

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

Band: 23 (1916)

Heft: 21

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: 18.03.2025

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. 21. XXIII. Jahrgang

Erscheint jährlich in 26 Nummern

Zürich, 7. Oktober 1916

Ein Festtag soll dich stärken
Zu deines Werktags Werken,
Daß du an dein Geschäfte
Mitbringest frische Kräfte.
Du darfst nicht in den Freuden
Die Kräfte selbst vergeuden;
Neu sollen sie ersprießen
Aus mäßigem Genießen.

Rüchert.



Lohnt sich das Trocknen von Kartoffeln?

(Nachdruck verboten.)

Unsere Kartoffelernte leidet unter dem kalten nassen Wetter und die Einfuhr fremder Kartoffeln wird nicht in dem Maße, wie in Friedenszeiten möglich sein, trotz der Bemühungen unserer Behörden. So heißt es denn, zu den Kartoffeln, die für weite Kreise ein Hauptnahrungsmittel bilden, Sorge tragen, und sie mit Umsicht und Sparsamkeit verbrauchen. Wir konnten noch letztes Jahr fast sorglos mit den Kartoffelvorräten umgehen, in diesem Jahr ist aber gewissenhafte Sparsamkeit geboten.

In Deutschland wurde bald nach Ausbruch des Krieges der Konservierung eines Teils der Kartoffeln besondere Aufmerksamkeit zuteil. Da man nicht auf die Einfuhr fremder Frühkartoffeln rechnen konnte, mußten die eigenen Vorräte so eingeteilt werden, daß sie bis zur Neu-ernte reichen konnten. Aus diesem Grunde entstanden Kartoffel-Trocknungsanstalten im ganzen Reiche. In Friedenszeiten

standen etwa 200, einige Monate nach Kriegsausbruch deren 500 im Betrieb. Aber auch in Privathaushaltungen wurde das Trocknen von Kartoffeln betrieben; geschah es auch nur in kleinen Mengen, so war doch das Resultat befriedigend.

Die Schweiz wird sich nun auch mit dieser Frage befassen müssen, vielleicht entsteht in absehbarer Zeit eine Schweizer. Kartoffeltrocknungsanstalt, nach deren Produkten die Hausfrauen gegen das Frühjahr hin Nachfrage halten, wenn die eigenen Vorräte knapp werden.

In jeder Haushaltung werden Kartoffeln geschwelt, ein Verfahren, das die beste Ausnützung der Kartoffel als Nahrungsmittel bedeutet; es gibt wenig Abfälle. Braucht man nicht alle davon, so werden sie rasch sauer, wenn sie in der warmen Küche stehen bleiben. Um dies zu verhüten schält man sie, reibt sie am Reibeisen oder treibt sie durch die Hackmaschine. Dann breitet man die geriebenen Kartoffeln auf ein Tuch aus, stößt sie mit einem Schäufelchen auf, damit sie nicht anleben und trocknet sie in der Sonne oder auf der warmen Herdplatte, wenn keine Dörrvorrichtung vorhanden ist. Wer Kartoffelgrieß bereiten will, lege die so getrockneten Kartoffeln auf ein Brett und fahre mit dem Holzstößel darüber, wie über Teig. So erhält man ein Grieß, das sich als Suppen- einlage oder zu Kartoffelsuppen vorzüglich eignet und haltbar bleibt; es sieht hübsch gelb aus und kann auch unter das Mehl

gemengt werden bei der Herstellung gewisser Kuchenorten (Kriegskuchen). Man kann aber auch die geschwellten Kartoffeln in feine Scheiben schneiden und so dörren. Vor Gebrauch gibt man Wasser daran, dann werden die gedörrten Kartoffeln in kurzer Zeit das Aussehen frischer erhalten und können wie solche verwendet werden.

Ein anderes Verfahren besteht im sorgfältigen Schälen roher Frühkartoffeln, die fein in Scheiben oder Stengelchen geschnitten werden. Dann kocht man sie in leicht gesalzenem Wasser halbweich, läßt sie vertropfen und legt sie auf die Hürden. Man kann sie auch an der Sonne oder im Dörrföhen trocknen. Auch auf diese Weise gedörrt, sehen die Kartoffeln gut und appetitlich aus, beim Verbrauch verfährt man gleich wie oben.

Es lohnt sich, dieser Konservierungsart der Kartoffeln Aufmerksamkeit zu schenken; die damit verbundene Arbeit ist leicht zu bewältigen. Die Aufbewahrung erfolgt in luftigen Säcklein, Gries aus Kartoffeln wird in Büchsen verwahrt. Wer auf eigenem Pflanzland Frühkartoffeln erntete, tut gut, einen Teil in Trockenware umzuwandeln, also auf einmal ein größeres Quantum zu schwellen, als verbraucht wird und den Rest zu trocknen oder zu dörren. Wenn im Frühjahr der Kartoffelvorrat zu Ende geht, wird die Hausfrau froh um die Dörrware sein. Das Verfahren kann den ganzen Winter hindurch praktiziert werden, aber im Herbst getrocknete oder gedörrte Kartoffeln haben viel höhern Nährwert, als solche, die erst in Trockengut umgewandelt werden, wenn sie zu keimen anfangen. Aus diesem Grunde verarbeiten die Kartoffel-Trocknungsanstalten schon früh die ihnen zugeführten Vorräte.

