

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

**Band:** 27 (1920)

**Heft:** 3

**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:** 04.02.2025

**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. 3.— halbjährlich Fr. 1.50. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstraße 27 und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.  
Insertionspreis: Die einspaltige Nonpareillezeile 45 Cts.

Nr. 8. XXVII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in 24 Nummern

Zürich, 31. Januar 1920.

Steh immer über allem Glück, steh keines  
Für einzig, für das höchste an, damit  
Du Augen, Herz und Sinn dir frei erhältst:  
Mit deinen fernern Tagen mitzuleben;  
Verbunke dir dein vorig Leben nicht  
Durch Tränen, noch verschütte dir den Weg  
Der heimlichen Erinnerung durch Reue.  
So lebst du gegenwärtig mit dem Geist  
In süßer Gegenwart, der immer reichen.

Leopold Schefer.

## Die Kochkiste und ihre Verwendung.

(Nachdruck verboten.)

Zum Sparen gehört der Selbstkocher. In welcher Form er im Haushalt gebraucht wird (Selbstkocher, Dampfhaube, Kochkiste), ermöglicht er eine große Ersparnis an Brennmaterialien und eine bessere Ausnützung der Nahrungsmittel. Die Speisen können nicht einkochen und nicht anbrennen, Cerealien ergeben im Gegenteil eine größere Speisemenge durch das langsame Aufquellen; durch den längeren Kochprozeß bei gutem Verschluss bleibt das Aroma und damit die besten Bestandteile der Nahrungsmittel erhalten und die Speisen werden wohl schmeckend und nahrhaft. Die Vorteile der Kochkiste sind wohl allgemein bekannt und es soll nur in dieser brennstoffarmen Zeit immer wieder darauf hingewiesen werden, daß die einfachste, im Haushalt selbst angefertigte Kiste denselben Dienst tut wie ein Selbstkocher oder eine Dampfhaube und daß sie auch auf dem Lande bei Holzfeuerung mit Vorteil verwendet werden kann.

Nachstehend beschreiben wir die Herstellung von zwei einfachen Kisten.

1. Man verwendet eine Spezereikiste, die keine Ritzen hat, oder einen alten Holzkoffer (namentlich für größere Betriebe passend), für hohe Töpfe auch weite Fäßchen, Körbe &c. Für den Haushalt benützt man am besten eine längliche Kiste, in der zwei bis drei Geschirre nebeneinander gestellt werden können. Man berechnet in Höhe und Umfang 20—30 Cm. mehr, als die zur Verwendung gelangenden Kochgeschirre. Holzwohle, Seegras, Papier, Watte, Wolle sind schlechte Wärmeleiter. Sie bewirken, daß die Wärme auch ohne jede Feuerung in den umhüllten Gefäßen erhalten bleibt.

Die Kiste wird nun am Boden und an den Seiten mit mehreren Lagen Zeitungspapier belegt und über diese ein sauberes, starkes Packpapier genagelt oder geklebt. Dann füllt man mit sauberer, trockener Holzwohle oder Heu auf, drückt die zu verwendenden Töpfe hinein und stopft ringsherum so fest aus, daß, wenn man den Topf herausnimmt, ein leerer Raum bleibt. Den Rand dieser Öffnung umgibt man mit starkem Papier oder Karton, stellt die Töpfe hinein, bedeckt auch die ganze Oberfläche mit einem Karton und schneidet die entsprechenden Rundungen für die Geschirre genau aus. Man bedeckt die Oberfläche gut mit einem mit Holzwohle oder ähnlichem Stoff gefüllten Rissen. Der Deckel wird mittels Lederriemens oder Scharnieren befestigt, vorne mit einem Schloß oder Hasen verschließbar gemacht. Der Deckel

muß genau auf die Ritze passen und gut schließen.

2. Eine dauerhafte und sehr hübsche Ritze kann man auf folgende Art herstellen: Die Ritze oder Truhe, die der Größe der Kochtöpfe mit ca. 20 Cm. Zugabe entsprechen soll, wird am Boden und auf den Seiten mit einigen Lagen Zeitungspapier belegt, darauf kommt eine gute Schicht Holzwole oder Seegras. Auf Futterstoff wird eine Lage Watte, Filz oder auch alte wollene saubere Lappen gleichmäßig aufgenäht und die Holzwole oder das Seegras damit bedeckt, so daß eine Polsterung entsteht. Der Futterstoff wird straff angezogen, an Boden und Wänden rings um den Rand der Ritze befestigt, wobei darauf zu achten ist, daß der Stoff nicht über den Rand hinausgeht, sondern innerhalb der Ritzenwand befestigt wird, damit der Dedel genau aufliegen kann. Je dichter und sorgfältiger die Polsterung gemacht wird, je zweckmäßiger wird die Ritze sein. Über das Futter wird nun ein waschbarer Überzug aus hübscher Cretonne, alten Schürzen oder Rissenbezügen angefertigt, den man immer wieder abnehmen und waschen kann. Bei der Anfertigung achte man darauf, daß dieser genau der Länge und Breite der Ritze entspricht. Die Polsterung, die im Anfang natürlich sehr viel Raum einnimmt, wird durch die Töpfe halb zurückgedrängt. Nun fertigt man kleine, flache Rissen an (aus zwei Lagen Watte mit Waschtstoff überzogen), die dann zwischen die Gefäße gelegt werden; der Raum zwischen diesen muß stets gut ausgefüllt sein. Als Abschluß dient ein großes, gut mit Holzwole, Seegras oder Federn gefülltes Rissen, das den Inhalt der Ritze vollständig bedeckt. Die Innenseite des Dedels wird mit Papier belegt und mit dem Waschtstoff überspannt. Die Außenseite der Ritze wird entweder lackiert oder mit Cretonne überzogen. Der Dedel wird mit Lederrücken an der Ritze befestigt.

