sind unschädliche Tiere. Von den nützlichen Nektarfliegern nennen wir die Skorpionfliege, die Kamelhalbsfliege, den gemeinen Ameisenlöwen, die gemeine Wasserjungfer, die vielfledige große Wasserjungfer, die Zangenwasserjungfer. Alle fangen im Fluge eine Menge Insekten. Auch ihre Larven leisten den gleichen Nutzen. Ferner gibt es eine Anzahl Wespen; man nennt sie aber Schlupfwespen, und sie sehen etwas anders aus

als die gewöhnlichen Wespen, welche nützlich sind. Die gemeine Wegwespe mit rotem Hinterleib auf sonnigen Wegen, die gemeine Sandwespe auf warmem Sand und die gemeine Schnabelwespe vertilgen besonders Fliegen und Raupen; mit letztern ernähren sie ihre Brut. Die Schlupfwespen sind an ihrem oft sehr langen Legestachel, an ihren langen Beinen, großen geaderten Flügeln und langen Fühlern leicht kenntlich. Sie legen vermittelft des Legestachels ihre Eier in die Larven und Puppen schädlicher Insekten, die dadurch getötet werden, indem sich die Maden von diesen angestochenen Tieren ernähren.

Die gemeine Rotwanze der Stuben nährt sich von allerhand lästigen und schädlichen Insekten. Der gemeine Wassertreter läuft auf dem Wasser herum, wo er auf Fliegen und Mücken Jagd macht. Die hornußartige, die gemeine Raubfliege und die Schnepfensfliege fangen im Fluge oder auf Getreideähren schädliche Insekten weg. Die Blattlausmücken oder mehr noch ihre Maden fressen Blattläuse, Feldspinnen, Kellerspinnen, Kreuzspinnen. Die Weberknechte (Zimmermann genannt) machen sich durch Vertilgung von schädlichen und lästigen Insekten sehr nützlich. Der einzige Schaden und die Plage für die Hausfrauen besteht darin, daß sie mit ihren Nagen die Zimmer und Gänge zieren und die Pflanzen überspinnen.

Wunderbar hat der Schöpfer für alle seine Geschöpfe gesorgt; alle finden Nahrung und sind dazu bestimmt, einander zu dienen.

Haushalt.

Das Reinigen von Goldwaren. Selbst die teuersten echten, goldenen Ringe und Ketten müssen von Zeit zu Zeit einer Reinigung unterzogen werden und es ist durchaus falsch, wenn man das aus Angst, man schade dem Gold, unterläßt. Gerade in die Glieder einer Kette setzt sich leicht Staub und Schmutz an und raubt ihr das vorteilhafte Aussehen. Die einfachste Reinigung geschieht mit lauwarmem Wasser und Seife, indem man die Uhrkette mit einer weichen Bürste gut abscheuert. Man

achte aber darauf, daß man zur Wäsche eine gewöhnliche, weiße Seife nimmt, weil die wohlriechenden und teuren Seifen vielfach Schwefel enthalten, wodurch das Gold leicht anlaufen kann. Man kann in das Wasser auch einige Tropfen Salmiak (aber nur einige Tropfen) gießen, und nun wird die Kette in dem Seifenschaum gründlich gewaschen. Ist das geschehen, so spült man sie unter der Wasserleitung ab und gießt zum Schluß noch ein wenig Spiritus darüber. Der Spiritus nimmt die letzten Fetteilchen, die die Seife vielleicht hinterlassen hat, weg. Dann trocknet man die Kette in reinen Sägespänen oder mit einem sauberen Leinentuche sorgfältig ab.

Ringe mit Steinen kann man ebenso reinigen, nur empfiehlt es sich, den Stein nicht allzulange dem Wasser auszusetzen. Man tut daher gut, diesen zwischen Daumen und Zeigefinger festzuhalten und nun erst den Ring zu waschen. Mit einer Bürste fahre man niemals über Perlen oder Brillanten, einmal kann sich die Fassung lockern und zum andern kann der Stein beschädigt werden. Bei besonders kostbaren Stücken ist es daher ratsam, die Reinigung einem Juwelier zu übergeben; bei einfachen Goldketten kann man sich diese Ausgabe ersparen. Tr.

