

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

**Band:** 24 (1917)

**Heft:** 24

**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:** 16.05.2025

**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: Clna 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. 24. XXIV. Jahrgang

Erscheint jährlich in 26 Nummern

Zürich, 24. November 1917.

Brot erntest du von deinem Weizenfeld  
Des Jahres einmal. Eine Ernte gibt es,  
Die du dir alle Tage schneiden kannst,  
Und wo du nicht gesät, wo dir die Halme  
Entgegenkommen, ihre Körner schüttend.  
Geh, ernte auf dem menschlichen Gefild  
Dir solches Brot, um dessen willen du  
Auf Erden lebst. Das ist der wahre Umgang  
Mit Menschen: eifrig, lebenswitzbegierig  
Von jedem lernen, was er weiß und kann  
Und tat, und was ihm Eignes je geschehen.  
Wer dich belehren soll, wird gern dein Freund,  
Und lehrend wird er besser in der Brust,  
Der Fehler still gedenkend, und des Rechten!

L. Schefer.



## Der Reis als Nahrungsmittel.

(Nachdruck verboten.)

Der Reis ernährt im Morgenlande und in unsern südlichen Ländern über 400 Millionen Menschen. Bei uns ist er wohl allgemein bekannt, wird aber meist nicht viel mehr geschätzt als daß er ab und zu auf unsern Tisch eine kleine Abwechslung zu bringen vermag. Darum hat man in den großen Volksschichten diesen Frühling auch nicht überall das volle Verständnis dafür gefunden, daß die Abstinenten mit einem Gesuch vor den Bundesrat getreten sind, damit der Vergeudung von Reis zur Bierbereitung Einhalt geboten werde. Meistensorts sind bis jetzt, trotz des zeitweiligen Kartoffelmangels die zugeteilten Reiskrationen nicht vollständig ausgenützt worden; in einzelnen

Kantonen blieben sogar erstaunlich große Mengen von Reiskarten uneingelöst, ein Zeichen, daß man entweder den Wert oder die vorteilhafte Zubereitung dieses Nahrungsmittels zu wenig kennt.

Der Reis enthält mehr Kohlenhydrate, d. h. Wärme und Kraft bildende Nährstoffe als unsere Getreidearten, dagegen weniger Eiweiß, Fett und Salz als diese. Er ist aber viel gehaltreicher und wertvoller als die Kartoffel; er weist gegenüber dieser den dreifachen Gehalt an Stärke und den fünffachen an Eiweißstoffen auf. Der Reis ist deshalb für unsere Ernährung von viel größerer Wichtigkeit als die Kartoffel und verdient in Volkstreisen, wo man jetzt ganz besonders auf möglichst gehaltreiche, billige Nahrungsmittel angewiesen ist, vermehrte Beachtung. Durch Zugabe von Milch, Fett, Eiern, Käse oder Früchten lassen sich aus Reis vollwertige, schmackhafte und billige Gerichte herstellen.

Wenn wir von den nährenden Bestandteilen des Reises nichts verlieren wollen, so dürfen wir ihn nicht oder nur ganz kurz waschen; am besten schütten wir ihn trocken auf ein reines Tuch, erlesen ihn sauber und reiben ihn etwas ab. Auch das „Blanchieren“ des Reises, wobei das erste Kochwasser mitsamt einem Teil der bereits ausgezogenen Nährstoffe weggegossen wird, ist in dieser Hinsicht nicht vorteilhaft.

Das Kochen des Reises soll für jede Zubereitungsart sehr langsam geschehen,

damit die darin enthaltenen Stärkekörner die Feuchtigkeit gleichmäßig aufnehmen können; sonst zerkochen die äußern derselben kleistrig, während die innern nur unvollständig aufquellen. Dadurch wird sowohl der Geschmack als die Verdaulichkeit des Reises stark beeinträchtigt. Zum Kochen von Reis eignet sich am besten die Kochkiste. Nach kurzem Vorkochen (3—4 Minuten) sind in derselben nach  $\frac{3}{4}$ —1 Stunde die Reiskörner vollständig und gleichmäßig aufgequollen, ohne zu zerfallen. Einzig Milchreis ist für den empfindlichen Gaumen etwas feiner, wenn er nicht in der Kochkiste zubereitet worden ist, sondern auf kleinem offenem Feuer, so daß dem Reis immer nur ein kleines Quantum Milch beigegeben und dieses jeweilen unter häufigem Rühren eingekocht und so lange immer wieder erneuert wird, bis der Reis langsam vollständig gar geworden ist. Durch das längere Verweilen der Milch in der Kochkiste verliert dieselbe etwas von ihrem frischen süßlichen Wohlgeschmack. Diesen Nachteil spürt man indessen kaum heraus, wenn man vor dem Einstellen des Reises nur ungefähr die Hälfte des zum Garwerden desselben nötigen Quantums beifügt und den Rest 4—5 Minuten vor Essenszeit noch langsam auf offenem Feuer dazu rührt. Ein Stückchen frische Butter vor dem Anrichten darunter gemischt, verfeinert den Geschmack ebenfalls.