Für den Gebrauch der Kochkiste können alle Gefäße mit Ausnahme von Kupfer und Messing verwendet werden, auch

Pfannen mit Stiel, wofür sich namentlich die Ritze Nr. 2 eignet. Die Pfanne wird so eingesetzt, daß der Stiel gegen die Mitte der Ritze gerichtet ist und ein kleineres Geschirr daneben gestellt werden kann. Ein Haupterfordernis sind gut schließende Dedel, die keinen Dampf ausströmen lassen. Hat man keine solchen mit Rand, so können sie auch umgestülpt auf das Geschirr (namentlich bei Pfannen) gelegt werden, um auf diese Weise besser zu verschließen. Die Größe der Geschirre sollte so berechnet sein, daß sie mit den zu kochenden Speisen bis mindestens zu  $\frac{3}{4}$  Höhe gefüllt werden können. Die Speisen werden kürzere oder längere Zeit, je nach der Konsistenz, vorgekocht; lockere, flüssige Speisen, wie Suppen, Reis &c. kürzere Zeit (5—20 Min.), je nach Quantum. Festere, dicht aufeinander liegende Nahrungsmittel, wie Fleisch, Hülsenfrüchte, erfordern 30—40 Minuten Vorlochzeit. Einige Minuten vor dem Einsetzen der Töpfe darf der Dedel nicht mehr abgenommen werden, damit der Dampf nicht entweicht. Den meisten Speisen ist ein langes Dämpfen in der Kochkiste weniger nachteilig, als auf dem Herd. Daraus ergibt sich, daß auch Speisen mit weniger langer Kochzeit gleichzeitig mit anderen eingesetzt werden können. Will man dies aus irgend einem Grunde nicht, so kann ein zweiter Topf auch später eingesetzt werden, vorausgesetzt, daß der erste gut eingewickelt ist und das Einsetzen so rasch vor sich geht, daß keine Wärme entweichen kann. Beim Herausnehmen sind die Speisen nach Bedarf auf dem Feuer noch kurz aufzukochen.

Vielfach — namentlich auf dem Lande — herrscht die Ansicht, die Kochkiste könne nur bei Gasfeuerung zur Verwendung kommen. Dies ist ein Irrtum; bei der Herstellung der ersten Kochkisten kannte man allgemein nur die Holzfeuerung. Werden die Speisen auf Holz in der Pfanne oder im Topfe vorgekocht, so wird ein alter Lappen auf die Herdplatte gelegt und beim Aufheben des Gefäßes vom Feuer der Boden leicht damit abgewischt, um glühende Holz- oder Kohlenkörperchen zu entfernen.

Dann werden die Gefäße sofort in die Ritze gesetzt. Damit diese nicht gleich schwarz wird vom Pfannenruß, legt man ein Zeitungspapier auf den Boden. Daß auf dem Lande durch Anfertigung einer besondern Ritze, am besten eines Fasses, für das Ablochen des Schweinesutters viel Brennstoff erspart werden kann, ist selbstverständlich.

Als Gebrauchregeln merke man sich:

1. Die Speisen müssen zugedeckt vorlochen, je nach Inhalt und Quantum.
2. Der Deckel des Kochgefäßes soll gut schließen, damit kein Dampf entweichen kann.
3. Die Gefäße müssen bis mindestens  $\frac{3}{4}$  Höhe gefüllt sein, sonst erkaltet der Inhalt.
4. Das Einsetzen muß rasch vor sich gehen, der Kocher wird deshalb zweckmäßig in nächste Nähe des Herdes gestellt.
5. Man rechnet gewöhnlich die doppelte Kochzeit. Ein längeres Verweilen der Speisen im Kocher gereicht ihnen eher zum Vorteil.
6. Nach jedem Gebrauch muß der Selbstkocher oder die Ritze gut gelüftet werden.

Folgende Zeitangaben, die sich selbstverständlich auch nach dem Quantum richten (für zwei und sechs Personen berechnet), sind zu beachten:

	Vorlochzeit Minuten	In der Ritze Stunden
Suppen (Erbsen u. Gerste = $\frac{1}{2}$ Stunde)	5—10	2—6
Fleisch	20—30	3—6
Grüne Gemüse	10—30	2—4
Dörrgemüse	15—40	2—6
Hülsenfrüchte (am besten zweimal einsehen)	25—45	3—6
Kartoffeln	2—10	1—4
Teigwaren	2—5	$\frac{1}{2}$ —1
Obst	3—5	1—2
Dörrobst	5—20	2—5
Pudding im Wasserbad	15—40	2—6

F. K.

Man sollte die Frau mit all den Kenntnissen ausstatten, die sie fähig machen, des Mannes Arbeit zu verstehen und ihm zu helfen, wenn es sein muß.