Mögen diese Zeilen unsere Hausfrauen veranlassen, der Sache ihre Aufmerksamkeit zu schenken und dem Kartoffelvorrat durch Trocknen und Dörren eine möglichst lange Dauer zu geben. R. G—n.



Die Bedeutung gut gewürzter Speisen für die Küche.

(Nachdruck verboten.)

Wenn ich heute Klagen höre, daß man ohne Fleisch, Eier, reichlich Fett und Butter keine schmackhaften Speisen bereiten könne, steht mir immer die Küche meiner Großmutter vor Augen, in der die Gewürze einen ganz besonderen Raum einnahmen. In der Vorratskammer hingen die Säckchen mit selbstgesammelten Küchenkräutern bequem zur Hand, und eine lange Reihe Gläschen mit Aufschrift war stets mit den feingepulverten, gebrauchsfertigen Würzen gefüllt. Sie enthielten Thymian, Rosmarin, Basilikum, Salbei, Dill, Majoran, Pfefferkraut, Estragon, Beifuß, Fenchel, Kümmel, Kerbel und Peterfilie, getrocknet, zerrieben und gestiebt, während in den Säckchen die an der Luft getrockneten Pflanzen bis zur Bereitung dieser Würzpulver aufbewahrt wurden.

Von fremdländischen Gewürzen waren stets schwarzer und weißer Pfeffer in Körnern, Ingwer, Nelken, Muskatnuß und -blüte, Kardamom, Vanille, Zimt und Lorbeer vorrätig. Daneben hing ein langer Zopf eingeflochtener Knoblauchzehen; natürlich war auch ein großer Vorrat von Zwiebeln, Kapern und Perlzwiebeln eingelegt vorhanden, und Essigkräuter, sowie Senf (Mosstrich) und Senfkörner waren ebenfalls vorrätig. Dazu kam dann im Herbst noch der Meerrettigvorrat.

Vergleichen wir die lange Reihe dieser Speisewürzen jener Zeit mit den jetzt gebräuchlichen, so müssen wir zugeben, daß nur noch ein Teil davon in der Küche ständig vorhanden ist, und zwar leider vorzugsweise die ausländischen Gewürze, während die einheimischen Kräuter nur teilweise beim Einlegen von Gurken usw. verwandt werden.

Heute, wo es nun so wichtig ist, trotz des oben angeführten Mangels möglichst schmackhafte Speisen zu bereiten, sollten wir Hausfrauen dem sorgsamem und vor allem abwechslungsreichen Würzen der Speisen größte Beachtung schenken. Gar manche, sonst reiz- und geschmacklose Suppe

wird durch die Wahl einer passenden Würze zu einem begehrten Nahrungsmittel, das, mit einfacher Mehlspeise und durch gedünstetes Obst ergänzt, nicht nur zu sättigen, sondern den Körper auch zu ernähren vermag. Bedenken wir doch, daß mit Unlust verzehrte, wenig schmackhafte Speisen, ohne Appetit genossen, dem Körper viel geringere Nährwerte zuführen, als Speisen gleicher Beschaffenheit, die infolge gut gewählter und sorgsam verwendeter Würzstoffe den Appetit reizen, die Verdauung anregen und infolgedessen vom Körper besser ausgenützt werden.

Eingehende wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, daß die Magenverdauung erst dann richtig einsetzt, wenn die genossene Speise schmackhaft gewürzt war. Die Verdauung dagegen kann zum völligen Erschlaffen kommen, wenn längere Zeit sad schmeckende, reizlose Speisen ohne Gewürzstoffe genossen werden, die zuletzt dem Gaumen völlig widerstehen und deshalb fast ungenutzt vom Organismus wieder ausgeschieden werden. Das aber heißt Verschwendung mit den Nahrungsmitteln treiben, und einer derartigen Verschwendung dürfen wir uns im eigenen wie im allgemeinen Interesse nicht schuldig machen.

Sämtliche oben angeführten Küchenkräuter sind jetzt überall erhältlich. Auf Schnüren an der Luft getrocknet, bedarf es keinerlei weiterer Vorbereitung, um sie als spätere Würze für die Küche zu bereiten. Nur sollte man sie vor dem Aufhängen rasch, aber gründlich in einem Becken mit Wasser ausspeitschen, um Schmutz und Staub zu entfernen, und dann, wenn sie auf der Schnur hängen, mit einem Stück Tüll, Mull oder Gardinenstoff bedecken, damit sie weder von Staub und Ruß, noch von Insekten beschmutzt werden können, da sie nach dem Trocknen nicht mehr gereinigt werden dürfen.

Mit welcher dieser Würzen die einzelnen Speisen im Geschmack gekräftigt werden sollen, wird die findige Hausfrau durch eigene Versuche bald feststellen. Auch eigene Mischungen zusammenzusetzen wird sie bald lernen, namentlich um Suppen und Saucen

damit recht kräftig und schmackhaft zu gestalten.