Mit Gemüse und Fleisch oder nur mit Gemüse allein zusammen gekocht, schmeckt der Reis sehr kräftig, andererseits mildert dieser den scharfen Geschmack einzelner Gemüse, hauptsächlich Kohllarten. Rotkohl, Sauerkraut, gelbe Rüben schmecken viel feiner, wenn man ihnen zum Kochen etwas Reis beifügt; damit erspart man auch die übliche Mehlszugabe und das Gemüse wird überdies nahrhafter und sättigender.

Reis mit frischen oder konservierten Früchten zusammen gekocht, ist sehr wohl-schmeckend, als kalte Speise sehr erfrischend. Nachfolgend einige vorteilhafte Rezepte von Reisgerichten: 1

### Reissuppe mit Gemüse.

1 Eßlöffel Fett, 1 gehäufte Teller Gemüse (Kohl, Lauch, Sellerte, Rüben, Tomaten &c.), 1 Tasse Reis, 1 Knochen oder Speckschwarte, 2 Liter Wasser,  $1\frac{1}{2}$  Eßlöffel Salz, 1 Eßlöffel geriebener Käse.

Die verschiedenen Gemüse werden in feine Streifen geschnitten, die Tomaten klein zerrissen, in heißem Fett gut durchgedämpft, dann der erlesene Reis beige-fügt, kurz mitgedämpft, wenn möglich ein Fäßchen oder ein Bratenknochen oder ein Stück Speckschwarte zugegeben, mit Wasser abgelöscht, aufgekocht, 2—3 Minuten auf dem offenen Feuer und 1— $1\frac{1}{2}$  Stunden in die Kochkiste gestellt oder  $\frac{3}{4}$ —1 Stunde auf ganz schwachem Herdfeuer fertig gekocht, Salz zugegeben oder über etwas Rahm oder Milch und geriebenen Käse angerichtet. Diese Suppe kann als ausreichende Abendmahlzeit geboten werden. Ihr Nährgehalt kann durch größere Käsezugabe oder durch Beifügen eines ver-klopften Eies bedeutend erhöht werden.

Getrocknete Gemüse lassen sich gleicherweise verwenden.

### Reis als Beigabe zu Fleisch oder saftigem Gemüse.

1 Eßlöffel Fett, 200 Gr. Reis, 1 gehackte Zwiebel, Fleisch- oder Gemüsebrühe, 1 Eßlöffel Salz, 1 Eßlöffel Käse.

Der Reis wird erlesen, auf einem Tuch abgerieben und in etwas Fett schwach gelblich gedämpft, eine fein verwiiegte Zwiebel beigegeben und kurz mitgedämpft, dann Salz und soviel Brühe zugefügt, daß dieselbe den Reis reichlich überdeckt, 2—3 Min. kochen gelassen und  $\frac{3}{4}$ —1 Stunde oder länger in die Kochkiste gestellt. Nach Belieben kann man etwas geriebenen Käse darunter mischen. Bei Verwendung von Fleisch- oder Knochenbrühe wird der Reis kräftiger. An deren Stelle kann man auch zerkleinerte Suppengemüse, womöglich etwas Tomaten auskochen und die abge-siebte Brühe zum Kochen des Reises verwenden.

Tomatenreis erhält man durch Beifügen von 1—2 Eßlöffel Tomatenpüree zur Kochbrühe.

Wird dem Reis reichlich geriebener Käse beigegeben, so kann er als Hauptgericht zu Gemüse oder Salat gereicht werden.

Reisresten, lagenweise mit geriebenem Käse und event. klein würfelig geschnittenen Fleischresten in eine gut ausgestrichene Auflaufform eingefüllt, mit einem mit etwas Milch zerklöpften Ei und allfällig vorhandenen Saucenresten übergossen und im Ofen gebacken, ergeben ebenfalls ein nahrhaftes Gericht.

Mit etwas Mehl, Milch und einem Ei vermischt, können aus den Resten auch Pfannkuchen oder kleine Rühlein gebacken werden.

### Gemüseragout mit Fleisch und Reis.

1 Eßlöffel Fett, 1 kleiner Rohl- oder Rabis- kopf, 6–8 mittlere Rüben, 1 große Sellerie, etwas Petersilie,  $\frac{1}{2}$  Zwiebel, Lauch, 1–2 Tomaten, 100 Gr. Reis, 250 Gr. Fleisch,  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser, 1 Eßlöffel Salz.

Das Gemüse wird gut gereinigt und gepuht, Rohl oder Rabis und Tomaten grob zerschnitten, die Rüben in Scheibchen, Sellerie in Würfelchen, Lauch in Streifen geschnitten, Petersilie und Zwiebel fein ver- wiegt und alles zusammen im Fett gut durchgedämpft. Hat man Fleisch (Rind-, Kalb- oder Schweinefleisch) zur Verfü- gung, wird dieses in ca.  $1\frac{1}{2}$  Cm. große Würfel geschnitten und gedämpft, dann fügt man den Reis zu, dämpft ihn kurz mit, fügt Salz und heißes Wasser zu und läßt alles zusammen etwa 5 Min. kochen, stellt es  $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden in die Kochkiste, gibt 1 Eßlöffel Rahm bei und richtet auf eine vertiefte Schüssel an.

