

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

Band: 24 (1917)

Inhaltsverzeichnis

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

Schweizerische Blätter
für Haushaltung, Küche, Gesundheits-,
Kinder- und Krankenpflege, Blumen-
:: kultur, Gartenbau und Tierzucht. ::

Herausgegeben unter Mitwirkung tüchtiger Mitarbeiter von
Lina Schläfli in Zürich.

1917



Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich.

Inhalts-Verzeichnis.

| Nr. | Seite | Nr. | Seite |
|--|-------|---|----------|
| Allgemeines. | | | |
| 1, 2 Ueber zeitgemäßes Kochen im einfachen Haushalt, von G. V.-St. | 1, 9 | 12 Verwendung der Pilze, von -n. | 92 |
| 1 Beschäftigung und Erheiterung kranker Kinder von Dr. D. Gotthilf | 3 | 13 Der Reis als Nahrungsmittel, von Dr. F. Uebly-Abolff | 97 |
| 2 Rückblick und Ausblick, von R. G. | 11 | 13 Ueber das Buttern im Haushalt, von M. B. | 99 |
| 3 Unser Hausgeflügel im Winter, von Wilhelm Müge | 17 | 14 Das Konservieren von Obst und Gemüse | 105 |
| 3 Brennstoffe, von G. H. | 18 | 14 Ueber das Dörren, von H.-E. | 107 |
| 3 Die Haarpflege im Krankenbett, von Dr. Thraenhart | 19 | 14 Ein Gang durch die Gärten bringt eitel Freude, von M. | 108 |
| 4 Vom Samenbestellen und Säen, von M. H. | 25 | 15 Die Gelatine im Haushalt, von F. K. | 113 |
| 4 Gas-Sparregeln | 28 | 15 Heilkräuter, von G. | 115 |
| 5 Der Vollweizen als vollwertiges Nahrungsmittel, von D. H. | 33 | 15 Das Konservieren der Früchte durch Einschwefeln, von R. B. | 116 |
| 5 Kopfschmerzen sind Krankheits-signale, von Dr. Thraenhart | 35 | 16 Das Kocheneinfüllen des Obstes in Flaschen | 121 |
| 6 Die Hebung der landwirtschaftlichen Produktion im Dienste der Lebensmittelversorgung des Landes | 41 | 16 Das Kochen der Gemüse, von H.-E. | 123 |
| 6 Schutz gegen Gesundheitschädigungen bei der Frühjahrsreinigung und beim Umzug von Dr. Otto Gotthilf | 43 | 16 Ueber den Wert der Zitrone, von -h. | 124 |
| 7 Zur Hygiene des Fußes, von Dr. H. L. Wafmuth | 49 | 17 Ueber das Wesen, die Ursache und die Bekämpfung der Brotkrankheit, von Dr. G. Ambühl | 129 |
| 7 Vom Mais | 51 | 17, 18 Dörren und Trocknen von Obst und Gemüsen, von F. K. | 131, 138 |
| 7 Frühlingsregen ist ein natürliches Schönheitsmittel, von Dr. Schröder | 51 | 18 Brotsparmittel, von H.-E. | 137 |
| 8 Winke zum Gebrauch der Kochkiste, von Frau Hofmann-Egli | 57 | 18 Bucheckernöl, von F. B. | 140 |
| 8 Einiges über die häufigsten Geflügelkrankheiten, von R. K. | 59 | 19 Obstversorgung und Obsthandel | 145 |
| 9 Sanguinaspeisen als gesunde, billige und nahrhafte Volksgerichte, v. Fr. Kaufmann | 65 | 19 Ersatz für Steinkohlengas durch Acetylgas | 146 |
| 9 Verwendung der Holzasche bei der Wäsche von H. L. | 67 | 19 Seife, von Paul Karst | 147 |
| 9 An unsere Leserinnen! | 69 | 20 Erträge und Verwendung des Zwerg- und Spalierobstes | 153 |
| 10 Die wirtschaftliche Lage der Schweiz und die Bedeutung der hauswirtschaftl. Arbeit der Frau für die Volkswirtschaft | 73 | 20 Verwendung von Berberitzen und Vogelbeeren, von F. K. | 154 |
| 10 Wie können sich unsere Kranken beschäftigen? von Dr. Thraenhart | 75 | 20 Schädigungen des Haarwuchses durch die Frisur, von Dr. Schröder | 155 |
| 10 Nützliche Tiere in Garten und Feld | 76 | 21 Zeitgemäße Betrachtungen, von R. | 161 |
| 11 Die Bekämpfung der Hausmotten, von -i | 81 | 21 Zur Verwertung der Küchenabfälle, von F. B. | 162 |
| 11 Zur Anwendung von Hausmitteln, von Dr. Sartorius | 83 | 21 Zur Kürbisverwendung, von F. K. | 164 |
| 12 Die gesundheitliche Bedeutung der Beerenfrüchte, von Louise Niemer | 89 | 22 Wie wirken Luft und Licht auf unsere Nahrungsmittel ein? von Dr. Lud. Staby | 169 |
| 12 Ein Hausbuch aus dem 18. Jahrhundert von S. in M. | 90 | 22 Haferspeisen, von H.-E. | 171 |
| 12 Der eingewachsene Zehennagel, von Dr. Thraenhart | 91 | 23 Wo liegt der Fehler? von R. Guterjohn | 177 |
| | | 23 Sanguinaspeisen, von F. K. | 179 |
| | | 23 Praktische Erwärmungsmittel, von Dr. Schröder | 180 |
| | | 24 Der Reis als Nahrungsmittel, von H.-E. | 185 |
| | | 24 Begleitung für den Betrieb und Unterhalt von Einzelöfen | 188 |
| | | 25 Unsere Speisezetteln in der Kriegszeit, von H.-E. | 193 |
| | | 25 Winterliche wildwachsende Nuzpflanzen, von Dr. Thraenhart | 196 |
| | | 26 Ein Wort zur Zeit, von F. K. | 201 |
| | | 26 Die Hühnerhaltung ohne Körnerfütterung von G. K. | 202 |
| | | 26 Vorsicht mit Medikamenten, von M. Trott | 204 |