John Austin.

## Gesundheitlicher Wert der Zimmerpflanzen im Winter.

Von Dr. Gerner.

(Rauchbrand verboten.)

„Blumenduft hat sie getötet!“ Mit diesen Worten schließt Freiligrats Dichtung „Der Blumen Rache“, welche von Wertheimer auch mit dem Pinsel festgehalten worden ist. In der Tat können für sensible Personen sehr strenge und nervenerregende Gerüche, namentlich wenn sie die ganze Nacht hindurch im geschlossenen Zimmer einwirken, gesundheitsschädlich sein. Beispiele davon finden sich auch in der medizinischen Literatur. Von stark duftenden Pflanzen, wie Hyazinthen, dürfen im geschlossenen Wohnzimmer stets nur wenige stehen, im Schlafzimmer gar keine. Sie mögen die Räume schmücken, in denen man sich nicht dauernd aufhält. Dies gilt natürlich nur für den Winter. Im Sommer, wo jeder gesundheitsliebende Mensch die Fenster stets geöffnet hält, kommt es nicht so genau darauf an; da findet fortwährend eine genügende Erneuerung der Binnenluft von außen statt. Aber für den Winter möge man doch einige hygienische Winke beachten.

Im Schlafzimmer brauchen überhaupt weder Topfpflanzen noch abgeschnittene Blumen zu stehen. Schon in der Schule lernen wir: Die Pflanzenwelt spendet nur bei Tage gesunde Atemspeise, bei Nacht aber atmet sie Kohlenäure aus. Und was nützen uns zudem die Blumen des Nachts, wo wir sie nicht sehen? Da das Wasser, in welchem geschnittene Blumen stehen, leicht verdirbt, soll man es öfters erneuern. Alles Welke und Abgeblühte sieht nicht nur häßlich aus, sondern geht auch leicht in Verwesung über, muß daher täglich entfernt werden. Zimmerpflanzen sollen im Winter auch nicht gedüngt werden; denn einerseits ist dies bei dem langsameren Wachstum gar nicht nötig, andererseits verschlechtert es die Luft bedeutend. Auch braucht man das Wohnzimmer, in dem man sich ständig aufhält, nicht gerade in einen Wintergarten zu verwandeln, aber Fensterbrett und Blumen-

tisch können mit Topfpflanzen besetzt sein. Sucht man zu verhüten, daß die Eigenschaften der Blumen und Topfpflanzen Schaden stiften können, dann gereichen sie der Zimmerluft und den Insassen zum Vorteil. Zunächst erfrischen und durchdunsten sie die Luft in wohlthuender Weise.

Das Muster gesunder Lungenspeise ist ja die frische, reine Luft der freien Atmosphäre. Diese besteht in der Hauptsache aus 21 Teilen Sauerstoff und 79 Teilen Stickstoff. Wie nun beim Getränk, so finden sich auch bei der Lungenspeise frische und schale Zustände, ohne daß die Hauptbestandteile selbst verschieden gemischt wären.

In der Atmungsluft übt eine vorzüglich erfrischende Wirkung die von der grünenden Vegetation durchdunstete Form aus, welche der freien Natur entquillt. Das hat jeder schon bei Spaziergängen durch Wald und Wiese empfunden. Hierzu kommt noch der „Balsambuft“, welchen Blüten und manche Bäume spenden. Pflügt man doch den harzigen Nadelbust als heilkräftig zu bezeichnen. Der balsamische Duft der Wälder reizt den Appetit zum tiefen Vollatmen. Wir fühlen unsere Nüstern sich weiten, unsere Lungen sich beschwingen, unsere „Lebensgeister“, Blut und Nerven, sich neu beleben.

Ein gut Teil von diesem erfrischenden und belebenden Beigeschmack der Luft bringen wir mit den grünenden und blühenden Pflanzen auch in unser winterlich abgeschlossenes Gemach. Sie spenden uns etwas von der gesunden, sommerlichen Vegetationsluft der Natur, in der jetzt alles in Eis und Schnee vergraben liegt. Den balsamischen Waldbust können wir hervorzaubern durch Aufstellen von Tannenzweigen.

Besonders unangenehm und nachteilig wirkt die Binnenluft im Winter durch ihren Mangel an Feuchtigkeit. Sie ist meist schuld an dem Aufspringen der Lippen. Auch die noch viel zartere Schleimhaut der Lungenästen (Bronchien) leidet bei der ständigen Einatmung trockener Luft; es entsteht der „trockene Winterhusten.“

Daher muß man für die nötige Feuchterhaltung der Heizluft sorgen. Dies geschieht nun in einfacher und vorzüglicher Weise durch schnellwachsende Schlinggewächse, z. B. Trabeantien, und durch Blattpflanzen, die man öfters bespritzt. Bei dem im warmen Zimmer täglich nötigen Begießen und Bespritzen ersieht man am besten, welche große Menge Wasser diese verbrauchen und ausatmen.