### Milchreis mit Früchten.

250 Gr. Reis, ca.  $\frac{3}{4}$  Liter Milch, 1 ge- häufter Selter Apfel oder andere Früchte, 1 Prise Salz, Zucker und Zimt.

Der Reis wird erlesen und abgerieben und mit wenig Wasser aufgekocht, dann ungefähr die Hälfte der Milch beigegeben und der Reis darin aufgequollen. Dann gibt man die eine Stunde zuvor geschält oder ungeschält in feine Scheibchen ge- schnittenen, mit etwas Zucker vermischten Apfel zu, mengt sie gut durcheinander,

fügt die übrige Milch zu, so daß alles davon reichlich überdeckt ist, läßt noch 3 bis 4 Minuten zugedeckt kochen und stellt es  $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden in die Kochkiste. Er- höht auf eine Platte angerichtet, wird die Speise mit etwas Zucker und Zimt über- streut. An Stelle von Äpfeln können auch fein geschnittene Birnen, Kirschen und Beeren zugesetzt werden. Auch sterili- sierte Früchte lassen sich verwenden. Deren Saft wird abgegossen und nachher über das Gericht gegeben oder besonders serviert. Gedörrte Früchte müssen zuvor eingeweicht und etwa 5 Minuten mitgekocht werden.

Resten schmecken kalt sehr gut. Speziell als kalte Platte vorbereitet, wird die Speise sogleich nach dem Fertigkochen in mit kaltem Wasser ausgespülte Formen, Tassen u. dergl. eingefüllt, kalt gestellt und gestürzt.

Kleinere Resten werden mit Mehl und Eiern vermischt und zu Pfannkuchen oder kleinen Rühlein abgebacken.

### Reispudding.

200 Gr. Reis,  $\frac{3}{4}$  Liter Milch, Zitronen- schale, 2 Eßlöffel Zucker, 2–3 Eigelb,  $1\frac{1}{2}$  Eß- löffel getrocknete Heidel- oder Holunderbeeren oder Weinbeeren, 2–3 Eiweiß.

Der Reis wird wie Milchreis langsam gekocht, muß jedoch etwas weniger fest werden; dann mischt man die abgeriebene Zitronenschale, getrocknete Heidel- oder Ho- lunderbeeren (zur Saison können es auch frische sein), gibt Zucker, sowie das Eigelb zu und zuletzt den Eischnee. Will man etwas Eier sparen, so kann man an ihrer Stelle Ovolactal oder auch etwas Back- pulver verwenden. Die Masse wird in die bebutterte Form eingefüllt, zugedeckt im Wasserbad 15–20 Minuten auf offenem Feuer und  $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden in der Koch- kiste fertig gekocht, gestürzt und mit Rom- pott oder Fruchtsaft serviert.

Die gleiche Masse kann auch in eine Auflaufform eingefüllt, mit einigen Butterstückchen überstreut im Ofen schön gelb gebacken werden.

Einen nahrhaften, schmackhaften Kuchen erhält man, wenn man obige Masse auf

ein mit Hefe- oder Buttermilch belegtes Kuchenblech ca. 2 Cm. dick aufstreicht und im Ofen zu schön gelber Farbe bäckt.

H.-E.



## Für den

### Betrieb und Unterhalt von Einzelöfen

geben die Verbände der Schweiz. Hafnermeister und Ofenfabrikanten nachstehende Wegleitung. Als Brennmaterial in Rachel- und Gußöfen, Schmiedeeisernen gefütterten oder ungesfütterten Ofen eignet sich: Anthrazit, Gas- und Hüttenkoks, Braunkohle in Stücken oder brifettiert, ferner Eiformbrifett aus Anthrazit oder anderm Kohlengrieß hergestellt und endlich Holz und Torf. Fette Kohlen eignen sich weniger gut. Alle Ofen, deren Züge und Rauchrohrabteilungen sind pro Heizperiode mindestens zwei- bis dreimal gründlich zu reinigen zwecks besserer Ausnützung der Brennstoffe. Schadhafte Ofen sind unverzüglich zu reparieren, da sonst ein Mehrverbrauch an Brennmaterialien eintritt; Feuer- und Aschenfalltüren sollen stets dicht schließen. Verstellbare sowie einfache Ofenrohrklappen dürfen den freien Querschnitt des Rauchrohres nie ganz abschließen, sie sollten aber in jeder Stellung in Ruhelage gebracht werden können. Feststehende Klappen oder nicht einwandfrei funktionierende sind zu reparieren oder zu ersetzen, ebenso durchrostete Rauchabzugrohre. Es kann ferner nicht genug darauf aufmerksam gemacht werden, daß die Aschenschubladen in keinem Fall die ganze Lichthöhe des Aschenfallraumes einnehmen dürfen, ansonst der Luftzutritt zum Verbrennungsgrost verunmöglicht wird. Im Betrieb sind vor jedem Anheizen die Rostflächen zu reinigen und die Aschenkasten zu leeren. Beim Anheizen ist zerkleinertes Holz zu verwenden, aber möglichst wenig Papier, da dessen Asche den Rost verlegt und so den Zug behindert. Die geeignetsten Korngrößen bei Koks und Anthrazit sind je nach der Größe und dem Fassungsvermögen des Füllschachtes 20/30 oder 25/45 Millimeter. Braunkohlen und