Eine vorzügliche Mischung zu Kartoffeln-, Erbsen-, Brot-, Grünkern-, Gerste- und Maismehlsuppen, Zwiebel- und Essigsaucen geben Dill, Basilikum, Estragon, Salbei sowie Petersilie zu gleichen Teilen und $\frac{1}{2}$ Teil zerriebene Lorbeerblätter, $\frac{1}{2}$ Teil weißer zerstoßener Pfeffer und $\frac{1}{2}$ Teil Muskatblüte.

Auch Majoran, Thymian, Basilikum und Petersilie zu gleichen Teilen zusammengestellt, fein gerieben und gestiebt, ergeben eine vorzügliche Suppen- und Saucenwürze, ebenso verbessert sie den Geschmack von Fleischklopsen, Fisch- und Fleischsuppen, Sulzen, Semmel- und Grießklößen, von dicken sämigen Saucen, in denen man gekochte, in Scheiben geschnittene Kartoffeln schwenkt, um sie als sättigendes Abendessen mit irgend einer sauren Beilage, wie Gurken, Randen und Salat, zu servieren. T.



Sind Warzen ansteckend?

Von Dr. Ehränhart.

(Nachdruck verboten.)

Das Volk glaubte von jeher, daß Warzen ansteckend seien. Die Ärzte wollten es nicht recht zugeben, obgleich offenkundig Warzen zuweilen dort entstanden, wo das Blut einer abgeschnittenen hintropfte. Professor Jadaßohn und nach ihm andere Ärzte haben nun sichere Beweise hierfür gebracht. Ein genau beobachteter Fall ist der folgende. Zwei Zimmermädchen, von denen das eine nie eine Warze hatte, das andere aber schon seit Jahren, benutzten das selbe Handtuch. Nach einer Blutung der Warzen bekam die bisher Gesunde auf dem Handrücken wie die andere eine Menge von diesen kleinen Gewächsen. Nun erinnern sich auch öfter Ärzte, welche an ihren Händen Warzen bekommen, ohne vorher je solche gehabt zu haben, daß sie mit warzenbehafteten Patienten zu tun hatten. Es muß also ein noch unbekannter Ansteckungsstoff vorhanden sein und man soll deshalb Gebrauchsgegenstände nicht

benützen, welche von andern Menschen, die Warzen haben, auch verwendet werden.

Was nun die Beseitigung dieser häßlichen, entstellenden Hautwucherungen betrifft, so stehen dem Arzt dafür mehrfache Mittel zur Verfügung, wie Abschneiden, Ätzen mit Säuren, Brennen, Höllenstein, Elektrolyse. Gar nicht selten verschwinden aber die Warzen ziemlich plötzlich „ganz von selbst“, und dann versichern abergläubische Personen, das gegen sie angewendete „Besprechen“ oder andere Mittel der „Sympathie“ hätten geholfen.

Die vorhin genannten Behandlungsarten sind mehr oder weniger schmerzhaft, führen aber schnell zum Ziel. Beides ist weniger der Fall beim Abbinden, das sich aber nur bei höher über der Haut hervorragenden Warzen anwenden läßt. Nach vorhergehender längerer Erweichung durch warmes Wasser legt man möglichst tief am Grunde um das Gewächs eine einfache Schlinge aus starkem Zwirn, zieht diese fest zu, knotet sie und läßt sie liegen, bis die vertrocknete Warze abfällt.

Zeitraubender, aber ganz schmerzlos ist es, die Warze durch nasse Einwickelung (Prießnitz) zum Quellen zu bringen, wobei die gewucherten Papillen weit hervortreten und nach Abnahme des Umschlages bald vertrocknen oder einzeln leicht abgeschnitten werden können. Als Kinder erreichten wir dies Ziel durch wiederholtes stundenlanges Eintauchen der Warzenhand ins Wasser beim Bahnfahren.

Übrigens können Warzen auch sehr verhängnisvoll werden, indem aus ihnen äußerst bössartige Geschwülste, die schnell wachsenden Melanosarkome sich entwickeln. Wenn dies auch nur selten geschieht, so ist es doch auf jeden Fall ratsamer, entstehende Warzen baldigst zu entfernen.



Schaff', das Tagwerk meiner Hände,
Hohes Glück, daß ichs vollende!
Laß, o laß mich nicht ermatten!
Nein, es sind nicht leere Träume:
Jetzt nur Stangen, diese Bäume,
Geben einst noch Frucht und Schatten.

Goethe.

Haushalt.

Backpulver von guter Triebkraft zum Backen von Kuchen &c. kann man selbst herstellen, wenn man 5 Gr. doppellohlsaures Natron mit 15 Gr. Weinsäure mischt. Beides wird fein gepulvert und wie die käuflichen Backpulver dem Teig zuletzt beigelegt. Die Backzutaten müssen dabei kalt sein. Das Quantum reicht zu 500 Gr. Mehl, gleichviel, ob Weizen-, Roggen-, oder Weizenmehl. Hat man ältere Mischungen dieses selbsthergestellten Backpulvers oder einige Päckchen käufliches längere Zeit liegen gelassen und befürchtet, daß durch ungünstige Lagerung die Triebkraft desselben nachgelassen hat, so stellt man diese völlig wieder her, wenn man dem Backpulver 1 Teelöffel voll Natron beifügt und es dann dem Teig zusetzt. Wichtig ist es, alle Knötchen und Körnchen des Backpulvers völlig zu zerdrücken oder zu zerreiben, damit im Gebäck keine bitteren, ungenießbaren Stellen entstehen und es nicht stellenweise klitschig wird. L.