Seidengaze. Es lohnt sich in vielen Fällen, Seidengaze zu waschen. Sie wird in lauwarmem Seifenwasser gut ausgedrückt, jedoch nicht gerieben, in reinem Wasser ausgeschwenkt, in Gelatinewasser gesteift und auf ein weißes Tuch mit Stednadeln gespannt. Sie trocknet in wenigen Minuten. Will man sie plätten, so muß Seidenpapier aufgelegt werden.

Weiße und farbige Musselinkleider dürfen niemals mit Stärke gesteift werden, sondern mit weißer Gelatine, von der auf ein großes Kleid vielleicht 15–20 Blatt, in entsprechend viel Wasser aufgelöst, genügen. Nach dem Trocknen werden die Kleider eingesprenzt und nicht zu heiß gebügelt.

Das Einfädeln der Nadeln, auch beim Maschinennähen, ist für Schwachsichtige oft eine harte, aufhaltende Arbeit. Wesentlich erleichtert wird sie, wenn man etwas weißes Papier oder hellen Stoff hinter das Nadelöhr hält.

Nägel in hartes Holz einzuschlagen. Man verhindert, daß Nägel, die man in hartes Holz einschlägt, frumm werden dadurch, daß man die betreffenden Nägel vorher mit Wachs bestreicht.

Maun ist ein sicheres Vernichtungsmittel allen Ungeziefers. Wanzen verschwinden sofort, wenn man die Wände, Bettstellen usw., worin sie nisten, mit einer kochenden Maunlösung bestreicht; sie kehren nie mehr an diesen Ort zurück.



Küche.

Kochrezepte.

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

Gemüserestensuppe. Reste von Gemüsen werden zerschnitten oder durch ein Sieb gestrichen, je nach der Menge der Resten dämpft man einige Löffel Mehl in Fett, gibt die Gemüse dazu, rührt noch einigemal um, löscht mit Wasser ab und läßt die Suppe unter fleißigem Rühren zum Kochen kommen. Man kann die Suppe mit Maggi-Würze würzen, auch kann man statt Mehl 1–2 Maggi-Würfel damit kochen. Natürlich müssen alle Speiseresten möglichst frisch verwendet werden.

Fleischknöpfli. Je 100 Gr. Rind-, Kalb- und Schweinefleisch, 250 Gr. Brot, welches eingeweicht und ausgedrückt wird, und eine Zwiebel werden fein gewiegt, mit einem Ei, Salz, gehackter Petersilie gut gemengt. Diese Masse wird in nußgroße Knöpfli geformt, in kochendes Salzwasser gelegt und herausgenommen, wenn sie oben auf schwimmen. Sodann wird in einer Pfanne 1 Löffel Mehl in Fett gedünstet, mit einer Tasse Knöpfli-brühe aufgelöst, 1 Lorbeerblatt und einige Löffel Essig zugefügt, $\frac{1}{4}$ Stunde gekocht und über die Knöpfli angerichtet.

Aus „Was koch ich morgen?“

Linsenbraten. 250 Gr. Linsen, 1 Liter Wasser, 75 Gr. Küchenkräuter (bestehend aus Zwiebeln, Knoblauch, Petersilie, Majoran, Selleriegrün), 2 Eier, 100 Gr. gedörrtes, geriebenes Brot, 1 Prise Muskat, Salz, 150 Gr. Fett. Dieses Gericht reicht für 5–6 Personen und ist auch kalt wohl schmeckend. Die gereinigten Linsen werden am Abend vorher mit lauem Wasser eingeweicht und andern Tags in demselben mit Salz 2 Stunden zugedeckt gekocht, abgeseiht und tüchtig zerstampft, oder durch die Reibmaschine getrieben. Die abgeseigte Brühe wird aufbewahrt. Alles Gewürz wird fein geschnitten in 50 Gr. Fett gedämpft und zu dem Linsenmus gemischt, die zerquirten Eier dazugleich. Muskat, wenn nötig Salz und das Brot wird dazu gearbeitet, und die Masse in einer Bratpfanne mit 100 Gr. heißem Fett im Ofen ca. 1 Stde. gebacken, so daß der Braten auch oben gelb wird. Die abgeseigte Linsenbrühe wird mit ein wenig Zitronenschale, 1 Lorbeerblatt und 2 Nelken aufgekocht und über den Braten gegossen, etwa 10 Minuten, bevor man ihn herausnimmt, damit sie in diesen hineinsickert. Hat man keinen Bratofen zur Verfügung, so kann die Masse in zwei Teilen auf kleinem Feuer gebacken werden, doch muß

