

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 24 (1902)
Heft: 49

Anhang: Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

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>

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 12.

Dezember 1902

Christbaumschmuck.

Vielerorts sind und bleiben die Weihnachtskerzen der schönste und einzige Schmuck am Lichterbaum. Aber wohl in den meisten Familien wird der Baum behangen mit allerlei Dingen aus Zucker und Marzipan, mit Äpfel und Nüssen, mit Sternen und Kugeln, Glitter und Gespinnsten, und immer mehr greift die schöne Sitte um sich, selbst mit Hand anzulegen bei der Anfertigung solchen Christbaumschmuckes. Wir geben daher im Nachfolgenden einige praktische Ratschläge zur Anfertigung von einfachen und billigen Bieraten für den Weihnachtsbaum.

Aus Nußschalen läßt sich vielerlei herstellen. Man bronziert sie, macht mit einer glühenden Stricknadel — auf andere Weise zerspringt die Schale — drei oder vier Löcher in den Rand, knüpft einige Brillantfäden hinein, woran sie aufgehangen werden — und fertig ist ein niedlicher Behälter für allerlei Zuckerzeug.

Oder man klebt nach Art der Pfeffer- und Salzbüchsen zwei, drei oder auch vier halbe Nußschalen mit ihrer Spitze an einen Wattebausch, damit sie hübsch wagerecht bleiben, steckt einen gedrehten Draht zum Aufhängen durch die Mitte, bronziert oder vergoldet die Schalen und hat so wiederum ein nettes Körbchen für Leckerei. Viel Spaß macht ein anderes Kunststück. Man öffnet eine Nuß, nimmt den Kern heraus, tut statt dessen irgend eine „Prämie“ oder einen Spruch zc. hinein, klebt die Teile wieder fest zusammen, vergoldet die Nuß und hängt sie auf wie jede andere. Beim Abheeren des Baumes gibt es dann eine Ueberraschung mehr.

Körbchen anderer Art bilden die Schachteln der schwedischen Bündelhölzer, die durchaus nichts Giftiges an sich haben. Sie werden mit buntem Papier umklebt, das nach unten ausgefranzt ist, und ebenfalls mit Brillantfäden an den Baum gehangen. Man kann eine ganze Menge in solch ein Körbchen legen. Auch die offenen Hüllen zu den Schwedenschachteln geben allerliebste Behälter ab; wie erstere breit, sind letztere hoch zu stellen und an der unteren Seite natürlich zuzukleben.

Selbst Eierschalen lassen sich gut verwenden. Bestreicht man sie innen mit Gipsbrei, so werden sie viel dauerhafter und zerbrechen nicht so leicht. Die unregelmäßig abgebrochenen Ränder verziert man mit einer Goldlinie. Zum Aufhängen dienen durch eingestochene Löcher geknüpfte Brillantfäden. Man kann aus Eierschalen sogar wunderhübsche kleine Lichtampeln herstellen, indem man sie zum Teil mit Rüböl füllt und ein Glasfenster-Nachtlicht darauffsetzt. Dasselbe brennt ruhig und sicher wie in einem Glase, leuchtet durch die dünne Schale hindurch und wirkt noch prächtiger, wenn letztere etwas rot, grün, gelb oder blau ange malt wurde.

Auch aus Buchenkapfeln, feinem Draht, Glasgoldperlen, Lametta und Goldbronze kann man billige Christbaumzierate herstellen.

Man sammelt im Walde die abgefallenen und aufgesprungenen Buchenkapfeln, womöglich mit kleinen Stielen, läßt sie trocknen und reinigt sie mit einer Bürste; dann zieht man eine Goldperle auf Draht, umfaßt damit die Kapfel, dreht über dem Stiel den Draht zusammen und richtet so eine Anzahl Kapfeln her, welche dann mit Gold- oder Kupferbronze bronziert werden; die Kapfeln ohne Stiel, zum Aufreihen zu Ketten verwendbar, werden mit einer glühenden Nadel durchbohrt. Sind die bronzierten Kapfeln fertig, so kann man sie mit bunter oder goldener Lametta zu Sträußchen und Kränzchen zusammenstellen, indem man zwischen den Kapfeln einige Perlen aufreicht.

Das Kochen der Gemüse.

Die Gemüse enthalten die für unsern Körper so höchst notwendigen Nährsalze, aber sie sollten nicht zu einem unverdaulichen Cellulose-Füllmaterial des Magens ausgekocht werden. Dies geschieht jedoch, wenn man sie im Wasser kocht; da werden ihre Nährstoffe und Salze vom Wasser ausgelaugt, nachher in den Schüttstein gegossen, und der geschmacklos nährsalzarm gewordene Rest wird durch vielerlei Gewürze wieder einigermaßen genießbar gemacht. „Der Nährstoff-Gehalt des Gemüses und Obstes wird nur erhalten, wenn sie in einem Dampfkochtopf gekocht werden,“ mahnt wieder neuestens Dr. Albu in der „Berliner klinischen Wochenschrift“. Daher muß entschieden in jeder Haushaltung ein Dampf-Kochtopf sein. Dr. Wiel, der bekannte Verfasser des einzigen wirklich wissenschaftlichen und zugleich praktischen, diätischen Kochbuches, weist noch darauf hin, daß nur beim Kochen in Dampf den Gemüsen ihre milden organischen Säuren erhalten bleiben, welche von großer Bedeutung sind, da sie die Verdauung des zugleich genossenen Fleisches in hohem Maße fördern. „Auch ist eine erwiesene Tatsache, daß in Dampf gekochte Speisen zarter und wohlschmeckender