Eiformbrifetts können in den gegebenen Größen aufgelegt werden. Kohlengrieß ist zum Anfeuern ungeeignet; es darf auch nicht in einem frisch aufgefüllten Füllraum als Abdeckung dienen, weil sonst Explosionsgefahr besteht. Ist das Feuer in vollem Brand, wird die Aschentüre geschlossen und der Luftzutritt zum Rost nur durch die Lufteintrittsschraube oder die Reguliervorrichtung geregelt. Das Herumrühren im Feuer mit dem Feuerwerkzeug ist möglichst zu vermeiden, nur bei badenden Kohlen ist das Feuer ab und zu etwas aufzubrechen. Wenn nach dem Abbrand des Feuers nur noch Rotglut vorhanden ist und keine helle Flamme mehr sichtbar ist, wird die Lufteintrittsöffnung oder die Luftschraube geschlossen, damit die im Ofen eingespeicherte Wärme nicht durch das Ramin verloren geht.

Die Rauchrohrklappen hingegen dürfen erst nach vollständigem Auslösch des Feuers geschlossen werden, zur Vermeidung des Austretens von Kohlenoxyd in die Zimmer. Während der eigentlichen Heizbetriebsstunden hat die Regulierung des Feuers nur durch die Regulierungsvorrichtung oder die Lufteintrittsschraube zu erfolgen und nie durch die geöffnete Aschenfalltüre. Nicht selten wird vergessen, die letztere rechtzeitig zu schließen, und dann sind Schäden an Rosten und Racheln sicher die unmittelbare Folge davon. Treten beim Heizen eines Ofens Störungen auf, wie starkes Rauchen oder schlechter Zug, so überzeugt man sich, ob die Rauchklappe geöffnet, der Rost frei und die Aschenschublade entleert ist. Seltener fehlt es am Ramin oder Ofen, sondern vielmehr an der Bedienung, oder aber an ungenügender Reinigung der Züge und Rauchröhren. Bei Störungen hartnäckiger Natur ist die Beiziehung eines erfahrenen Fachmannes nicht zu versäumen.



Was es auch Großes und Unsterbliches zu erstreben gibt: den Mitmenschen Freude zu machen ist doch das Beste, was man auf der Welt tun kann.

P. R. Rosegger.

## Haushalt.

Beim Dörren der Quitten, das im Hinblick auf den Zuckermangel empfohlen wird, sollten die Schalen und das Kernhaus, die bei der Zubereitung abfallen, wieder in Verbindung mit Äpfeln oder Birnen, oder auch nur Schalen von diesen Früchten, ausgekocht und der Saft zu Gelee oder — mit weniger Zucker und Brennmaterial — zu Sirup gekocht werden.

Geschälte Quitten und ungeschälte Äpfel zusammen gekocht, halb und halb, oder zwei Drittel Apfel und ein Drittel Quitten, ergeben mit ganz wenig Zucker ein vorzügliches Kompott, das natürlich auch sterilisiert werden kann, wenn noch Gläser hierfür vorhanden sind. Die dabei abfallenden Quittenschalen und das Kerngehäuse werden mit Äpfeln für Apfelmus, die dann durchgetrieben werden, gekocht oder für spätere gleichartige Verwendung, geböhrt.

Die Quitte ist keine Lagerfrucht, doch lassen sich gesunde Exemplare einige Wochen frisch erhalten, aus denen man dann gelegentlich Kompott oder Mus, mit Äpfeln zusammen, kochen kann. Man überwache sie recht gut.

Die Kerne sollten mitgekocht werden; die Schalen, Kerne und Kerngehäuse geben die namentlich für die Geleebereitung so wichtigen Gallertstoffe ab. B.

**Songeschirr als Ersatz für Aluminiumgeschirr** erfreut sich bei unseren Hausfrauen zunehmender Beliebtheit, zumal es bedeutend billiger als das im Preise ständig steigende Emailgeschirr ist. Seine Haltbarkeit wird erhöht, wenn man jedes einzelne Stück vor dem Gebrauch bis zum Rande mit Wasser füllt, eine Handvoll Salz beifügt und nun den Topf ohne Deckel in die Ofenröhre stellt und so lange darin läßt, bis das Wasser fast vollständig eingekocht ist. Wird das Geschirr nun noch gründlich ausgewaschen, so kann es nur durch Stoß oder Fall undicht werden oder zerbrechen. Allerdings muß jedes Songeschirr ebenfalls wie das von Email vor schroffem Temperaturwechsel bewahrt bleiben, damit die Glasur keine Sprünge erhält. In den erhitzten Topf darf keine kalte, in den kalten Topf keine heiße Flüssigkeit gegossen werden.

Versalzene Suppen lassen sich mildern, wenn man einige rohe Kartoffelscheiben mitkocht.

Seifige Kartoffeln lassen sich verbessern, wenn man sie einen Tag vor dem Gebrauch an einem warmen Orte liegen läßt. Die überflüssige Feuchtigkeit der Zellen, welche die Kartoffel seifig macht, verdunstet dadurch.