Haushalt.

| | | |
|------------|--|-----|
| 1 | Gefrorene Fensterscheiben auftauen | 4 |
| 1 | Gefrorenes Obst, Kartoffeln, Gemüse, wieder genießbar zu machen | 4 |
| 1 | Wie man das Gefrieren der Wäsche verhindern kann | 4 |
| 1 | Wie man Butter gewinnt | 4 |
| 1 | Mittel gegen Schimmel in Räumen mit feuchten Mauern | 4 |
| 1 | Kaffees Schuhwerk zu behandeln | 5 |
| 1 | Schwarze, verstaubte Samthüte zu reinigen | 5 |
| 2 | Gärende und schimmelnde Konserven wieder genießfähig zu machen | 12 |
| 2 | Die Ausnützung der beim Heizen und Kochen zurückbleibenden Schlacken | 12 |
| 2 | Zweckmäßiges Ausklopfen der Polstermöbel in Zimmern | 12 |
| 3 | Wie Fleisch ohne Fett angebraten werden kann | 20 |
| 3 | Genießt kein frisches Brot! | 20 |
| 3 | Wollene Unterröcke vor starker Abnützung zu bewahren | 20 |
| 3 | Fleckenreinigungsmittel für Seidenstoffe | 20 |
| 3 | Einlagesehlen von Papier | 21 |
| 3 | Reinigungsmittel für rostig gewordene Stahlgegenstände | 21 |
| 4 | Deckschichten aus Holz zu entfernen | 29 |
| 4 | Gedörrtes Obst vor Würmern zu bewahren | 29 |
| 4 | Wie man gefrorene Eier austaut | 29 |
| 5 | Reinigen von ranzigem Fett | 36 |
| 5 | Aufbewahrung von Eiweiß | 36 |
| 5 | Metallene Teelannen blank zu putzen | 36 |
| 5 | Pflege des Schuhwerks | 36 |
| 6 | Der Doppeltopf als Gasparer | 44 |
| 6, 13 | Zweckmäßige Verwendung v. Saccharin 45, | 100 |
| 6 | Bratkartoffeln ohne Fett | 45 |
| 6 | Aufbewahrung vor angeschnittenen Zitronen | 45 |
| 6 | Rohrgeslecht an Stühlen auffrischen | 45 |
| 7 | Einfache Färbemittel für Ostereier | 52 |
| 7 | Rührei ohne Butter | 52 |
| 7 | Das Verzieren der Speisen in der Kriegszeit | 52 |
| 7 | Das Kochsalz im Haushalt | 52 |
| 8 | Ausnützung von Kohlenstaub und -Abfall | 61 |
| 8 | Zweckmäßige Behandlung der Regenschirme | 61 |
| 8 | Möbelkitt für Holzleisten etc. | 61 |
| 8 | Reinigungsmittel für trübgewordene Spiegel | 61 |
| 8 | Fensterläden und Schwämme zu reinigen | 61 |
| 8 | Hellbrennendes Petroleum | 61 |
| 9 | Unser Brotbehälter | 69 |
| 9 | Salatöl-Ersatz | 69 |
| 10 | Getragene schwarze Stroh Hüte aufzufrischen | 76 |
| 10 | Gutes Auffrischungsmittel für verblaßte Tapeten | 77 |
| 10 | Reinigung schmutziger Kachelöfen ohne Seife | 77 |
| 10 | Schadhaft gewordene Böden an Emailleimern selbst auszubessern | 77 |
| 11, 17, 18 | „Ovolactal“ als billiger Ersatz für Eiweiß 84, 132, | 140 |
| 11 | Warum bekommt frisches Brot nicht gut? | 84 |
| 11 | Gras- und Harzflecken zu beseitigen | 85 |
| 11 | Bettfedern zu reinigen | 85 |
| 11 | Wie man angeschnittene Zwiebeln frisch erhalten kann | 85 |