man dann mehr Fett in die Pfanne geben und es recht heiß werden lassen.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Kartoffelstock mit Speck und Zwiebeln. Man bereitet einen gewöhnlichen Kartoffelstock. Inzwischen werden in einer anderen Pfanne Speckwürfel (es kann auch durchzogener Speck sein) gelb geröstet, auf einen Seltzer herausgehoben und im nämlichen Fett werden auch noch Zwiebelstreifen geröstet. Dann richtet man eine Lage Kartoffeln auf die Platte an, streut Speckwürfel und Zwiebeln darauf, dann wieder Kartoffeln, Speck und Zwiebeln usw., zu oberst Kartoffeln. Das Ganze übergießt man noch mit gerösteten Zwiebeln und gibt es sehr heiß zu Tisch.

Aus „100 gute, billige Kartoffelspeisen“ von C. Senn.

Pilze à la Bordelaise. Die Pilze werden gepuzt und gewaschen, die Köpfe ganz gelassen und die Stiele ziemlich fein geschnitten. In heiß gemachtem Öl läßt man eine fein gehackte Zwiebel, sowie 1–2 gehackte Knoblauchzinken schön gelb werden. Dann werden die Köpfe hinein gelegt und man läßt sie ebenfalls schön Farbe annehmen, darauf folgen die geschnittenen Stiele und ziemlich viel feingewiegte Petersilie. Alles soll goldgelb, recht gefalzen, gepfeffert und mit Zitronensaft beträufelt werden. So zubereitet schmecken sie fein und können auch in einer schön gebadenen Omelette oder um grüne, zarte Bohnen gelegt, serviert werden.

Aus „Bruschga“ von Frau Wiget-Thoma.

Eierspeise. 6 Eier, 1 Liter Milch, 200 Gr. gedörrtes Brot, 70 Gr. Fett oder Butter, wenig Salz, Schnittlauch. Butter und fein gemahlenes 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 zerquirten 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.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Rhabarberküchlein. Man bereitet einen Teig wie zu Apfelfküchlein und mischt einen Eßlöffel Zucker darunter. Die sauberen Rhabarberstengel werden in kleine Stücke geschnitten, in den Teig gemischt und davon löffelweise in heißes Badfett gegeben und die Küchlein auf beiden Seiten gelb gebacken. Beim Herausnehmen überstreut man sie mit reichlich Zucker.

Diese Milch ist besonders in der heißen Jahreszeit eine erquickende Speise. Frische, d. h. unerwählte Milch läßt man zwei bis drei Tage in irndem Gefäß an einem kühlen Ort, etwa im Keller, zugedeckt stehen. Die Milch wird in dieser Zeit dick und sauer, und der

Rahm setzt sich obenauf zusammen. Vor dem Essen werden Milch und Rahm gut untereinandergerührt. Frisch, also kalt vom Keller schmeckt solche Milch zu Brot oder warmen Kartoffeln ausgezeichnet und ist besonders als Nachessen sehr zu empfehlen. Rhabarber- oder Erdbeerschnitten passen gut dazu.

Aus „Bruschga“ von Frau Wiget-Thoma.

Erdbeereis. Auf je $\frac{1}{2}$ Liter durch das Haarsieb gestrichene Erdbeeren, 200 Gr. Zucker, 2 Dezil. Wasser, 2 Dezil. alkoholfreien Weißwein, der Saft einer Zitrone, in die Eisbombe einfüllen und $\frac{1}{2}$ Stunde ruhen lassen, bevor man zu drehen beginnt. Fruchtis wird nicht gekocht.

Aus „Gritli in der Küche“.