Fische, die sich schwer schuppen lassen, tauche man einen Augenblick in kochendes Wasser. Doch sei man vorsichtig, damit der

Fisch nicht unansehnlich wird. Eine andere Art ist, ihn mit Essig zu übergießen und kurze Zeit stehen zu lassen. Dann läßt sich das Schuppen ohne Mühe vollziehen.

## Rüche.

### Rochrezepte.

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

**Grüne Zwiebelsuppe.** 2—3 dicke Zwiebeln werden in große Stücke geschnitten mit  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser oder Bouillon weichgekocht. Fein gewiegtes Rükchenkraut, Petersilie, Lauch u. s. w. werden in Fett gut gedämpft, dann schwitz man Mehl dazu und löscht das Ganze mit der Zwiebelmasse ab. Mit Wasser oder Bouillon füllt man die Suppe auf und kocht sie noch  $\frac{1}{2}$  Stunde. Vor dem Anrichten fügt man 2 Eßlöffel Milch oder Rahm hinzu und gibt nach Geschmack außer Salz etwas Pfeffer und Muskatnuß zu. G. N.

**Rehrücken.** Zeit 1—1 $\frac{1}{2}$  Stunden. 1 $\frac{1}{2}$  Kilo Rehrücken, Fett, Speck zum Spicken, 1—2 Deziliter sauren Rahm, 3 Deziliter Wasser, Salz. Der abgelagerte Rücken wird gereinigt und enthäutet, gespickt und mit feinem Salz bestreut, in eine Bratpfanne gelegt, dann mit dem kochend heißen Fett begossen, in den heißen Bratofen gebracht und unter öfterm Begießen mit dem Fett braun gebraten. Von Zeit zu Zeit gießt man 2—3 Eßlöffel heißes Wasser unter den Braten und in der letzten Viertelstunde den sauren Rahm nach und nach dazu. Ist der Braten herausgenommen, bindet man die Sauce mit 1 Eßelöffel Kartoffelmehl und gießt event. noch etwas heißes Wasser zu, unter Lospinseln des Bratenfonds.

Aus „Gritli in der Rüche.“

**Kartoffelrösti mit Blutwurst.** Die Kartoffeln werden mit der Schale gekocht, in Scheibchen geschnitten und mit ganz wenig Fett etwas angebraten. Dann werden die erwärmten Blutwürste entleert und unter die Kartoffeln gemischt, zusammen fertig gebraten und zu Salat oder grünem Gemüse serviert. Muß man sehr sparsam sein, so genügt eine Blutwurst unter ein entsprechend größeres Quantum Kartoffeln gemischt für 2—3 Personen. Die Kartoffeln bedürfen zum Rösten wenig Fett, weil die Blutwürste solches reichlich enthalten. Die Häute werden folgenden Tags in Erbsen-, Kartoffel- oder Gemüsesuppe oder in Sauerkraut ausgekocht.

**Kartoffelauflauf mit Blutwurst.** Die Kartoffeln werden geschält, in Salzwasser gekocht und wenn sie bald gar sind, die Blutwurst zum Erwärmen oben drauf gelegt. Dann werden die Kartoffeln fein zerstoßen, der Inhalt der Blutwurst darunter gemischt,

zirka 1 Tasse Milch zugefügt und alles fein verrührt; in eine eingefettete und mit Brosamen bestreute Form gefüllt, einige Butterstücklein und Brosamen darauf gegeben und die Masse im Ofen schön gelb gebacken. Dazu wird Salat oder grünes Gemüse serviert.

Reste von Kartoffelstock und Blutwurst werden vermischt, etwas Mehl und 1 Ei zugefügt und in der Eisenpfanne zu dünnen Kuchen gebacken. H.-E.

**Räbenmus.** Die Rāben (weiße Rāben) werden geschält, zerschnitten und in leicht gesalzenem Wasser weich gekocht. Dann treibt man sie durch ein feines Sieb. In 1–2 Löffeln Fett dämpft man zuerst fein gehackte Zwiebel und dann 3–4 Löffel Mehl, löst mit etwas kaltem Wasser ab, verdünnt dann mit Rābenwasser und Milch, salzt und kocht die Sauce dicklich. Dann gibt man die durchgetriebenen Rāben dazu, vermischt gut und gibt zuletzt, noch einige Löffel Rahm oder etwas süße Butter dazu.

Aus „Was koche ich morgen?“

**Kartoffel=Cierkuchen.** 1 Liter Magermilch verquirlt man mit 1 flachen Eßlöffel Salz, 1 Ei, 1 Messerspitze geriebener Muskatnuß, 4 Eßlöffel Mehl, 250 Gr. am Tage zuvor gekochten geriebenen Kartoffeln, sowie 1 Theelöffel Backpulver zu einem dicklichen, glattflüssigen Teig. In heißer Pfanne bäckt man mit wenig Fett dünne Kuchen auf beiden Seiten goldbraun und gibt sie mit schaumigem Apfelmus zu Tisch. Es kann auch übriggebliebener Kartoffelstock hiezu verwendet werden.