Eine Seife aus **Rohkastanien** gewonnen, gibt einen vollwertigen Ersatz für die heute so teuer gewordene Fettseife. Um diese nun zu gewinnen, reibt man sechs ungeschälte Rohkastanien recht fein auf dem Reibeisen oder auf der Reibmaschine, gibt vier Liter Regenwasser darauf, läßt dieses 24 Stunden zugedeckt damit stehen und seigt dann die Mischung durch ein feines Sieb, noch besser durch einen dichten Leinenbeutel. Zum Waschen der Wäsche wird dieses Kastanienwasser nun gut erhitzt. Es schäumt und reinigt wie gutes, fettes Seifenwasser. Jeder einzelne Versuch wird dort, wo Rohkastanien vorhanden sind, sicher zum ständigen Gebrauch dieses wohlfeilen Seifen-Ersatzmittels führen. S. S.

Aus **Rohkastanien** kann man auch einen vorzüglichen Ersatz für die Stärke zum Steifen der Wäsche herstellen. Nachdem die Früchte geschält sind, legt man sie etwa eine Stunde in Wasser, reibt sie möglichst fein und verrührt sie mit Wasser zu einem dicklichen Brei. Dieser wird mit ganz sauberen, fettfreien Händen durchgeknetet, dann durch ein feines Tuch gegossen und wieder mit reinem Wasser verrührt stehengelassen. Dieses Mischen zu Brei und Abgießen des Wassers, sowie immer Wiederauffüllen reinen Wassers wird so lange wiederholt, bis das abgegoßene Wasser völlig klar abläuft. Nun schüttet man die gut abgetropfte Stärke auf ein dichtes, weißes Tuch und läßt sie an der Luft möglichst geschützt vor Ruß und Staub gut austrocknen. In einer Porzellan- oder Glasbüchse verwahrt, bereitet man diese Stärke wie Weizenstärke und wird finden, daß sie dieser nicht nur an Steifkraft völlig gleichkommt, sondern sogar noch übertrifft. R. S.

Rübe.

Rezepte.

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

Gebundene Ochsenchwanzsuppe. Ox-tail-soup. Zeit 3–4 Stunden. Selbstkocher $\frac{3}{4}$ Stunden Vorkochzeit. 1 Ochsenchwanz in Stücke zerschnitten, 30 Gr. Mehl, 20 Gr. Fett, 1 Glas Most, Zwiebel, Gelbrübe, Sellerie, Lauch, 2 Pfefferkörner, 2 Gewürznelken, je ein Zweiglein Majoran, Thymian und Basilikum, 3 Liter Wasser. Die Fleischstücke werden in einer Kasserole in wenig heißem Fett angebraten, das Mehl darüber gestreut und unter beständigem Rühren mit dem Schäumfelsen weiter geröstet, dann die Flüssigkeit langsam zugegossen, die Gewürze beigelegt und auf langsamem Feuer gar gekocht. Dann löst man das Fleisch von den Knochen, schneidet kleine Würfel davon in die Schüssel und passiert die Brühe darüber.

Aus „Grittli in der Küche“.

Hirschrüden (Ziener). 2 Kilo Hirschrüden, Speck, Salz und Gewürze, 2 Eßlöffel Butter, Bratengemüse, 1 Tasse Fleischbrühe oder Jus, 1 Tasse sauren Rahm. Der Hirschrüden wird sorgfältig abgehäutet, geklopft, mit Speckstreifen durchzogen, mit Salz und Pfeffer eingerieben, mit heißer Butter und Speck in den Bratosen geschoben und unter fleißigem Begießen und Zugießen von guter Bouillon weich gebraten. $\frac{1}{2}$ Stunde vor dem Anrichten gießt man den sauren Rahm darüber. Nachdem man vor dem Anrichten die Sauce, wenn nötig, entfettet hat, bindet man sie mit etwas angerührtem Kartoffelmehl. Zubereitungszeit: $2\frac{1}{2}$ –3 Stunden.

Fleischkuchen. Für 3 Personen: 375 Gr. Fleischresten, 1–2 Eier, 2 Brötchen, Zwiebeln und Grünes, Salz und Pfeffer, 2 Eßlöffel Fett. Die fein vermiegteten Fleischresten werden mit den Eiern, Salz, Pfeffer und den eingeweichten, ausgedrückten Brötchen vermischt. Die Zwiebeln und Petersilie vermiegt man fein und dämpft sie in wenig Fett weich, dann mischt man sie ebenfalls dem Fleische bei. Nun füllt man dies in eine feuerfeste Form und backt sie im Ofen schön gelb, oder man macht in der Pfanne ziemlich Fett heiß und backt davon einen Kuchen auf beiden Seiten gelb. Zubereitungszeit: $\frac{1}{2}$ Stunde.

Aus „Großes Schweizer Kochbuch“.