Eingemachte Früchte und Gemüse.

Erdbeergelee. Die Beeren müssen schön reif, sauber erlesen und ganz frisch gepflückt sein. Gleichschwer Zucker wird mit ein wenig Wasser zu einem dicken Sirup gekocht. Dann bringt man die Erdbeeren darein, aber ohne sie kochen zu lassen (nur daß das Gelee Geschmack und Farbe bekommt), zieht die Beeren heraus, läßt den Sirup durch ein Sieb laufen und kocht ihn zu Gelee. Aus den zurückbleibenden Beeren bereitet man Marmelade.

Kirschmus nach Simmentaler Art. Gut ausgereifte und erlesene Kirschen werden entstelt, ausgesteint und durch die Hackmaschine getrieben. In einem Kupferkessel (für kleinere Mengen genügt eine Email- oder Messingpfanne) wird das Durchgetriebene über gelindem Feuer unter beständigem Umrühren zur Verhinderung des Anbrennens und Übersäuerns eingedickt. Nach Belieben kann man auf 10 Kilo Früchte 300 bis 400 Gr. Zucker beifügen. Das Kirschmus kann in Steintöpfen, gut verschlossen längere Zeit aufbewahrt werden.

Pilze. Die sauber gereinigten Schwämme (Morcheln, Steinpilze, Eierschwämme, Champignons etc.) werden in siedendem Salzwasser während $\frac{1}{4}$ Stunde vorgekocht, zum Abtropfen auf ein Sieb gebracht, mit Schalotten in Gläser gefüllt, Salzwasser daran gegossen und 50 Minuten sterilisiert.

„Die Herstellung von Konserven“.

Gesundheitspflege.

Die Zahnpflege geschieht in allbekannter Weise durch Bürsten der Zähne, und zwar der Außenfläche, horizontal und vertikal, der Kaufläche und der Innenfläche. Eine derartige Bürstung hat zum mindesten einmal am Tage und natürlich dann abends vor dem Schlafengehen und nicht morgens statt-

zufinden. Als Mittel zur Bürstung eignet sich nur eine Mischung von Seife und Antiseptikum; für das Ideal eines solchen Mund- und Zahnpflegemittels hält Dr. Orłowski die Kalichloricumzahnpaste. Das Bürsten mit einem Mundwasser ist nicht wirksam genug. Außerdem sind der regelmäßige Gebrauch des Zahnstochers oder der Zahnseide nach jeder Mahlzeit und das Ausspülen des Mundes und Rachens mit Wasser nötig. Ein Mundwasser dazu ist durchaus nicht nötig. Zum mindesten sind die Mundwässer, die mit ätherischen Ölen parfümiert sind, besonders das Pfefferminzöl, der Lippen Schleimhaut schädlich. Will man ein antiseptisches Mittel dem Mundwasser zusetzen, so löse man eine Federmesserspitze Rochsalz darin auf oder tue ein Stück Thymol in eine Flasche Wasser, in dem das Thymol sich nur schwach löst, und schütte von dieser Lösung dem Mundspülwasser etwas zu. Ein ähnliches, wohlriechendes Mundwasser ist Thymol 1 Gr., Benzoesäure 2 Gr., Eucalyptol 3 Gr. auf 100 Gr. Spiritus, davon 1 Tropfen dem Wasser zugelegt. Ist die Schleimhaut des Mundes und Rachens etwas gereizt, so verwende man als Spül- und Gurgelwasser warmen Salbeiblätterthee, ein Eßlöffel voll auf eine Tasse; und bei empfindlichem Zahnfleisch pinsele man täglich Myrrhen- und Rathaniatinktur zu gleichen Teilen mit einem Pinsel ein.

Krankenpflege.