**Ungebackene Sorte.** Man schneide aus festem weißem Papier einen 5–8 Cm. breiten Streifen, den man mit einem Stuch zusammennäht, so daß man einen Kreis erhält, der etwas kleiner als die Tortenschüssel ist. Dieser Papierkreis wird jetzt auf die Tortenschüssel gestellt, der Innenraum wird mit feingeschnittenen Brotscheiben, noch besser sind Zwiebacke, ausgelegt. Über das Brot wird dann dickes Zuckerwasser oder Himbeer-, auch Kirschsaft gegossen, aber ganz langsam und vorsichtig, damit keine Flüssigkeit hinwegläuft. Ist Brot oder Zwieback auf diese Weise erweicht, so bestreicht man die Masse mit Marmelade, Apfelmus, Kirschmus &c. Darauf kommt wieder eine dünne Lage in Zuckerwasser erweichten Zwiebacks und darüber wird als letzte Schicht ein sehr dick eingekochtes noch heißes Puddingpulver gegossen. Das Puddingpulver fließt bis zum Papierrand, wird von diesem gehalten und erkaltet dann rasch. Halb erkaltet wird die Sorte oben mit einigen Früchten garniert und dann zum Abkühlen beiseite gestellt. Der Papierrand läßt sich am kommenden Tage leicht entfernen. Die Sorte läßt sich gut schneiden und mundet vortrefflich. M. T.

## Krankenpflege.

Bei Lungenblutungen sieht das Blut hellrot und schaumig aus und wird durch Husten entleert. Es kann in solcher Menge hervorquellen, daß sofort der Tod eintritt. Der Kranke muß im Bett mit erhöhtem Oberkörper liegen, darf nicht sprechen, erhält einen Eßlöffel Kochsalz in wenig Wasser gelöst zu trinken und, um den Hustenreiz zu mildern, außerdem eine Eisblase auf die Stelle der Brust, wo er eine ungewöhnliche Empfindung hat. Getränke darf er nur kühl genießen.

Alle Patienten, welche viel Blut verloren haben (außer denen mit Magenblutung), müssen viel trinken, um das Blut zu ersetzen, oder sie erhalten Salzwassereinfüsse in den Darm bezügl. unter die Haut; auch Einfüsse von warmer Milch (einen halben Liter) in den Darm sind zur Blutstillung empfohlen worden.

Neuerdings hat man in der Gelatine ein blutstillendes Mittel gefunden. Man gibt sie entweder innerlich, zweistündlich einen Eßlöffel einer zehnprozentigen Lösung, oder man spritzt 50–100 Gramm einer zweiprozentigen Lösung, die natürlich keimfrei sein muß, mittels Spritze unter die Haut. Auch am Ort der Blutung angewendet, tut sie ihre Wirkung, muß aber stets in der Apotheke besonders präpariert werden.

Geringe Mengen Wein oder Kaffee sind erst später zu gestatten, weil sonst die vermehrte Herzthätigkeit zu neuer Blutung führen kann. Dr. K. W.

## Kinderpflege und -Erziehung.

**Der Zerstörungstrieb unserer Kinder.** Allenthalben kann man die Spuren von Kindern entdecken, bei denen der Zerstörungstrieb mehr oder weniger ausgeprägt ist. Die mit Kreide oder Rötel verunzierten Mauern und Wände der Häuser, die zerkratzten oder mit dem Messer bearbeiteten Türen und Treppengeländer, ebenso wie die durch allerlei Zeichen und Schriften bedeckten Lehnen und Sitze der Promenadenbänke, zeugen von ihrer Thätigkeit. Auch die verschmierten Fensterscheiben, die in manchen Wohnungen zerstörte Glasur der Kachelöfen, angebohrte und angesägte Tischplatten und vieles ähnliche mehr.

Die kleinen Übeltäter wollen in ihrer Unüberlegtheit dem Hauseigentümer ebensowenig einen Schaden zufügen, wie dem müden, nach Rast verlangenden Spaziergänger, der die verunreinigte Ruhebänk nicht benutzen kann. Wird die Zerstörung aber mit der Absicht ausgeführt, anderen Menschen Schaden zu-

zufügen, da ist freilich auch Gefühlshoheit und Gleichgültigkeit gegen andere schon derart eingewurzelt, daß es langwieriger Versuche bedarf, um diese häßlichen, tief wurzelnden Triebe wieder auszurotten. Soll ein Kind in späteren Jahren das Eigentum anderer achten und respektieren lernen, dann muß schon in frühester Jugend dazu der Grund gelegt werden. Das kleine Kind, welches mit schmutzigen Füßen achtlos auf die Sitze der Straßenbahn klettert, ohne von der Mutter darauf aufmerksam gemacht zu werden, daß eine derartige Befriedigung seiner Wünsche andere Menschen schädigen muß, die später den von ihm benutzten Platz einnehmen, ist ebenso gut ein Beweis für die mangelnde Erziehungskunst seiner Mutter, wie jenes andere, das man beim Verunreinigen der Wände und Mauern erblickt. Wird dem Kinde einigemal das Sadelnswerte seines Verhaltens vor Augen geführt, lernt es an Beispielen die Folgen seiner Zerstörungswut erkennen, so wird es wohl in den meisten Fällen den häßlichen Trieb zu bemeistern suchen.