Rotkraut auf pommerische Art. Nachdem das Kraut gepuzt, feingeschnitten und gewaschen ist, läßt man es einigemal in siedendem Wasser aufkochen und gießt das Wasser ab. Dann schüttet man $\frac{1}{2}$ Liter reines heißes Wasser zu, gibt etwa 100 Gr. Schweinefett,

einige säuerliche, geschälte, in Viertel geschnittene Äpfel und etwas gestoßenen Rummel daran. Man läßt das Kraut damit beinahe weich dünsten, fügt Essig, Salz und ein wenig Zucker hinzu und schmort es noch eine halbe Stunde.

Gemüse von gelben Rüben und Kartoffeln. In einer Pfanne wird ein Löffel Fett heiß gemacht, eine fein geschnittene Zwiebel darin gelb gedämpft, dann dazu zu gleichen Teilen rohe, geschälte und in Stückchen geschnittene Kartoffeln, sowie geschabte und in Streifen geschnittene gelbe Rüben gegeben. Man fügt etwas heißes Wasser zu, läßt das Gemüse zugedeckt weich schmoren, stäubt dann einen Löffel Mehl darüber, läßt gut aufkochen und salzt nach Geschmack. Manche lieben auch einen Löffel Zucker an diesem Gemüse. Statt Fett nimmt man mitunter auch gerne klein geschnittenen Speck, Schinkenfett oder Grieben, je nachdem man dies billig und leicht haben kann.

Aus „Was koche ich morgen?“

Berrührte Kartoffeln an brauner Sauce. Die Kartoffeln werden in den Schalen gekocht. Inzwischen wird eine braune Sauce zubereitet. Wenn die Kartoffeln weich sind, werden sie geschält, in dicke Scheiben geschnitten und in der braunen Sauce unter langsamem Rühren einige Minuten aufgekocht. Es kann Essig und Rummel beigegeben werden.

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

Zwiebelomeletten. 300 Gr. Mehl, 4 Deziliter Milch, 300 Gr. Zwiebeln, 2 Eier, Salz, Backfett. Das Mehl wird mit der Milch glatt angerührt, die geschlagenen Eier und Salz gut damit geklopft und dann die ganz fein gewiegten Zwiebeln dazu gemischt. Von diesem Teig backt man in wenig Fett kleine Omeletten.

Hagebuttencrème mit Quark. 500 Gr. Hagebutten, 1 Liter Wasser, 250 Gr. Zucker, 250 Gr. Quark. Die von Büxen und Stiel befreiten Hagebutten werden mit dem Wasser $\frac{3}{4}$ Stunden gekocht, gut zerdrückt und durch ein sehr feines Sieb getrieben, so daß auch die Härchen zurückbleiben. Die erhaltene Sauce wird mit Zucker und Quark gut zerquirlt.

Aus „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Quittenkuchen. Man schält ein Duzend schöne Birnquitten, schneidet sie in vier Teile und entfernt das Kernhaus, kocht sie in Wasser halb weich und legt sie auf ein Sieb. Dann läßt man 125 Gr. Zucker, die Schale einer Zitrone, 1 Stückchen Zimt und 6 Gewürznelken in $\frac{3}{8}$ Liter Wasser aufkochen und die Quitten darin vollends weich kochen, gut ablaufen und erkalten und kocht den Saft dick ein. Den Teigboden belegt man dicht mit den

Quitten, gibt den Saft darüber, bestreut reichlich mit gestiebtem Zwieback und Zucker und bäckt den Kuchen bei guter Hitze.

Pröpper, „Das Obst in der Küche“.

Eingemachte Früchte.

Eingemachtes Apfelmus. Gute säuerliche Äpfel werden gewaschen und in kleine Stücke geschnitten, ohne Schale und Kernhaus zu entfernen, mit ganz wenig Wasser in gut verzinnter Pfanne recht weich gekocht und durch ein Sieb getrieben. Hernach werden auf 500 Gr. Mus 250 Gr. Zucker (je nach Säure der Äpfel mehr oder weniger), 1 Stücklein ganzer Zimt, einige Gewürznelken und nach Belieben die Schale einer Zitrone zugefügt, alles zusammen auf schwachem Feuer so lange eingekocht, bis das Mus etwas dick ist. Hierauf wird es in Gläser oder Steintöpfe gefüllt und gut zugebunden oder verschlossen. Nimmt man einen Teil süße Äpfel, so kann bedeutend Zucker erspart werden. Einen sehr guten Geschmack erhält das Mus, wenn einige Quitten dazu genommen werden. Es ist dies die billigste Konfitüre.

Aus „Bürgerliche Küche“
von Frau Wyder-Zneichen.

Kürbis in Essig. Man rechnet auf 5 Kilo Früchte $1\frac{1}{2}$ Kilo Zucker, 1 Liter Essig, Zimt und Nelken und geschälten Ingwer. Der Zucker wird geläutert, alles übrige dazugetan, der gepuzte Kürbis darin weich gekocht und in Töpfe gefüllt.

Pröpper, „Das Einmachen der Früchte“.