Das Durchliegen. Bei Kranken, welche lange Zeit bettlägerig sind, werden die hauptsächlich ausliegenden Körperteile, die Fersen, das Kreuz, das Gesäß und die Gegend der Schulterblätter leicht wund. Es kommt zunächst zu einer Rötung und Empfindlichkeit der Haut; dann bemerkt man wund Stellen, welche sich rasch vergrößern und vertiefen, dem Kranken viele Schmerzen bereiten und durch hinzutretende Wundkrankheiten gefährlich werden können. Solche unerwünschte Vorkommnisse stellen sich im Lauf einiger Krankheiten unausbleiblich ein, wenn der Körper, sowie die Leib- und Bettwäsche des Kranken nicht peinlich sauber gehalten und wenn nicht sorgsam darauf geachtet wird, daß die Unterlage stets glatt und faltenlos ist. Sobald sich eine wund Stelle erst ausgebildet hat, macht ihre Heilung große Schwierigkeiten, da der Kranke gezwungen ist, weiter darauf zu liegen. Der Krankenpfleger soll daher gewissenhaft bemüht sein, rote oder schmerzhaft Stellen an den ausliegenden Körperteilen sofort zu bemerken und vorkommendenfalls rechtzeitig ärztlichen Rat einholen. Oft ist es nützlich, die gerötete Haut mit Zitronensaft, Kampferwein oder Franzbrannwein zu befeuchten; besonders aber empfiehlt es sich, in langwierigen Krank-

heißes fällen Luftkissen oder Wasserkissen auf die Matratzen zu legen, da auf solchen Unterlagen das Durchliegen nicht so leicht eintritt.

Bäder. Eine ausgedehnte Anwendung finden in der Krankenpflege die Bäder. Man unterscheidet darunter Vollbäder und örtliche Bäder, wie das Halbbad, das Sitzbad, das Armbad, das Handbad und das Fußbad. Das Badewasser wird bald heiß (36–40° C), bald warm (31–35°), lauwarm (26–30°), kühl (21 bis 25°) oder kalt (16–20°) zum Gebrauch genommen. Man wählt je nach der Verordnung des Arztes gewöhnliches Wasser oder das Wasser von Heilquellen; oft sind auch Zusätze von Salzen und anderen Stoffen nützlich. Aber Dauer und Art jedes Bades, sowie über die damit in manchen Fällen zu verbindenden Übergießungen, Duschen u. dergl. ist die Entscheidung des Arztes vorher einzuholen. Zuweilen werden Heißluft (römische) und Dampf- (russische) Bäder verordnet, doch muß deren Anwendung in der Regel in besonderen Badeanstalten erfolgen. Unmittelbar nach dem Bade muß der Kranke schnell abgetrocknet und angekleidet oder in das Bett zurückgelegt werden. Badegefäße, welche von ansteckenden Kranken benutzt worden sind, sollten desinfiziert werden.

Falls bestimmt wird, daß der Kranke nach dem Bade schwitzen muß, so wird er in ein wollenes Tuch vollkommen eingehüllt und zugedeckt.

Zuweilen sucht man das Auftreten des Schweißes durch Verabreichung von heißem Getränk zu befördern. Die hierzu dienlichen Theearten (Fliederthee, Lindenblütenthe) werden wie andere ähnliche Arzneimittel zubereitet, indem man die bestimmte Menge derselben in einem vorher gut angewärmten Gefäß mit kochendem Wasser übergießt und nach einigen Minuten durch ein Sieb gehen läßt oder durch ein reines leinenes Tuch seigt.

Kinderpflege und -Erziehung.

Der Rotlauf. Der Rotlauf ist eine sehr ansteckende Krankheit, die mit Kopfschmerz, Fieber und manchmal mit Schnupfen beginnt. Zumeist ist das Gesicht der Sitz der Krankheit, doch kann bei Kindern Rotlauf vom eiternden Nabel ebenso gut entstehen, wie bei schlecht und mit unreinen Instrumenten gestochenen Ohren. Auch nach der Impfung kann von den geimpften Stellen aus ein dem Rotlauf ähnlicher Hautausschlag entstehen. Man sieht beim Rotlauf, der auch „Gesichtsrose“ heißt, die Haut stark gerötet, glänzend und auf diesen Stellen bilden sich manchmal Blasen, die denen bei Brandwunden gleichen. Gewöhnlich geht der Rotlauf von der Nase aus, nachdem zuerst ein Schnupfen und zuletzt ein mit Vorken

bedecktes manchmal ganz geringes Geschwürchen bestanden hat. Rotlaufkranke bringt man ins Bett und macht ihnen fleißig Umschläge mit kaltem Wasser oder verdünnter essigsaurer Tonerde. Man isoliere den Kranken sowie alle von ihm gebrauchten Kleidungsstücke und sonstigen Gegenstände. Um die Ausbreitung des Rotlaufs zu verhindern, kann man den manchmal erfolgreichen Versuch anstellen, rings um die Rötung Streifen von gut klebendem Heftpflaster anzubringen, zur Linderung des Spannungsgefühles der Haut empfiehlt sich deren Bestreichen mit Vaseline.