Zu solchen gesundheitlichen Vorteilen kommt noch als wesentlicher Umstand der ästhetische Genuß, die Gemüts-Anregung, welche Zimmerpflanzen gewähren. Das Verfolgen des Wachstums, der Entwicklung von Knospen und Blüten, bildet eine edle Erholung. Vom Blumenständer und Fensterbrett mit wohlgepflegten Pflanzen lacht überall echt bürgerliche Gemütslichkeit heraus. Daher auch der günstige Einfluß auf die Stimmung der Kranken und Genesenden. Professor Dr. Martin Mendelsohn sagt in seiner Abhandlung „Der Komfort des Kranken“: Vergesst die Blumen nicht! Blumen gehören ebenso gut zur Behandlung des Kranken wie Arznei. Blumen dürfen in keinem Krankenzimmer fehlen. Will man vorsichtig sein, so kann man sie des Nachts aus dem Zimmer bringen; auch braucht man nicht gerade die am stärksten dunstenden zu wählen. Ich würde es mir nie nehmen lassen, einem Kranken einen Strauß Rosen oder Veilchen als erstes Geschenk zu bringen. Ständigen Aufenthalt müssen in jedem Krankenzimmer die grünen Blatt- und Schlingpflanzen mit ihren großen Blättern haben; sie reinigen die Luft viel mehr als man glaubt“.

Den Kranken und Genesenden ist ja im Winter die freie Aussicht oft erschwert durch das Gefrieren der Fenster. Auch sehen sie draußen meist nichts als die weiße Leichenbede und die kalten, starren Eiszapfen. Sie bilden dann die einzige Annehmlichkeit und Zerstreuung für das Auge, welches sich stets zum Lichte, zum Fenster hingezogen fühlt, frische Blattpflanzen und bunte Blumen auf dem Fensterbrett; sie stimmen heiter und haben einen wohl-

tätigen Einfluß auf den Gemüthszustand. Also gerade im Winter gewähren Blumen und Pflanzen Gesunden wie Kranken mannigfache hygienische Vorteile.

### Gaushalt.

Zur Behandlung unserer Türen. In vielen Wohnungen gehen die Türen schlecht oder verursachen gar pfeifende Töne. Im allgemeinen schenkt man den Türschlossern wie den Türangeln viel zu wenig Aufmerksamkeit. Türschlosser sollten jeden Monat einige Tropfen Öl erhalten. Dann hat man jahrzehntelang ein gutgehendes und gutschließendes Schloß, dazu die Unnehmlichkeit, daß die Schösser leichter gehen, die Schlüssel länger halten, die Türen weniger zugeworfen werden und damit auch länger halten und gut schließen.

Weniger leicht ist die Behandlung der Türangeln. Es ist nicht jedermanns Sache, größere Türen aus- und einzuhängen. Ein kleiner „Kunstgriff“ besteht darin, beim Aus-, namentlich aber beim Einhängen die Türen auf den Fuhrücken zu stellen und die gewünschte Höhe durch Heben und Senken des Fuhrückens (bei auf den Boden abgesetzter Ferse) zu erreichen. Dann kann man mit den Händen die richtige Lage der Türangeln leicht finden. Nach einiger Übung wird man die Vorteile dieses Verfahrens herausfinden.

Die Türangeln sollten ebenfalls von Zeit zu Zeit „geschmiert“ werden, entweder mit Öl oder mit Fett; letzteres verursacht weniger Fettflecken. Mit den Jahren wird aber auch diese Vorsichtsmaßregel gegen das Pfeifen nicht mehr lange helfen, weil eben die Türe nicht auf den ringförmigen Aufrollungen der Lappenbänder, sondern ausschließlich auf dem Dorn des Zapfenbandes laufen soll. Wenn die Zapfen so weit abgelaufen oder abgenützt sind, daß sich die beiden ringförmigen Flächen der Lappenbänder reiben, dann hilft auch ein Schmierer dieser Reibungsflächen nicht auf die Dauer. Praktisch wird man ein entsprechendes dickes, rundes Stanzplättchen, wie man sie bei jedem Schlosser erhalten kann, auf den Zapfen auflegen, einige Tropfen Öl begeben und die Türe wieder auf so verlängerten Zapfen einhängen.

Aus diesem ist auch zu entnehmen, daß es bei Türangeln, die einen vollständig eingeschlossenen Zapfen haben, wenig Wert hat, die ringförmigen Lappenbänder einzusetzen; man muß die Türe ausheben und die tragenden Zapfen mit Fett behandeln. Man kann sich ja vornehmen, je am Monatsanfang den Schlossern und je um Jahresmitte den Türangeln einige Aufmerksamkeit zu schenken.

Mühe und Arbeit sind gering, Unnehmlichkeit und Vorteile sehr groß. C. L. K.