| | | |
|--------|---|-----|
| 12 | Wie Fleischwaren im Sommer vor Fliegen zu schützen sind | 92 |
| 12 | Eiweiß konservieren | 92 |
| 12 | Teppichbehandlung | 92 |
| 12 | Marmor zu reinigen | 93 |
| 12 | Obst-, Kaffee- und Weinsflecken zu beseitigen | 93 |
| 12 | Zweckmäßiges Aufmachen der Hängematten | 93 |
| 13 | Mittel gegen Schwaben, Rissen, Küchen-schaben und Wanzen | 100 |
| 14 | Selbsthergestelltes Backpulver | 109 |
| 14 | Gebrauchtes Wasserglas als Reinigungsmittel | 109 |
| 14 | Verwertung „gebrochener“ Milch | 109 |
| 14 | Rhabarber ohne allzu große Zuckerzugabe | 109 |
| 15 | Was die Hausfrau beim Gemüseeinkauf beachten sollte | 117 |
| 15 | Frischerhaltung von rohen Früchten | 117 |
| 15 | Zitronensaft sterilisieren | 117 |
| 16 | Fettflecken aus Tuch- und Wollstoffen zu entfernen | 125 |
| 16 | Der Eisschrank | 125 |
| 16 | Flaschenreinigungsmittel | 125 |
| 17 | Regeln für die Verwendung von Pilzen in der Küche | 132 |
| 17 | Salatgurken ohne bitteren Geschmack | 132 |
| 17 | Fleisch und Bratlinge ohne Ei zu panieren | 133 |
| 18 | Was viele noch nicht wissen | 141 |
| 18 | Mehrmalige Verwendung von Pergamentpapier zum Verschließen der Einmachgläser und -Töpfe | 141 |
| 19 | Mannigfache Verwendung des Wasserglases im Haushalt | 149 |
| 19 | Säuerliche Fleischbrühe genießbar zu machen | 149 |
| 19 | Suppen zu klären | 149 |
| 20 | Zur Gasverbrauchsfrage | 156 |
| 20 | Kartoffelwasser als Reinigungsmittel | 156 |
| 20 | Rostflecken aus Wäsche zu entfernen | 156 |
| 21 | Hausfrauensorgen an fett- und fleischlosen Tagen | 165 |
| 21 | Schont die Linoleumläufer! | 165 |
| 21 | Entfernung von Tintenflecken aus Parkettböden | 166 |
| 22, 23 | Sparames Heizen 172, | 181 |
| 22 | Wollene Strümpfe ohne Seife zu waschen | 173 |
| 22 | Zur Schonung der gehäkelten Marktneze | 173 |
| 23 | Zimmerschmuck in Vasen und Schalen zur Winterzeit | 181 |
| 24 | Das Dörren der Quitten | 189 |
| 24 | Longeschirr als Ersatz für Aluminiumgeschirr | 189 |
| 24 | Verfälschte Suppen zu verbessern | 189 |
| 24 | Seifige Kartoffeln zu verbessern | 189 |
| 24 | Wie Fische sich leicht schuppen lassen | 189 |
| 25 | Verhaltensmaßregeln bei Bränden, von H. Sch. | 197 |
| 26 | Weihnachtspoesie | 205 |
| 26 | Winkel zur Schonung des Pelzwerks aller Art | 205 |
| 26 | Haferflocken als „Eiersatz“ bei Klößen etc. | 205 |