Dr. G.

Gartenbau und Blumentultur.

Pflanzet Bohnen für unsere Soldaten. Auf Anregung der seinerzeit vom Schweiz. Landwirtschaftsdepartement eingesetzten Kommission hat die Armeeleitung in den beiden letzten Jahren große Bezüge gemacht in Dörrobst, und war so unseren Produzenten Gelegenheit geboten, den reichlichen Obstertrag zu guten Preisen zu verwerten.

Heute vernehmen wir, daß in diesem Jahre auch Bohnen in grünem, hauptsächlich aber Bohnen in gedörrtem Zustande für die Armeeverpflegung aufgekauft werden sollen. Wir glauben daher im Interesse unserer landwirtschaftlichen Bevölkerung auf diese günstige Absatzquelle hinweisen zu müssen und die Hausfrauen zu vermehrter Anpflanzung aufzumuntern. Für diejenigen Produzenten, welche den Bohnen-Ertrag im Herbst an die Armee abzuliefern gedenken, stellt das Etappen-Kommando erforderliches Saatgut zur Verfügung. Zum Stecken von Bohnen ist jetzt die richtige Zeit und wir hoffen, daß diese Mitteilung zu vermehrtem Anbau Veranlassung gibt.

Nähere Auskunft erteilt unentgeltlich Herr Zschokke, Wädenswil.

Tierzucht.

Hat ein Kanarienvogel Ungeziefer, so gebe man in sein Badewasser einen Fingerhut voll Glyzerin. Falls er nicht freiwillig badet, wird er ins Wasser getaucht und zum Abtrocknen warm gestellt. Dann stäube man ihn mit gutem Insektenpulver ein und achte darauf, daß es ihm nicht in Augen, Nasenlöcher oder Schnabel bringt. Man bringe ihn in einen andern Käfig, auf dessen Boden etwas Insektenpulver gestreut wurde. Dabei darf weder das Wasser noch die Stube zu kalt sein. Den bisherigen Käfig reinige man mit heißem Seifenwasser gründlich in allen Fugen. Die Sitzstangen sind zu verbrennen und neue einzulegen, aber nicht von Rohr,

denn in dessen Poren finden die Milben vorzügliche Schlupfwinkel. Nun kann der Vogel wieder hineingebracht werden. Er bedarf Kalk oder Eierschale zur Feder- oder Knochenbildung. Ein sicheres Zeichen der Milbenplage ist, wenn der Vogel viel mit dem Schnabel im Gefieder herumgräbt. Auch untersuche man ihn am Röschen und unter den Flügeln, indem man die Federn aufwärts bläst; man wird die roten Tierchen auch mit bloßem Auge entdecken.

Frage-Ecke.

Antworten.

52. Ihr Arzt sollte in diesem Falle die beste Auskunft geben können. Im allgemeinen finde ich, ganz abgesehen vom Rhabarber, daß die Menschen viel zu ängstlich sind im Bezug auf das, was sie essen. Wenn auch der Gehalt verschiedener Nahrungsmittel festgestellt werden kann, so können wir nicht immer genau wissen, ob die genossenen Speisen dem einen Organismus ebenso zuträglich sind, wie dem andern. Es kommt bei der Assimilierung unserer Nahrung gewiß auch noch auf die verschiedenen Lebensumstände an. Darum fort mit dieser allzugroßen Ängstlichkeit! Ich glaube, daß das, was uns schmeckt, mäßig genossen uns nie schaden kann.

Eva.