Die Behandlung von Pelzwerk. Da eine Neuanschaffung von Pelzwerk unter den heutigen Verhältnissen mit ganz erheblichen Kosten verknüpft ist, muß jede Besitzerin von Pelzwerk auf möglichst schonende Behandlung bedacht sein. Jede Pelzart, ob lang- oder kurzhaarig, muß hängend aufbewahrt werden, keinesfalls zusammengelegt, da nicht nur das Leder, sondern auch die Haarseite an der Bruchstelle leidet und „dünn“ Stellen bekommt. Durch den fast täglichen Gebrauch setzt sich die Haarseite zusammen, d. h. sie büßt an ihrem lockeren Aussehen ein. Um dieses wieder herzustellen, müssen die Pelze des öftern tüchtig aufgeschüttelt werden und mit einem sauberen, nicht zu engen Kamm sorgfältig gekämmt werden.

Sind die Pelze einmal durch Nebel, Schnee oder Regen naß geworden, so sollte man sie keinesfalls schon unterwegs von der Nässe befreien, sondern erst daheim in Behandlung nehmen, denn jedes unnötige Betasten der nassen Oberseite hinterläßt rauhe Stellen, die auch nach dem Trocknen nicht wieder verschwinden. Schüttelt man aber, zu Hause angekommen, die Pelze (Kragen, Muff usw.) tüchtig aus und hängt sie auf Bügeln oder Schnüren im warmen Raume auf, nachdem man den Muff mit Papier zur Erhaltung der Form ausgestopft hat, so sehen sie bald wieder tabellos aus, besonders wenn sie nach dem Trocknen mit einem Stöckchen geklopft und mit einer Bürste geglättet werden. Pelzwerk darf nie auf den Ofen gelegt oder am heißen Ofen getrocknet werden.

### Küche.

#### Kochrezepte.

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

Zwiebelsuppe, ausgezeichnet und sehr zu-  
träglich. Dazu werden zwei Obertassen voll  
Zwiebeln in Scheiben geschnitten, mit Speck  
oder Fett braun geröstet, darauf mit 3 bis 4  
Scheiben altbackenem Brot und 1½ Liter  
Wasser weichgekocht, durch ein Haarsieb ge-  
strichen, mit etwas Mehl verdickt, das mög-  
lichst in Milch verquirlt wurde, und mit Salz  
und feingewiegter Petersilie gewürzt.

Gebratenes Kalbsherz. Zutaten: Ein  
Kalbsherz, Salz, 30 Gr. Fett, nach Belieben  
30 Gr. Speck, 10 Gr. Mehl, ½ Liter heißes  
Wasser, nach Belieben Zitronensaft, 1 Braten-  
garnitur. Zubereitung: Das ausgewaschene  
und ausgetrocknete Herz wird mit Salz in-

und auswendig eingerieben, nach Belieben mit Speck bespickt oder man lege den Speck unten in die Bratpfanne. Das Fett wird heiß angebraten, das Herz darin ringsherum leicht angebraten, das Mehl wird darüber gestreut. Nachdem letzteres etwas braun geröstet ist, wird abgelöscht, die Bratengarnitur beigegeben und das Herz in  $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden in der Sauce weichgekocht.

**Rüchepastelli.** Zutaten: 250 Gr. Mehl,  $\frac{1}{2}$  Löffel Salz, 80 Gr. Butter od. Schmalz,  $\frac{1}{2}$ –1 Dzl. Wasser, Fleischhaschee. Zubereitung: Von den obigen Zutaten wird ein geriebener Teig hergestellt. Nachdem dieser ausgekühlt ist, wird er mehrmals dünn ausgewellt. Mit Untertassen werden runde Plättchen ausgestochen. In die Mitte derselben wird ein Löffel Fleischhaschee gegeben. Die Hälfte des Randes wird mit Wasser befeuchtet und das Plättchen halbmondförmig überlegt. Nachdem die Ränder gegenseitig leicht angebrückt sind, wird das Pastetchen entweder im heißen Fett hübsch gelb und gut durchgebacken oder mit Ei bepinselt und im heißen Ofen gar gebacken.

**Erbsenbrot.** Zutaten: 150 Gr. Erbsen, Einweichwasser, 20 Gr. Mehl,  $\frac{1}{2}$  Tasse Milch, Salz. Zubereitung: Die Erbsen werden erlesen, gewaschen, eingeweicht, mit dem Einweichwasser weichgekocht und durch ein Sieb gestrichen. Der Erbsenbrot wird nochmals zum Kochen gebracht, gewürzt und mit einem dünnen Teiglein, aus Milch und Mehl gemacht, fertig gekocht. — Erbsen können auch ganz gleich wie Böhnchen in einer Rahmsauce gekocht werden. Aus „222 Rezepte“.

**Lorbeerkartoffeln (von gekochten Kartoffeln).**  $1\frac{1}{2}$  Kilo gekochte Kartoffeln,  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser, 80 Gr. Fett, 30 Gr. Mehl, 1 Lorbeerblatt, Salz. Das Mehl wird im heißen Fett gedämpft, mit Wasser angerührt, dann Salz und Lorbeerblatt dazu gegeben. Wenn die Sauce kocht, gibt man die Tags zuvor gekochten, geschälten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln hinein und läßt diese auf kleinem Feuer  $\frac{1}{4}$  Stunde kochen. Vor dem Anrichten kann man einige Löffel Rahm oder Milch in das Gericht rühren.