E. M.

### Gartenbau und Blumenkultur.

Wer zarte und empfindliche Rosenforten im Spätherbst vor Nässe schützen will, bettet ihre Krone zunächst in trockene Erde ein und deckt hierauf ein einfaches Bretterdach, aus zwei Stücken Holz zusammengenagelt, darüber, und gibt schließlich auf dieses Bretterdach — aber erst bei großer Kälte — die Verstärkung durch strohigen Dünger. Diese Düngerdecke wird aber, sobald es geht, wieder heruntergenommen, sonst können die Rosen ersticken.

Der Stamm erfriert im allgemeinen nicht, sollte aber zum Schutz gegen Glatteis und Sonnenbrand mit eingedeckt oder dünn mit Stroh umbunden werden.

Das Niederlegen kann man beim Einwintern nicht umgehen. Es kommen den niedergelegten Rosen die Ausstrahlungen der Erdwärme zu gute. Selbst beim strengsten Frost ist im Boden 25 Cm. unter der Oberfläche nie eine gefährliche Kälte; wenn die Kälte im Freien vielleicht 16—18 Grad beträgt, werden im Boden nur 5—6 Grad herrschen. Es ist klar, daß einfaches Umhüllen der Krone den Bodenschutz nicht ersetzen kann. Die Hülle hält nur die schroffste erste Kälte ab; das reicht aber nicht aus: bald durchdringt der Frost die freie Hülle. Deshalb ist das Stehenlassen der Kronen und Umwickeln derselben mit Stroh oder dergleichen ein ungenügendes Schutzmittel.

J. B.



### Sterzucht.

Wenn die Kleintierzucht nutzbringend sein soll, muß sie mit den einfachsten Mitteln betrieben werden. Deshalb ist es besonders zu begrüßen, daß in der bekannten Sammlung „Aus Natur und Geisteswelt“ von dem Herausgeber der Zeitschrift „Der Lehrmeister im Garten und Kleintierhof“, P. Schneider, neben dem Bändchen desselben Verfassers über den „Kleingarten“ (Verlag V. G. Teubner, Leipzig; Preis Mk. 1.20) ein Ratgeber erscheint („Die Kleintierzucht“), der anhand zahlreicher Abbildungen zeigt, wie eine nutzbringende und sachgemäße Haltung und Pflege der Kleintiere unter einfachen Verhältnissen und ohne große Kosten ermöglicht werden kann.

Der Inhalt des Buches umfaßt nur jene Tiere, die einen ausgesprochenen Nutzwert haben und sich zur Einzelhaltung eignen, wie die Ziege, das Schaf, das Schwein, das Kaninchen, Huhn und Taube, Gans und Ente. In kurzer und bündiger, aber doch vollständig ausreichender Weise wird für jedes der Tiere die Wahl der Rasse, die Pflege und Fütterung, die Zucht, die Aufzucht der Jungtiere, Krankheiten und Fehler und die Verwertung erläutert. Zum Schluß werden einige Anleitungen für An- und Verkauf von Kleintieren gegeben und allgemeine Maßnahmen zur Hebung der Kleintierzucht dargestellt. So wird das Bändchen dem Leser mit dem Verständnis wirtschaftliche Erfolge und damit Freude an seiner Arbeit bringen können, aber auch sein Teil beitragen zur Überwindung der Ernährungsschwierigkeiten in unserem Lande.

Hören wir, was der Verfasser 3. B. über den Nutzen der Ziege sagt:

„Die hauptsächlichliche Nutzung der Ziege besteht in der Milchleistung. Eine gutmelkende Ziege ist besonders für den kleinen Mann wertvoll, weil sie ihm ermöglicht, die Ernährung der Kinder wesentlich zu verbilligen. Gutmelkende Ziegen liefern 4—5 Liter Milch täglich während der Hauptmelkzeit, größere Leistungen sind nicht selten, aber doch immerhin Ausnahmen. Die Ziegenmilch wird als Kindernahrung höher geschätzt als die Kuhmilch. Sie ist auch bedeutend nährstoffreicher und im Geschmack besser, wenn es nicht an der nötigen Pflege des Tieres und der Reinhaltung des Stalles, sowie der richtigen Fütterung fehlt. Die Bestandteile der Ziegenmilch sind nach Fleischmann im Durchschnitt: 86% Wasser, 5—7% Fett, 3% Eiweiß, 1½% Käsestoff, 4% Milchsüßer und 0,7% Mineralsalze. Je nach der Fütterung und Pflege schwankt dieser Gehalt an Nährstoffen, ebenso die Milchleistung. Ein feststehender Milchertrag ist nie bei allen Tieren vorhanden; er wechselt sehr häufig, besonders wenn die Tiere in andere

Hände übergehen, da ja die Fütterung und Stallhaltung einen außerordentlichen Einfluß auf die Milcherzeugung ausübt. Jungtiere geben weniger Milch. Die Milchergiebigkeit ist am größten im 3. bis 7. Jahre und geht mit dem Alter allmählich zurück.“

### Frage-Ecke.

#### Antworten.

89. Töpfe, welche zum Einmachen der Eier in Wasserglas benützt wurden, sollen nicht anderweitig verwendet werden, außer zum Aufbewahren von Soda, Waschpulver &c. Am besten ist, man benutze die Töpfe wieder zum Einmachen der Eier.