Gesundheitspflege.

| | | |
|---|-------------------------------------|----|
| 1 | Zimmerhygiene im Winter | 6 |
| 2 | Das Wasser in der Gesundheitspflege | 14 |
| 3 | Zur Mundpflege | 22 |

| Nr. | | Seite |
|-----|--|-------|
| 4 | Behandlung von offenen Frostwunden und erfrorenen Gliedern | 30 |
| 5 | Die rote Nase | 38 |
| 6 | Einfluß der Körperlage auf die Verdauung | 46 |
| 7 | Mittel gegen Hühneraugen | 54 |
| 7 | Waschmittel für blonde Haare | 54 |
| 8 | Zur Haarpflege | 62 |
| 10 | Sommerproffenwasser | 78 |
| 12 | Das Radfahren | 94 |
| 13 | Das Baden im Freien | 102 |
| 14 | Hygiene im Hause | 111 |
| 16 | Ueber die Notwendigkeit des tüchtigen Kauens | 126 |
| 18 | Ursache des Haarausfalls | 142 |
| 19 | Gesundheitswert des Gähnens | 151 |
| 20 | Schlechter Gesundheitszustand durch mangelhaftes Atmen | 157 |
| 22 | Die Wirkung der künstlichen Lichtquellen auf das Auge | 174 |
| 23 | Wie können wir Herbst- und Winterkatarrhe verhüten? | 182 |
| 25 | Das Kieselbad — ein Ersatz für das Wannbad | 198 |

Kinderpflege und Erziehung.

| | | |
|----|--|-----|
| 1 | Eine zierliche Blumenampel zur Freude der Kinder | 7 |
| 2 | Das tägliche Bad im 1. Lebensjahr | 15 |
| 2 | Unaufmerksame Schulkinder | 15 |
| 3 | Die Unterkleidung unserer Kinder | 22 |
| 4 | Die geistige Entwicklung des kleinen Kindes | 31 |
| 5 | Zahnpflege des Kindes | 39 |
| 7 | Die Schulumüdigkeit | 54 |
| 7 | Halsentzündung (geschwollene Mandeln) | 54 |
| 8 | Anleitung zur Reinlichkeit beim Säugling | 63 |
| 9 | Maßnahmen gegen die entzündlichen Reizzustände beim Zahnen der Säuglinge | 71 |
| 10 | Warum Kinder häufig an Würmern leiden | 79 |
| 10 | Zur Förderung des mangelhaften Haarwuchses kleiner Kinder | 79 |
| 11 | Die Entwicklung der Sinnesorgane | 86 |
| 12 | Wehret dem Zerstörungstrieb der Kinder! | 95 |
| 13 | Ueber das Treppensteigen der Kinder | 103 |
| 13 | Drüsenanschwellungen | 103 |
| 14 | Luftbäder für Kinder | 111 |
| 16 | Winke zur Säuglingspflege im Sommer | 127 |
| 17 | Reizbare Kinder zu besänftigen | 135 |
| 18 | Die Zahnung | 143 |
| 19 | Zweckmäßige Kleidung für kleine Kinder | 151 |
| 20 | Wie große Portionen Milch soll man dem Säugling geben? | 158 |
| 21 | Die englische Krankheit | 167 |
| 22 | Kopfschmerz bei Kindern | 175 |
| 22 | Gewöhnung an unbedingten Gehorsam | 175 |
| 23 | Behandlung bei Nasenbluten | 183 |
| 23 | Mittel gegen Blähungen bei kleinen Kindern | 183 |
| 24 | Der Zerstörungstrieb unserer Kinder | 190 |
| 25 | Der Scharlach | 198 |
| 26 | Langanhaltender Schlaf der Neugeborenen | 207 |

Krankenpflege.