**Hasenöhrl.** Einen gehäuteten Keller voll gekochte, geriebene Kartoffeln knetet man mit dem nötigen Salz, einem Ei und soviel Mehl, daß ein fester Teig entsteht. Dieser wird auf dem Backblech dünn ausgewellt, in verschobene Vierecke geschnitten und in Öl oder Fett gelb und knusperig gebacken und diese Hasenöhrl sofort serviert.

**Mehlpudding.** Man rührt drei Kochlöffel voll Mehl, ein nußgroßes Stückchen Butter und ein schwachgefülltes Trinkglas Milch zusammen glatt an, bringt es auf Feuer und kocht den Teig, bis er sich von der Pfanne schält. Ist er erkaltet, rührt man

1–2 Eigelb, zwei Löffel Zucker, 50 Gr. geschälte, geriebene Mandeln, etwas feingewiegte Zitronenschale und den Eierschnee darunter. Der Pudding wird in eine mit Butter bestrichene Form gefüllt und eine halbe Stunde im Wasserbade gekocht. In den Teig kann man auch rohe oder eingemachte Erdbeeren, Himbeeren oder Johannisbeeren ohne Saft geben.

Aus „Vegetar. Küche“ von M. Kammelmeier.

**Apfelmuchen auf Hefeteig.** Zutaten: 500 Gr. Mehl, 20 Gr. Hefe, 20 Gr. Butter oder Fett, 40 Gr. Zucker, 1 Kaffeelöffel Salz,  $\frac{1}{2}$  Liter Milch,  $2\frac{1}{2}$ –3 Pfund Apfel, 60 Gr. Zucker. — Aus den angegebenen Zutaten bereitet man einen Hefeteig, den man zum Gehen  $1\frac{1}{2}$ –2 Stunden an die Wärme stellt. Dann wird er ausgewellt, auf ein bestrichenes Blech gelegt und die vorgerichteten Apfel darauf gelegt. Nachdem der Kuchen nochmals gegangen ist (15–20 Minuten), wird er in gut heißem Ofen gebacken ( $\frac{3}{4}$ –1 Stunde). Noch heiß, bestreut man ihn mit Zucker.

## Krankenpflege.

**Wundbehandlung mit Rochsalz.** Das Rochsalz, das als altes Hausmittel in allen Volksschichten bei verschiedenen Leiden geschätzt wird, auch bei offenen Wunden als solches in Anwendung kam, ist leztlich auch wissenschaftlich in dieser Hinsicht anerkannt worden. Es wurde festgestellt, daß bei der Behandlung von Wunden mit Rochsalz ein ausnehmend großer Zufluß von Lymphe in die Wunde stattfindet, jener Substanz, die einen der besten natürlichen Schutzstoffe des Organismus gegen Bakterien und Fäulungsvorgänge bildet. Diese neue Wundbehandlung besteht darin, daß die verwundete Stelle längere Zeit mit einer starken Rochsalzlösung überspült wird, worauf die oben angegebene Wirkung: ein starker Lymph-Zufluß und damit Unschädlichmachung giftiger Stoffe, eintritt.

**Heißes Wasser als Blutstillungsmittel.** Blutungen aus Riß- und Schnittwunden lassen sich sehr gut durch einen mit heißem Wasser getränkten Watte- oder Leinwandbausch stillen. Der Hitzeegrad des Wassers hängt von der Empfindsamkeit des Patienten ab, es ist jedoch so heiß zu nehmen, als es nur irgend vertragen werden kann. Die Wirkung dieses Heißwasserverfahrens ist bedeutend sicherer und schneller als die Anwendung kalten Wassers, die bei derartigen Fällen sonst angeraten wird.

## Kinderpflege und -Erziehung.

Dr. L. Langstein schreibt in seinem im Verlag W. Hesse, Berlin, erschienenen Buch „Ernährung und Pflege des Kindes“: Der gute Ernährungszustand eines gesunden Kindes zeigt sich auch an der rosigten Farbe der Haut, ihrer Glätte und guten Durchfeuchtung. Sie bleibt frei von Furunkeln, von Ekzem und Entzündungen und verrät so nicht nur ihre Widerstandskraft gegen bakterielle Infektionen, sondern gibt auch Zeugnis von dem guten Ablauf der Ernährungs- und Stoffwechselvorgänge. Blässe der Haut, häufig rezidivierende Entzündungen, Widerstandslosigkeit gegen Eiterinfektionen sind Zeichen, daß der allgemeine Gesundheitszustand des Kindes gelitten hat. Für die Blässe der Haut wird häufig eine Blutarmut verantwortlich gemacht; der Mutter ist der Schluß von Blässe auf Blutarmut so geläufig, daß sie häufig von selbst durch ein sogenanntes „blutbildendes“ Kräftigungsmittel zu helfen sucht. Das ist verfehlt. Denn der Hautblässe liegt keineswegs immer Blutarmut, sondern viel öfter eine abnorme, durch unzumutbare Ernährungs- und Pflegemaßnahmen bedingte Blutverteilung zugrunde. Jedenfalls ist die Blässe ein Zeichen für eine gesundheitliche Schädigung des Kindes und bedarf daher ärztlicher Begutachtung. Der ohne diese erfolgende Versuch, die Blässe mit Nährpräparaten zu beheben, stiftet gewöhnlich mehr Schaden als Nutzen.