Quittengelee. Die Quitten werden abgerieben und zerschnitten. Dann werden die Schnitz samt Kerngehäuse mit kaltem Wasser weichgekocht. Die Flüssigkeit soll zuerst über den Quitten zusammenfließen. Den Saft läßt man dann durch ein Tuch oder Haarsieb laufen und wiegt auf 1 Kilo Saft $\frac{1}{2}$ –1 Kilo Zucker ab und kocht zur Geleeprobe. Der Rückstand wird mit Zucker zu Marmelade eingekocht.

Aus „Die Herstellung der Konserven“.

Gesundheitspflege.

Daß die Hauttätigkeit durch die Kleidung nicht gestört werde, muß unsere Sorge sein. Daher fordern wir als erste Eigenschaft der Kleidung Porosität, d. h. Durchlässigkeit für die Ausscheidungsprodukte der Haut. Da ferner die Kleidung unsere Haut gegen zu starke Wärmeabgabe schützen soll, müssen die Stoffe, aus denen sie hergestellt wird, schlechte Wärmeleiter sein. Die Eigenschaft, warm zu halten, bekommt aber das Kleid nicht nur durch die physikalische Beschaffenheit des Herstellungsmaterials, sondern auch durch die Art des Gewebes, denn es sind vor allem die in

den Poren und Zwischenräumen der Kleider befindlichen unbewegten Luftschichten, welche als schlechte Leiter die Wärmeverluste unseres Körpers beschränken. So erscheint auch von diesem Standpunkte aus die Porosität der Stoffe wünschenswert. Eine dritte, wertvolle Eigenschaft der Kleidung soll darin bestehen, daß sie die Hautfeuchtigkeit möglichst schnell und vollkommen aufsaugt und dann nur allmählich in Dampfform an die Atmosphäre abgibt. Bei schneller Verdunstung wird dem Körper leicht zu viel Wärme entzogen. Endlich ist zu fordern, daß die Kleidung die auf unseren Körper von außen her treffenden Wärmestrahlen je nach der Jahreszeit aufnimmt oder zurückwirft. Aufsaugend in diesem Sinne wirken dunkle, raue Stoffe, reflektierend dagegen helle, glatte. Fast unbewußt tragen wir dieser Tatsache Rechnung, indem wir im Sommer durchschnittlich hellere Kleider tragen als im Winter.

Bis zu welchem Grade erfüllen nun unsere gebräuchlichsten Kleidungsstücke die soeben aufgestellten Forderungen? Leider gibt es zurzeit noch keinen, der denselben in jeder Weise genügt. Die Wolle kommt dem Ideal am nächsten. Sie ist ein schlechter Wärmeleiter und besitzt das höchste Aufsaugungsvermögen für Feuchtigkeit. Außerdem gehören Wollengewebe infolge ihrer Porosität zu den am besten durchlüfteten. Trotzdem können wir das Tragen derselben nicht uneingeschränkt empfehlen. Ihr Gebrauch mag Leuten, welche durch die Erziehung verweichlicht sind, und solchen, die in feuchter Luft arbeiten müssen oder leicht schwitzen, angemessen sein, aber wir dürfen nicht vergessen, daß das beständige Tragen wollener Leibwäsche auch die Neigung der Haut zu Erkältungen steigert, indem es dieselbe verweichlicht, abgesehen davon, daß Wolle im Sommer bei stärkerer Quellung der Haut diese oft recht empfindlich reizt.

Den größten Gegensatz zur Wolle bildet die Leinwand. Sie ist ein guter Wärmeleiter und läßt die aufgesogene Feuchtigkeit sehr schnell verdunsten, weshalb sie häufig zu Erkältungen Anlaß gibt.

Die Baumwollkleidung nimmt hinsichtlich ihrer physikalischen Eigenschaften etwa den Mittelrang zwischen Wolle und Leinwand ein.
G. Schn.

Die reifen, gelb aussehenden Gurken sind ein gutes Mittel gegen Frostschäden. Die Gurken werden zu diesem Zweck einmal der Länge nach durchschnitten, die Samenkörner herausgenommen und die Schale mit den inneren, weichen Teilen der Gurke getrocknet. Zum Gebrauch werden sie in warmem Wasser aufgeweicht und mit der fleischigen Seite auf die Frostschäden gelegt und erneuert, sobald sie trocken geworden sind.



Krankenpflege.

Arzneien werden Kranken streng nach ärztlicher Verordnung gegeben, nur soll das Einnehmen, wenn es nicht besonders bemerkt ist, nicht kurz vor oder nach der Mahlzeit geschehen. Auch aus dem Schlaf werden die Patienten zum Eingeben nur dann geweckt, wenn es der Arzt ausdrücklich angeordnet hat.

Um zu vermeiden, daß der Kranke eine schlecht schmeckende Arznei hinter dem Rücken der Pflegerin wieder ausspuckt, fordert man ihn durch eine Frage zum Sprechen heraus oder läßt Wasser nachtrinken.

Flüssige Medizin wird in Eßlöffeln zu 15 Gramm, in Rinderlöffeln zu 10 Gramm oder in Theelöffeln zu 5 Gramm verabreicht. Saure Arznei darf nicht in silbernen Löffeln gereicht werden, weil diese schwarz anlaufen, überhaupt tut man gut, Porzellanlöffel oder Einnehmegläschen zu benutzen.