90. Meines Wissens besteht eine Imprägnier-Anstalt für Stoffe und Kleider in Romanshorn, die wohl am zuverlässigsten die Arbeit besorgt.

93. Obst für den Haushalt braucht nicht „Klingeldürr“ zu sein, aber es soll sich trocken anfühlen nach dem Dörroprozeß. Solches Dörro gut läßt sich auch schneller weich kochen. Handelt es sich um Dörroobst, das unbegrenzt haltbar sein muß und in den Handel kommt, dann ist es allerdings besser, es „Klingeldürr“ werden zu lassen.

94. Natrium-Benzolat probierte ich und kann es dort empfehlen, wo Zucker mangelt, also weniger als nötig zur Verfügung steht. Ich empfehle es auch dort, wo Konfitüren zu schimmeln beginnen wegen Zuckermangel oder wegen ungeeignetem Aufbewahrungsort (Keller mit Zentralheizung &c.). Aufkochen der schimmelnden Konfitüre ist nötig und der Zusatz von Natrium-Benzolat hat erst zu geschehen, wenn die Konfitüre wieder abgekühlt ist. Das Mittel hat einen Beigeschmack, der sich aber nach einigen Tagen fast verliert und nicht besonders unangenehm ist. Wer noch leere Weckgläser hat, der tut freilich besser, diese mit der wieder aufgekochten Konfitüre zu füllen und 30 Minuten zu sterilisieren, um den Inhalt fast unbegrenzt haltbar zu machen. Man kann sich mit etwas gutem Willen sehr gut behelfen, ohne solche Mittel allzuoft verwenden zu müssen.

94. Die Natrium-Benzolat-Einmach-Tabletten sind in Zürich u. a. auch in den Ablagen des Lebensmittelvereins Zürich erhältlich, zum Preise von Fr. 1.10 die Packung à 10 Tabletten. Gebrauchsanweisung ist beige druckt.

95. Das Aufbewahren von Äpfeln in Häusern mit Zentralheizung dürfte dies Jahr, da Einschränkung der Heizung nötig ist, eher möglich sein. Gute Obsttische, die aus Latten gemacht sind und die Luft gut zirkulieren lassen, sollten mehr dem Baden nach angebracht werden, wo die Temperatur naturgemäß niedriger

bleibt, als in der Höhe. Auch Aufbewahren in lustiger Bodenkammer, bis starker Frost eintritt, wird viel dazu beitragen, daß das Obst, das erst bei größerer Kälte im Keller versorgt wird, haltbarer bleibt. Machen Sie eine Probe, ich glaube, Sie werden davon befriedigt sein.

Resfa.

#### Fragen.

96. Wie fertige ich Pralinés selber an? Dürfte ich auch um ein gutes Haserbiskuit-Rezept bitten und um ein Rezept für annähernd echtes Bündnerschnitzbrot mit wenig Mehl? Müssen die gedörrten Früchte nicht geschwellt werden, wenn man keine Mühle hat zum roh durchtreiben? Ich bitte um Belehrung.

Heimchen am Herd.

97. Ich habe zuweilen in der Dunkelkammer mit der Entwicklung von Röntgenplatten zu tun; dabei habe ich meine weißen Schürzen voller Flecken des sauren Sulfidbades bekommen. Kann mir eine liebe Abonnentin raten, womit sich diese Flecken entfernen lassen?

Schwester L.

98. Ich besitze eine Anzahl selbstgelebter Kaninchenfelle. Könnte eine gütige Leserin eine Schrift oder ein Buch angeben, worin meine Frau Schnittmuster finden würde zur Herstellung von Finken, Rappen, Kragen und andern Kleidungsstücken aus Kaninchenfellen für Kinder und Große? Mit bestem Dank zum voraus.

R.

99. Ich las kürzlich in einem Inserat der Firma Hirzel & Cattani, Rennweg, Zürich, von einem praktischen Dörrofen mit Kochkasten. Es interessiert mich nun sehr, wie dieser Kochkasten aussteht und welche Dienste er der Hausfrau leistet. Kann mir eine Abonnentin, die einen solchen besitzt oder Gelegenheit hat, zu besichtigen, genauere Auskunft geben?

L. in Z.

100. Man rühmt immer die Vorteile des Selbstkochens und die Schmachhaftigkeit der auf diesem Wege hergestellten Gerichte. Ich finde aber, daß manche Speise auf dem Feuer doch besser wird. Fehlt es wohl bei mir an der richtigen Behandlung oder machen andere die gleiche Erfahrung auch?

Junge Hausfrau.

101. Gibt es kein Flugblatt oder Broschüre, die Anleitung zur Herstellung von Finken und Hausschuhen aus Stoffresten erteilen? Hat nicht die Frauenzentrale bei den von ihr veranstalteten Kursen nach einem System gearbeitet? Für Aufschluß dankt

Hausmütterchen.

## Das Ideal-Haushaltungsbuch der Schweizerfrau

kann zu Fr. 1.20 bezogen werden bei  
W. Coradi-Maag, Buchdruckerei, Zürich 4.