Auch die immer wiederkehrenden Infektionen der Haut, Furunkulose und Ekzembildung, sind nicht lediglich lokale Krankheitserscheinungen, die ohne ärztlichen Rat mit Hausmitteln und Salben behandelt werden dürfen, sondern gewöhnlich Zeichen einer tiefergreifenden Störung. Die Beschaffenheit der Haut ist förmlich ein Spiegelbild davon, wie die Stoffwechselvorgänge im Kinde verlaufen. Rosige, gut durchfeuchtete Haut weist auf richtige Funktion der Organtätigkeit, Blässe und Hauterkrankungen auf tiefergehende, ärztliche Behandlung erfordernde Allgemeinstörung.

## Gartenbau und Blumentultur.

Das dieser Tage erschienene neueste Preisverzeichnis der Samenhandlung G. Candolt in Wallisellen bei Zürich erleichtert allen Interessenten die rechtzeitige Bestellung von landwirtschaftlichen Gemüse- u. Blumensamen. Seine langjährige Praxis als Leiter von Gartenbaukursen ermöglicht dem Firmeninhaber, die für die verschiedenen Lagen und Arten vorteilhaftesten Sorten zu empfehlen.

Aber die Koniferen schreibt J. Böttner in seinem „Gartenbuch für Anfänger“ folgendes: Für die Pflanzen mit den auch im Winter grün bleibenden Nadeln und Blättern — das sind also die Koniferen (Nadelträger) und die immergrünen Sträucher — sind die Kulturbedingungen in den Gärten unserer Städte die denkbar ungünstigsten. Tatsächlich findet man in den Stadtgärten niemals tadellose Exemplare, wie man solche auf dem Lande, weit ab vom Verkehr, häufig bewundern kann. Forschen wir nach den Ursachen des schlechten Gedeihens der Koniferen in den Stadtgärten, so finden wir, daß es der Rauch der Fabriken und Mietkasernen ist, der in so großen Mengen Rußbestandteile niederschlägt, daß bekanntlich auch der Schnee im Winter seine Farbe der Unschuld verliert und häßlich grau wird. Diese Schmutzteile, die so massenhaft in der Luft enthalten sind, setzen sich auf den Blättern und Nadeln fest, verstopfen die Poren und es ist ganz natürlich, daß die Tätigkeit der Blätter und Nadeln durch diesen Schmutzübergang gehindert wird, daß sie schließlich vor der Zeit abfallen und die Pflanzen kahl, häßlich und krank werden. Die Laubbölzer leiden viel weniger, weil sie sämtliche Blätter nach Ablauf eines Jahres erneuern.

Ein Hilfsmittel bietet häufiges, scharfes Abspritzen der Koniferen mit reinem, kaltem Wasser, damit alle Unreinigkeiten heruntergewaschen werden. Solches Abspritzen ist aber auch nötig im Winter bei frostfreiem Wetter, denn auch im Winter muß die Konifere atmen.

Im übrigen wird man in ruhigen Stadtgegenden die Verwendung von Koniferen auf das denkbarste einschränken; ich empfehle niemals, in Stadtgärten Koniferen zu pflanzen. In freier, guter Luft aber gewähren winterharte Koniferen und immergrüne Gehölze im Winter, wenn alles im Garten welk und abgestorben ist, dem Auge ein angenehmes Grün.

## Zerzucht.

Bei den Winterwürfen der Schweine sind vor allem wärmere Stallungen erforderlich. Auch ist zu bedenken, daß die in die ungünstige Jahreszeit fallenden Ferkel nicht so wüchsig sind, d. h. nicht so gut gedeihen oder doch nur dann, wenn sie eine sehr sorgfältige Pflege und Wartung haben. Die Aufzucht der Ferkel durch das Mutterschwein erstreckt sich auf die Säugzeit von wenigstens sechs Wochen. Wo die Verwendung der Ferkel zu Zuchtieren beabsichtigt ist, läßt man sie 10–12 Wochen saugen und sorgt auch durch genügende Fütterung von Magermilch, Fleischmehl, Mehlsuppen usw. dafür, daß die Ferkel ausreichend Nahrung haben.