Wird die Medizin in Tropfenform verschrieben, müssen die Tropfen, am besten aus einem Tropfglas, genau abgezählt werden. Um Verdunstung zu vermeiden, ist das Glas sofort gut zu verschließen.

Pillen und Plättchen (Tabletten) muß der Patient auf die Zunge legen und mit Wasser hinunterspülen; das gleiche geschieht mit den Gelatinekapselfen.

Pulver werden abgeteilt oder als Schachtelpulver verordnet. Sie werden entweder auf die Zunge geschüttet und mit Wasser hinuntergespült oder in Wasser gelöst und getrunken.

Bei weniger giftigen Medikamenten verschreibt der Arzt, um den Patienten Kosten zu ersparen, zuweilen halbe Pulver; in diesem Fall muß man die ganzen Pulver nach dem Augenmaß in Hälften teilen.

Die Schachtelpulver werden theelöffel- oder messerspitzenweise gegeben; unter einer Messerspitze vertheile ich die Hälfte eines abgestrichenen Theelöffels. Ein schlecht schmeckendes Pulver hüllt man in eine Oblate ein. Letztere wird auf eine Untertasse gelegt und mit wenig Wasser befeuchtet; man schüttet das Pulver darauf, faltet die Oblate wie ein Paket zusammen, nimmt das Päckchen auf die Zunge und spült es mit Wasser in den Magen.

Rizinusöl wird, wenn es nicht rein genommen werden kann, in schwarzen Rassee, Bouillon, Pfeffermünzthee verquirlt und rasch ausgetrunken; auch empfiehlt es sich, dabei die Nase zuzuhalten und hinterher die Lippen gut abzuwischen.

Von Theearten nimmt man ungefähr einen Theelöffel auf eine große Tasse, läßt 5–10 Minuten ziehen und gießt den Abguß vor dem Gebrauch durch ein feines Sieb oder reine Leinwand.

Dr. med. W.

Rinderpflege und -Erziehung.

Die unbehinderte Bewegung des Säuglings (Strampelfreiheit) ist zu seiner Entwicklung notwendiger, als den meisten Müttern bekannt ist. Wird durch diese doch seine Verdauung — ohne jedes weitere Zutun durch künstliche Mittel — in wünschenswerter Weise geregelt, abgesehen davon, daß die fest eingepackten Glieder naturgemäß mit der Zeit zu Schmerzen beginnen und dem Kinde Unbehagen verursachen, das sich durch Schreien oder Unruhe kundgibt, ohne daß unerfahrene Mütter eine Erklärung dafür finden. Deshalb sollte jedes Kind so in die notwendigsten Tücher eingewickelt werden, daß es sich weder erhitzen kann, noch irgendwo dadurch beengt oder gedrückt wird. Vor allem darf die Gummunterlage nur den Rücken des Kindes bis zu den Hüften aufwärts bedecken, keinesfalls aber, wie überängstliche Mütter es nur zu oft tun, den ganzen Körper des Säuglings umgeben. In warmen Tagen, oder im gut geheizten, gleichmäßig warmen Raume, sollte es öfter einmal, sogar nur mit dem Hemdchen bekleidet, auf eine weiche Matratze gelegt werden, um unbehindert nach Herzenslust strampeln zu können. „Wie pflegt ein gesunder Säugling sich wohler zu fühlen“, schreibt über diesen Punkt Dr. Sturm, „als wenn es seine Gliedmassen nach eigenem Instinkt unbehindert durch jeglichen Zwang bewegen, mit Armchen und Beinchen unter lustigem Krähen in der Luft „herumfahren“ kann.“ Deshalb sollte auch keine Mutter die kleine Mühe scheuen, die Kleidung des Säuglings vor dem Niederlegen zu lockern und die des größeren Kindes vollständig zu entfernen. Dr. S.

Tierzucht.

Einfluß der Haltung und Fütterung auf die Güte des Felles bei Kaninchen. Die Güte des Kaninchensfelles hängt nicht allein von der Rasse ab, auch die Haltung und Fütterung spielen dabei eine sehr wichtige Rolle. Freilich ist der Einfluß nicht so groß, daß z. B. ein Belgischer Riese ein ebenso gutes Fell bekäme wie ein Französischer Riesensilber. Das ist unmöglich. Aber innerhalb derselben Rasse ist der Einfluß von Pflege und Futter ein ungemein großer. Vor allem ist die Sauberkeit sehr wichtig. Unsaubere Tiere haben niemals ein gutes Fell, denn der Schmutz verdirbt die Feinheit, namentlich den Glanz. Da man aber nur von einem gesunden Tiere ein gutes Fell verlangen kann, Unsauberkeit aber der Gesundheit nachteilig ist, so sind die Folgen der Unsauberkeit leicht einzusehen.

Es ist bekannt, daß in der kalten Zone die kostbarsten Pelztiere leben, unter dem Einflusse der Kälte bildet sich eine dichte Behaarung und eine dichte Unterwolle. Daraus können wir Kaninchenzüchter auch lernen; benutzen wir also im Winter den Außenstall und lassen wir die Kälte genügend einwirken. Kälte schadet den Kaninchen nicht, sofern der Stall trocken und gut gestreut ist, außerdem ist es bekannt, daß die Felle der Tiere, die in Außenställen leben, am besten sind.