| | | |
|---|---------------------------------|----|
| 1 | Frostbeulen an Händen und Füßen | 6 |
| 1 | Vergiftungen | 6 |
| 2 | Anleitung zu Notverbänden | 14 |

| Nr. | | Seite |
|-----|--|-------|
| 4 | Die Anwendung der Arzneien auf die Haut | 31 |
| 5 | Einreibungen als Heilmittel | 38 |
| 5 | Heilmittel bei Kopf- oder Zahnweh | 38 |
| 6 | Die Grippe oder Influenza | 47 |
| 7 | Die hygienische Bedeutung des Gurgelns bei Erkrankungen des Mundes | 54 |
| 8 | Gutes einfaches Mittel gegen Hexenschuß | 63 |
| 9 | Anwendungen bei Erkältungen im Frühjahr | 71 |
| 10 | Künstliche Atmung | 78 |
| 11 | Gute frisch. Luft im Krankenzimmer | 86 |
| 12 | Schmerzstillende Hausmittel | 94 |
| 12 | Schutz gegen Hitzschlag | 95 |
| 13 | Zur Trinkerbehandlung | 102 |
| 14 | Behandlung bei Pilzvergiftungen | 111 |
| 16 | Behandlung Ertrunkener | 127 |
| 18 | Hausmittel gegen Augenschmerzen | 143 |
| 20 | Hilfe bei Magenblutungen | 158 |
| 22 | Knochenbrüche | 174 |
| 22 | Vergiftungen | 174 |
| 24 | Lungenblutungen | 190 |
| 26 | Die Trichinen | 207 |

Gartenbau und Blumenzucht.

| | | |
|----|---|-----|
| 1 | Blühende Winterpflanzen als Zimmer schmuck | 7 |
| 2 | Frisches, würziges Grün als Salatwürze | 15 |
| 2 | Pflege der Palmen im Winter | 15 |
| 3 | Das Umgraben im Gemüsegarten | 23 |
| 4 | Kränkende Zimmerpflanzen | 32 |
| 5 | Gartenarbeiten im Monat März | 89 |
| 5 | Empfehlenswerte Wurzelgemüse für den Hausgarten | 39 |
| 6 | Abstände beim Pflanzen der Gemüse | 47 |
| 7 | Frühgemüse | 55 |
| 7 | Die Kiesebe | 55 |
| 8 | Der Rhabarber | 63 |
| 10 | Die Pelargonien | 79 |
| 11 | Beschaffung von Wasser im Gemüsegarten | 87 |
| 12 | Blumenampeln | 95 |
| 13 | Topfkultur der Tomaten | 103 |
| 15 | Die silberweiße Pariser Sommerzwiebel | 119 |
| 17 | Behandlung der Bäume bei Hagelschaden | 135 |
| 17 | Vertilgung der Wespen | 185 |
| 18 | Anbau von Johannisbeeren | 143 |
| 19 | Suppenzrün für den Frühling | 152 |
| 20 | Die Behandlung des Samens | 158 |
| 20 | Das Einpflanzen der Tulpen | 159 |
| 21 | Wie man Obst pflückt | 167 |
| 22 | Gemüsesamenbau-Prämierung | 175 |
| 22 | Samengewinnung der Tomaten | 175 |
| 22 | Das Winterquartier unserer Zimmerpflanzen | 175 |
| 23 | Beachtenswerte Ratschläge für die Einwinterung der Gemüse | 183 |
| 24 | Schutzvorrichtungen für zarte, empfindliche Rosenforten im Spätherbst | 191 |
| 26 | Das Düngen der Zimmerpflanzen im Winter | 208 |

Tierzucht.

| | | |
|----|---|--------|
| 1 | Pflege des Geflügels | 7 |
| 2 | Zur Pflege kranker Hühner | 16 |
| 3, | 8 Kaninchenställe | 23, 64 |
| 3 | Enten, Gänse und Puten | 28 |
| 5 | Behandlung sog. Kalkbeine beim Geflügel | 39 |
| 7 | Zur Kaninchen- und Geflügelhaltung | 55 |

| Nr. | | Seite |
|-----|---------------------------------------|-------|
| 10 | Das Federnfressen der Hühner | 80 |
| 11 | Ziegen- und Schafhaltung | 87 |
| 12 | Die Entenzucht | 95 |
| 13 | Mahnung an die Kutscher | 103 |
| 13 | Ein Loblied auf die Kröte | 103 |
| 15 | Grünfütter für die Hühner | 120 |
| 17 | Reinhaltung der Schweine | 135 |
| 17 | Hunde von Flöhen zu befreien | 135 |
| 18 | Taubenzucht | 144 |
| 20 | Die Rase | 159 |
| 20 | Mittel gegen Durchfall der Hühner | 159 |
| 21 | Der Wellensittich | 168 |
| 22 | Zur Schweinesütterung | 176 |
| 24 | Die Kleintierzucht (Nutzen der Ziege) | 191 |
| 25 | Die Kaninchenzucht | 199 |

Kochrezepte.