53 und 54. Beide Fragen betr. Wein und Sterilisierung von Spargeln beantwortet Ihnen der Sachverständige der Versuchsanstalt für Obst- und Weinbau in Wädenswil.

U.

54. Abonnieren Sie die Monatschrift „Die Frischhaltung“. (Verlag Weck, Dillingen, Baden. Preis Mk. 3.50.) Dort können Sie alle Fragen niederlegen, die sich Ihnen in Bezug auf das Sterilisieren aufdrängen. Vielleicht haben Sie die Gläser zu stark mit Wasser gefüllt, das sich dann zwischen Glas und Ring drängte. Das Glas scheint in solchen Fällen gut verschlossen, öffnet sich dann aber wieder, wenn der Ring trocknet. Es können auch andere Umstände mitwirken, wenn Gläser sich wieder öffnen, doch würde es zu weit führen, wenn ich sie alle aufzählen wollte.

B.

55. Die Platte unseres viel in Anspruch genommenen französischen Kochherds behandeln wir wie folgt. Bei der gründlichen Reinigung lassen wir den Herd ziemlich erkalten, dann schmirgeln wir mit Schmirgeltuch Nr. 1, nehmen aber Petrol dazu, das fein poliert und die Arbeit sehr erleichtert. Nachher wird mit einem trockenen Lappen, dann mit Zeitungspapier blank und rein gerieben. Nach jeder Mahlzeit wasche ich den Herd gut ab und mit wenig Mühe ist er stets blank.

Pensionsmutter.

56. Lassen Sie die Wolljacke, wenn sie nicht aus zu grober Wolle besteht, bei Frau Appenzeller-Ges, Moosstraße 433, Hönegg, umstricken. Sie werden dort gut bedient. U.

57. Die Maismehle, ob fein oder grob, haben immer einen eigentümlich bitteren Geschmack, der nicht jedermann zusagt. Könnte nicht eine gewisse „Entbitterung“ stattfinden, bevor sie in den Handel kommen? Vielleicht könnte auch durch eine entsprechende Zubereitung dieser Uebelstand gehoben werden. Ich fand, daß Maismehl, wie es jetzt in den Handel kommt, mit Milch, reichlich Fett und Käse zubereitet, den eigentümlichen Geschmack ganz verliert. Mais-, Reis- und Gerstenflocken habe ich noch nie verwendet.

S.

Fragen.

58. Wie kann ich alte Goldrahmen und andere von Tableaux und Spiegeln am besten verwenden? Auch eine Anzahl verschiedener Apothekersfläschchen und Töpfchen möchte ich verwerten. Für guten Rat danke

Eine, die alles praktisch verwenden will.

59. Da wir voraussichtlich auf eine reiche Erdbeerernte rechnen können, bitte ich erfahrene Hausfrauen um Auskunft, ob es ratsam ist, diese Früchte zu sterilisieren. Verlieren die Erdbeeren dabei den Geschmack nicht und wie lange sollen sie kochen? Herzlichen Dank zum voraus.

M. L. B.

60. Weiß jemand aus Erfahrung, wie man aus Leintüchern, die längere Zeit feucht gelegen und schimmelig geworden sind, die großen grauschwarzen Flecke wieder herausbringt? Für guten Rat ist sehr dankbar

Lorle.

61. Was für billige Schriften über Blumenpflege, speziell Zimmerblumen sind im Buchhandel erschienen? Für gute Auskunft danke

Eva.

62. Kann man nicht auch aus Rhabarber Pasten herstellen? Wer gibt mir ein gutes Rezept dazu?

Hausfrau.



Fischer's Hochglanzerème

„Ideal“

unstreitig das beste Schuhputzmittel der Jetztzeit. „Ideal“ gibt verblüffend schnellen und haltbaren Glanz, färbt nicht ab und macht die Schuhe geschmeidig und wasserdicht. Ein Anstrich genügt gewöhnlich für mehrere Tage. Zu beziehen in Dosen zu 25, 40 und 60 Cts. durch jede Spezerei- und Schuhhandlung.

Alleiniger Fabrikant: G. H. Fischer, Schweiz. Zündholz- u. Fettwarenfabrik, Fehraltorf. Gegründet 1860.