Aber auch der Einfluß des Futters auf die Güte des Felles ist groß, größer als die Züchter meistens annehmen. Nach unserer Erfahrung hat namentlich das Grünfutter einen günstigen Einfluß, besonders der Löwenzahn. Ein recht glanzreiches Fell erhält man auch durch Haferfütterung. Die besten Felle haben wir erzielt durch Verabreichung von Spratts Hafermehlkuchen, wovon kleine Gaben im Tage genügen. Wird Leinsamenmehl dem Weichfutter beigemischt, dann erreicht man ebenfalls einen guten Glanz. Von Wichtigkeit ist auch die Güte des Heues; Kleeheu verdient den Vorzug.

Wir wollen auch nicht vergessen, die Felle durch Bürsten zu pflegen. Man nehme eine weiche Bürste oder reibe die Tiere, was noch besser ist, mit einem Wollappen ab. Merken wir uns aber auch hierbei, daß das beste Fell durch eine schlechte Behandlung nach dem Schlachten verdorben werden kann. R.

Frage-Ecke.

Antworten.

81. Das Kochendheiße Einfüllen in heiße Flaschen (ich verwende Bierverschlußflaschen) ist das sicherste Konservierungsverfahren. Ich mache Tomatenpüree und Apfelsmus seit Jahren auf diese Weise ein. S.

87. Ich glaube nicht, daß es rentabel ist, Obst zu kaufen und im Gasbratofen zu dörren. Frau Sch.

88. Das zwei- oder dreimalige Aufkochen von Essig-Konserven darf nicht umgangen werden. Es sichert immer etwas Fruchtsaft in den Essig und dieser muß wieder aufgekocht werden, sonst bringt er den Essig zum Schimmeln. S.

90. Das Färben wird gegenwärtig erschwert durch den Bezug der in Frage kommenden Chemikalien. Wenn es sich nur um eine Bluse oder um ein anderes einfaches Kleidungsstück handelt, so dürfen Sie den Versuch schon wagen. Die Anleitung dazu finden Sie auf den Farbpaketen. U.

91. Böden, die bisher aufgewaschen wurden, können Sie wischen nach sehr gründlicher Reinigung. Uffällige Spalten füllen Sie am besten mit Papier aus, das in Wasser zu einer

dicken Breimasse aufgelöst worden ist. Lassen Sie den Boden und die Füllung aber sehr gut trocknen, bevor Sie die Bodentwische auftragen. Wenn Sie Linoleum auswählen müssen, so bevorzugen Sie für kleine Zimmer kleine Muster. Mir persönlich gefallen Dessins, die Wolteppiche imitieren, am besten. Sie können, auch wenn sie andere Farbtöne aufweisen als Tapete und Getäfel, doch eine harmonische Wirkung erzeugen. Der Geschäftsinhaber wird Sie in seinem eigenen Interesse gut beraten. W.

Fragen.

92. Kann mir jemand ein genaues Kalkwasserrezept für Aufbewahrung von Eiern aus Erfahrung angeben? Wie viel Kilo Kalk, gelöschter oder ungelöschter, rechnet man auf 100 Eier? Wie lange muß zugewartet werden, bis der Kalk gelöscht ist, um gebrauchsfertig zu sein? Soll das Wasser daran noch länger stehen bleiben, bis man es an die Eier gießt, und soll der zu Boden sinkende Kalksaß auch mithineingeleert werden? Kann man aus dem Kalkwasser Eier zum Gebrauch nehmen und frische Eier wieder ins gleiche Wasser hineinlegen, ohne Nachteil für den Inhalt? Müssen Kalk Eier, wenn angebraucht, verwendet werden und kann man diese, wie beim Wasserglas, innert einigen Wochen fertig brauchen oder nicht? Einer Abonnentin, die diese Art der Eierhaltung ausprobiert hat und genaue Anweisung geben kann, wäre ich sehr dankbar. Garantol, das in Apotheken gekauft wird, ist wohl weniger sicher, für längere Haltbarmachung der Eier, als Kalk, oder empfiehlt sich das Mittel auch gut?

Abonnentin.

93. Kann man Essigutter selber zubereiten und wie? Um gültige Auskunft bittet, Eine Hausfrau.

94. Vor vielen Jahren kaufte ich in einem Geschäft für Haushaltsartikel in Zürich eine Stahlbürste zum aufreiben der Parkettböden, die uns ausgezeichnete Dienste leistete. Nun möchte ich mir eine neue Bürste anschaffen und bitte die Leserinnen um Angabe von Bezugsquellen. Erstere Adresse ist mir leider nicht mehr in Erinnerung. Besten Dank. Abonnentin im Jura.

95. Hat jemand Erfahrung im Gebrauch der sog. Grude-Öfen (mit „Grude“ geheizt)? Sie sollen schon einige Jahre im Gebrauch sein. Der Verkäufer (in St. Gallen) rühmt deren praktische und sparsame Heizungsart; trotzdem hört man so wenig von diesen Öfen. Für gültige Auskunft besten Dank.

Annalise.

96. Ist es möglich, daß Geublätter die Panamarinde ersetzen? Das wäre ja prächtig! Haben noch andere diese Erfahrung gemacht?

S.