Suppen.

| | | |
|----|---|-----|
| 1 | Rüblisuppe | 5 |
| 2 | Käsesuppe | 13 |
| 3 | Rumford-Suppe | 21 |
| 4 | Hafermehlsuppe | 29 |
| 5 | Stettinersuppe | 37 |
| 6 | Wurstsuppe | 45 |
| 7 | Julienne-Suppe | 53 |
| 8 | Frühlingskräutersuppe | 61 |
| 9 | Kostsuppe | 70 |
| 10 | Brotsuppe | 77 |
| 11 | Sauermilchsuppe | 85 |
| 12 | Spinatsuppe mit Mais | 93 |
| 13 | Mangoldsuppe | 101 |
| 14 | Minestra | 109 |
| 15 | Späglisuppe | 118 |
| 16 | Reizlersuppe | 125 |
| 17 | Feine Karottensuppe | 133 |
| 18 | Salatsuppe | 141 |
| 19 | Suppe von Magerkäse | 150 |
| 20 | Blumenkohlsuppe | 156 |
| 21 | Suppe von Mais- oder Reistreifen | 166 |
| 22 | Kartoffelsuppe mit Fleisch- oder Wursteinlage | 173 |
| 23 | Bohnen- und Bohnensuppe | 181 |
| 24 | Grüne Zwiebelsuppe | 189 |
| 25 | Suppe von übriggebliebenem Kartoffelstock | 197 |
| 26 | Kastaniensuppe mit Sellerie | 205 |

Fischgerichte.

| | | |
|----|-----------------------------|-----|
| 1 | Mayonnaise in Muscheln | 5 |
| 4 | Anchovis-Sauce | 30 |
| 5 | Einfacher Fischsalat | 37 |
| 7 | Fisch in Sulz | 53 |
| 15 | Tomaten mit Fisch gefüllt | 118 |
| 22 | Reis mit Fisch | 173 |
| 25 | Sauerkrautpastete mit Fisch | 197 |

Fleischgerichte, Saucen etc.

| | | |
|---|---|----|
| 1 | Rindsbraten aus halbweich gekochtem Rindfleisch | 5 |
| 1 | Fleischkrapsen | 5 |
| 2 | Billiger Hackbraten | 13 |
| 2 | Sauerkraut mit Fleischeinlage | 13 |
| 2 | Gratinsauce | 13 |

| Nr. | | Seite |
|-----|---|-------|
| 3 | Eintopfgericht | 21 |
| 4 | Gebackene Kalbsfüße | 29 |
| 4 | Gefröse | 30 |
| 5 | Kalbsohren | 37 |
| 6 | Leberknödel | 45 |
| 6 | Nesteküchlein | 46 |
| 7 | Ragout mit Polenta | 53 |
| 8 | Gefochtes Ruheuter | 61 |
| 8 | Schafskoteletten mit Reis | 62 |
| 9 | Gebackene Kutteln | 70 |
| 9 | Falsche Mayonnaise | 70 |
| 10 | Topfbraten | 77 |
| 11 | Brätkügel | 85 |
| 12 | Kalbsfüße mit Tomatensauce | 93 |
| 12 | Gebratenes Kaninchen | 93 |
| 13 | Lammfleisch mit Kartoffeln und Bohnen | 101 |
| 13 | Rindsleber mit Brot | 101 |
| 14 | Kalbsherz und Lunge mit Reis | 109 |
| 14 | Sagina-Püree | 109 |
| 16 | Rindsniere mit Zwiebelsauce | 125 |
| 16 | Kartoffeln mit Fleischresten | 125 |
| 17 | Rindsbraten mit Wasser | 133 |
| 18 | Ragout mit Kohl und Reis | 141 |
| 19 | Kapuzinerschnecken | 150 |
| 19 | Sauersüße Leber | 150 |
| 20 | Gratinierte Kutteln | 156 |
| 21 | Gefüllte Kalbsbrust (mit Blutfülle) | 166 |
| 23 | Lunge oder Gric in Sauce | 182 |
| 23 | Bodenkohlraben mit Reis und Fleisch | 182 |
| 23 | Meerrettigsauce (warm) | 182 |
| 24 | Mehrücken | 189 |
| 25 | Geräuchertes Ruheuter mit weißen Bohnen | 197 |
| 26 | Gedämpfter Hase | 205 |

Mehl-, Milch- und Eierspeisen.