Die größte Sauberkeit ist bei der Fütterung notwendig, denn verdorbenes oder sauergewordenes Futter kann den Tieren außerordentlich nachteilig werden. **Sch.**

### Frage-Ecke.

#### Antworten.

78. Seit Jahren habe ich die Zitronenrinde zum Aufbewahren und fahre damit besser, als mit Abreiben am Reiber. Es gibt aber auch einen neuen kleinen Apparat zum Abreiben von Zitronen und Orangen. Ich sah ihn kürzlich bei Grüter-Suter, Haushaltsartikel-Geschäft, Kantonalbankgebäude, Hirschemattstraße, Luzern. **n.**

79. Randen können auch als Gemüse Verwendung finden. Beim Kochen der Randen soll man darauf achten, daß die Haut beim Waschen nicht schon verletzt wird, damit nicht Nährstoffe verloren gehen. Man entfernt Spitze, Würzelchen und Krautansatz erst nach dem Schwellen oder Dämpfen. Dann schält man sie, schneidet Stengelchen oder Scheiben, dünstet Mehl, etwas Zucker und fein geschnittene Zwiebel in etwas Fett, löscht mit zwei Eßlöffeln Wasser, wenig Bouillonbrühe ab und gibt die Randen hinein, die kurz mitgekocht werden.

Rote Rüben werden wie oben zugerüstet, in Fett gedünstet und ein geriebener saurer Apfel dazu gegeben. Man kann eine kurze, mit Mehl angerührte Brühe dazu geben und tränfelt beim Anrichten noch etwas Zitronensaft darüber.

Das Schimmeln des Salates aus Randen ist nur durch sehr gutes Verbinden der Töpfe, event. durch Aufgießen von Öl (zwar nicht zeitgemäß) zu verhüten. **n.**

4. Ja, das ist ein wunder Punkt. Es gibt wirklich junge und ältere Mädchen, die nicht gerne lesen und immer Gründe dagegen anzuführen wissen, wenn man sie für irgend welche belehrende oder unterhaltende Lektüre interessieren will. Wenn die Stütze ganz jung ist, so geben Sie ihr das Büchlein „Wie Gritli haushalten lernt“ in die Hand, worin Frau Coradi-Stahl alles, was ein Mädchen vom Haushalt wissen muß, in die Form einer ansprechenden Erzählung gekleidet hat. Sie tun vielleicht gut, Bücher, die das Mädchen nicht gerne selbst liest, mit ihm zu lesen, resp. vorzulesen und mit ihm zu besprechen. Nach und nach wird das Interesse vielleicht lebendig. **S.**

5. Ich mache die gleiche Beobachtung, man sollte unbedingt jedes Jahr aufs neue Kurse zur Anfertigung von Selbstklochern erteilen. Frauenvereine sollten sich das gesagt sein lassen, man kann nach dieser Rich-

tung hin nie zu viel, aber oft zu wenig tun. Es ist noch viel hauswirtschaftliche Untüchtigkeit im Volke. Ich glaube, wir hätten auch weniger Krankheiten zu verzeichnen, wenn die Frauen durchweg bessere Begriffe von richtiger Ernährung hätten. **J.**

5. Ich fette mit dem Fett von Kochabfällen ein, daß man durch auskochen gewinnt. Das Leder nimmt solches auch auf, wenn es vor dem Auftragen etwas erwärmt wird. **U.**

6. Der sogenannte Schweißerthee wurde an dieser Stelle schon wiederholt als Ersatz für Schwarztee empfohlen. **U.**

#### Fragen.

9. Welche Waschanstalt in Zürich kann von einer Leserin aus eigener Erfahrung empfohlen werden? Wird bei möglichster Schonung der Sachen weiß und nicht grau gewaschen? Für gütige Auskunft dankt

Abonnentin in S.

10. Weiß mir eine erfahrene Hausfrau Rat? Koh in Flaschen eingemachte junge Bohnen lassen sich einfach nicht weich kochen, trotz mehrstündigem Kochen über Feuer und wiederholtem Einsetzen in die Kochliste. Natron wurde dem Siedewasser beigegeben. Die Bohnen wurden Sommers auf Urraten hin wie folgt eingemacht: entfädet, gewaschen, mit Salz bestreut und durcheinandergeschüttelt, dann eingefüllt, verlorst und versiegelt.

11. Ist der Sägemehlfen, der jetzt in den Handel kommt, empfehlenswert?

12. Wie entfernt man Rostflecken aus Tischwäsche? **Hausmütterchen.**

13. Wie kann man Ragen ihre Untugenden der Nachlässigkeit abgewöhnen? Auch das Umherspringen auf den Möbeln und das lästige Auspringen auf Menschen? Ich fürchte, meine weibliche Erziehungskunst werde nicht ausreichen, um unser Büß von seinen Fehlern zu befreien! **U.**

14. Wie macht man Kartoffelmehl? Hat es heute noch einen Zweck, solches herzustellen? **B.**

15. Wirkt die Eintopf-Mahlzeit, die mir Bekannte empfehlen, nicht ermüdend auf die Geschmacks-Nerven, selbst wenn diese Mahlzeiten natürlich verschieden zusammengestellt werden? Ich wäre im übrigen für die Vereinfachung der Küche sehr eingenommen, denn ich glaube auch, daß wir Frauen zu viel Zeit in der Küche verbringen! **B.**

## Ideal - Haushaltungsbuch der Schweizerfrau.

Zu beziehen à Fr. 1.20 durch die Buchhandlung Rascher & Cie., Rathausquai, Zürich, oder direkt beim Verlag W. Coradi-Maag, Schöntalstraße 27, Zürich 4.