| | | |
|----|--|-----|
| 1 | Kirschenauflauf | 6 |
| 2 | Zwetschgenschnitten | 13 |
| 3 | Apfelschale | 22 |
| 4 | Westfälischer Zwetschgenpudding | 30 |
| 5 | Arme Ritter von Kartoffelteig | 37 |
| 6 | Gnocchi | 46 |
| 7 | Osternbohnen | 53 |
| 9 | Hörnli in Sauce | 70 |
| 10 | Ravioli (Genueserrezept) | 77 |
| 10 | Reis mit Pilzsauce | 77 |
| 10 | Wiener Omeletten | 78 |
| 11 | Fastenkutteln mit Käse | 84 |
| 11 | Falsche Hirnküchlein | 85 |
| 12 | Süße Maisschnittchen | 93 |
| 12 | Zarentrost | 94 |
| 13 | Makkaroni mit Rhabarber | 101 |
| 13 | Kalte Hafer- und Haferflockensuppe mit Erdbeeren | 101 |
| 14 | Geröstete Haferflocken | 109 |
| 14 | Sauermilchcreme mit Früchten | 110 |
| 14 | Yoghurt | 110 |
| 15 | Maispfluten | 118 |
| 15 | Rhabarberreis | 118 |
| 16 | Johannisbeergrüge | 126 |
| 17 | Griessspeise mit Früchten | 134 |
| 18 | Maisspudding mit Tomatensauce | 141 |
| 18 | Birnenpizocel | 142 |
| 19 | Obstauflauf | 150 |
| 21 | Rudelpuffer | 166 |
| 22 | Mehlbrei | 173 |

| Nr. | | Seite |
|-----|------------------------------|-------|
| 23 | Buttermilch-Kartoffelauflauf | 182 |
| 24 | Kartoffel-Gierkuchen | 190 |
| 25 | Zwetschgenreiskopf | 198 |
| 26 | Makkaroni mit Zwiebelsauce | 206 |
| 26 | Apfelauflauf | 206 |

Gemüse, Obst, Salate.

| | | |
|----|--|-----|
| 1 | Grünkohlklöße | 5 |
| 1 | Kartoffeln mit Käse | 5 |
| 2 | Gelbe Rüben und Äpfel | 13 |
| 2 | Salat ohne Del, gemischter | 13 |
| 3 | Selleriefüße | 21 |
| 3 | Grünkernbraten | 21 |
| 3 | Sauerkrautklöße | 21 |
| 3 | Schwarzwürzeln | 22 |
| 4 | Pilzbratlinge | 30 |
| 4 | Kartoffelstock mit weißen dürren Bohnen oder Erbsen | 30 |
| 5 | Selleriebrötchen | 37 |
| 5 | Erbsenbällchen | 37 |
| 5 | Falscher Spargel | 37 |
| 6 | Sauerkraut mit Erbsen | 45 |
| 6 | Krautfüße | 46 |
| 6 | Drangenreis | 46 |
| 7 | Löwenzahnsalat | 53 |
| 7 | Bodenkohlraben mit Käse | 53 |
| 7 | Rote Grütze mit Gelee | 53 |
| 8 | Gedünsteter Spinat | 62 |
| 8 | Gemischte Klöße | 62 |
| 8 | Haferflocken mit Rhabarber | 62 |
| 9 | Bohnenwürstchen | 70 |
| 9 | Obstbrei | 70 |
| 10 | Grüne Hopfenspitzen | 78 |
| 10 | Räbenschößsalat | 78 |
| 10 | Pflaumensulz | 78 |
| 11 | Spinat-Reispudding | 85 |
| 11 | Nettigsalat | 86 |
| 11 | Rhabarberbrot | 86 |
| 11 | Zitronengallert | 86 |
| 12 | Reisalat | 93 |
| 12 | Spargelpastete | 93 |
| 13 | Spinatreis | 101 |
| 14 | Gurken mit Sanguinapüree | 109 |
| 14 | Gemüsefuchlein (Fleischersatz) | 109 |
| 14 | Heidelbeerkaltschale mit Milch | 110 |
| 15 | Mischgemüse | 118 |
| 15 | Bohnensalat | 119 |
| 16 | Gemüse von Kohlrabenblättern | 125 |
| 16 | Tomatensalat | 126 |
| 17 | Kartoffelstock mit frischen Erbsen | 133 |
| 17 | Tomatenfüße | 133 |
| 18 | Pilzkartoffeln | 142 |
| 18 | Kürbiskompott mit Äpfeln | 142 |
| 19 | Rübli und grüne Bohnen | 150 |
| 19 | Holundermus | 150 |
| 19 | Kartoffelstock mit Äpfeln | 150 |
| 20 | Gemüsepudding | 156 |
| 20 | Salat in Tomatenkörbchen | 156 |
| 20 | Kartoffelriebe | 156 |
| 20 | Birnenmus | 157 |
| 20 | Holunderköpfl | 157 |
| 20 | Süße Gelatinespeise mit Zwetschgen | 157 |
| 21 | Gurkenauflauf | 166 |
| 21 | Gefüllte Gurken | 166 |

| Nr. | | Seite |
|-----|--|-------|
| 21 | Hoher Karottensalat | 166 |
| 22 | Gurkengemüse | 173 |
| 22 | Krautwickel mit Makkaroni in Tomatensauce | 173 |
| 22 | Bratäpfel | 174 |
| 23 | Mischsalat | 182 |
| 23 | Schokolade-Birnen | 182 |
| 24 | Kartoffelrösti mit Blutwurst | 189 |
| 24 | Kartoffelauflauf mit Blutwurst | 189 |
| 24 | Reste von Kartoffelstock und Blutwurst | 190 |
| 24 | Räbenmus | 190 |
| 25 | Sauerkrautpastete mit Fisch | 197 |
| 25 | Falsches Rotkraut von roten Rüben (Randen) | 197 |
| 26 | Braten aus Hülsenfrüchten | 206 |
| 26 | Feiner Kartoffelsalat | 206 |

Kuchen, Torten, kleines Backwerk.

| | | |
|----|----------------------------------|-----|
| 1 | Apfelstrudel | 6 |
| 2 | Maiskuchen mit Äpfeln | 13 |
| 3 | Quarktorte | 22 |
| 4 | Apfelmuskuchen | 30 |
| 5 | Schichttorte | 37 |
| 7 | Haferflockenkuchen | 54 |
| 8 | Spinatwähe | 62 |
| 9 | Kriegskuchen | 70 |
| 13 | Simeli- oder Rüblikuchen | 101 |
| 16 | Kirschkuchen mit Gallert | 126 |
| 18 | Zwetschgenkuchen | 142 |
| 21 | Kartoffelpastete mit Obstfüllung | 166 |
| 22 | Biesttorte | 174 |
| 23 | Polentakuchen mit Äpfeln | 182 |
| 24 | Ungebackene Torte | 190 |
| 25 | Kartoffelkuchen mit Hefe | 198 |
| 26 | Weihnachtstorte | 206 |

Weihnachtsgebäck.

| | | |
|----|----------------------------|-----|
| 26 | Weihnachtsstollen | 206 |
| 26 | Billiges Weihnachtskonfekt | 206 |
| 26 | Marmeladeplätzchen | 206 |
| 26 | Feigenbrot | 207 |
| 26 | Kleines Kartoffelgebäck | 207 |

Eingemachte Früchte, Gemüse.

| | | |
|----|--------------------------------------|-----|
| 13 | Rhabarber-Marmelade | 102 |
| 13 | Dreifruktmarmelade | 102 |
| 14 | Falsche Drangenmarmelade | 111 |
| 14 | Eingemachte Champignons | 111 |
| 14 | Bohnen in Essig | 111 |
| 14 | Sensgurken | 111 |
| 14 | Kohlraben in Dunst | 111 |
| 15 | Johannisbeermus mit Rübenezusatz | 119 |
| 15 | Kirschmus ohne Zucker (Kirschkreide) | 119 |
| 15 | Pilzextrakt | 119 |
| 15 | Bohnen roh, in Flaschen eingemacht | 119 |
| 16 | Heidelbeermus | 126 |
| 16 | Gurkensauce | 126 |
| 16 | Salzgurken | 126 |
| 16 | Dörren von Kartoffeln | 126 |
| 17 | Verwertung von Fallobst | 134 |
| 17 | Vogelbeergelee (Ebereschen) | 135 |
| 17 | Salzbohnen | 134 |
| 18 | Birnen im Dunst | 142 |
| 18 | Apfel-Marmelade mit Kürbis | 142 |

| Nr. | Seite | Nr. | Seite |
|-----|-------|-----|-------|
| 18 | 142 | 20 | 157 |
| 18 | 142 | 21 | 166 |
| 19 | 150 | | |
| 19 | 150 | | |
| 19 | 151 | | |
| 19 | 151 | | |
| 20 | 157 | | |
| 20 | 157 | | |

| Getränke. | |
|------------------|-----|
| 12 | 94 |
| 13 | 101 |