sind, als solche, die in Wasser gekocht werden; in letzterem Falle verliert das Gemüse viel von seinem individuellen Aroma, von seinem speziellen Geschmack. Mit Recht rühmt man gedämpften Kartoffeln, namentlich denen in der Schale, besondern Wohlgeschmack nach: sie werden viel mehlig und gleichmäßiger weich, als in Wasser gekochte, welche nicht selten nach außen zerkothen, innen aber hart bleiben.“ Weiter macht Dr. Wiel noch auf einen andern Vorteil des Dämpfens aufmerksam: „Die Gemüse enthalten kein Fett oder Del. Deshalb fügt man ihnen Fett zu, und zwar meist erst nach dem Kochen. Dabei verbindet sich das Fett nicht innig genug mit dem Gemüse, ebenso wenig, wenn man es beim Kochen dem Wasser zufügt, auf welchem es oben schwimmt. Wirklich wohlschmeckend dagegen werden sie nur, wenn man sie in Fett verdämpft, weil sie dann gleichmäßig vom Fett durchdrungen sind.“ Was nützt es, wenn man viel Geld für gute Nahrungsmittel ausgibt und sie beim Kochen törichterweise entwertet? Daher möge man Gemüse, Hülsenfrüchte, Obst, Reis, Kartoffeln stets in einem Dampfstopf kochen; dadurch behalten sie die wichtigen Nährsalze, Aroma und Wohlgeschmack, können nie anbrennen und sind also für Gesunde und Patienten gleich zuträglich.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Schweinsrücken, sauer zubereitet. Der Schweinsrücken wird gesalzen, mit Essig begossen und bleibt darin über Nacht liegen. Auf etwas Fleischbrühe, Fett und Essig brät man ihn im Rohre unter fleißigem Begießen mit dem eigenen Saft.

*

Schweinsohren mit Sauerkraut und Erbsenpuree. Vom frisch geschlachteten Schwein werden die Ohren und sonstiges Kopffleisch nur halbweich gekocht, so daß die Knorpel in den ersteren noch zu heißen geben. — Feines Erbsmehl wird inzwischen in gutem Fett nur einige Minuten trocken geröstet, mit der Brühe, worin das Schweinefleisch gekocht wurde, zu dickem Puree gerührt, angenehm nachgesalzen, eine halbe Stunde gekocht und dann, mit etwas Liebig's Fleischextrakt gekräftigt, angerichtet. Das Fleisch wird auf gut zubereitetes Sauerkraut gelegt, das Puree nebenzu gereicht.

*

Fleischvögel. Man schneidet schöne Kalb- oder Schweinefleischplätzli und klopft sie. Zwei Milchbrötchen werden eingeweicht und diese mit zwei Eiern, einem Stückchen Butter, Salz, Petersilie, übrigem fein-

gewiegtem Fleisch und etwas Sardellen oder Sardellenbutter vermengt. Mit dieser Fülle bestreicht man das Fleisch, rollt es zusammen und durchzieht die „Vögel“ mit Speckstreifen, dann werden sie gesalzen, in Mehl leicht gewendet und in heißem Fett in einer Bratpfanne schön braun gebraten. Durch Zugießen von etwas Bouillon oder Wasser mit Liebig's Fleischextrakt macht man die Sauce, in der man die Vögel noch zirka eine Viertelstunde leicht dünsten läßt.

*

Hamburger Sauerbraten. Nachdem das hierzu bestimmte Fleisch vier Tage in Essig gelegen hat, setze man es mit dem nötigen gewürfelten, vorher heiß gemachten Speck, Salz und nach Geschmack einigen frischen Wachholderbeeren auf's Feuer, bis der Braten von allen Seiten gelb und halb gar geworden ist. Alsdann lasse man eine Untertasse voll geschnittene Zwiebel in Fett gelb werden, gieße ebenfalls so viel dicken, sauren Rahm hinzu und lasse das Ganze noch etwa zweieinhalb Stunden auf nicht zu schwachem Feuer kochen.

*

Fleisch-Omeletten. Uebrig gebliebenes Fleisch, wenn auch verschiedener Art, wird mit Zwiebeln und etwas Gewürzkräutern fein gewiegt oder durch die Maschine getrieben. In einem Stücklein Butter wird hierauf ein halbes Milchbrötchen, das man in Milch eingeweicht und ausgedrückt hat, einige Minuten gedämpft, das Fleisch nebst Salz beigefügt und ein wenig Fleischbrühe zugegossen und alles zusammen zu einer dicklichen Farce gekocht. Diese wird auf frischgebackene dünne Omeletten gestrichen. Hierauf werden dieselben zusammengerollt, noch in Ei und geriebenes Brot getaucht und nochmals in Butter erhitzt und dann angerichtet.

*

Russische Klöße. Man nehme $\frac{1}{2}$ Kilo Rindfleisch, 125 Gramm Speck, 3 Weißbrötchen, Schnittlauch, Pfeffer, Muskatnuß, Zwiebel und 2 Eier. Das gehackte Fleisch und der Speck werden mit den anderen Theilen gut vermengt und $\frac{1}{2}$ Stunde vor dem Anrichten die Klöße in Butter braun gebacken. Dann wird etwas Zucker, zwei Löffel voll Mehl in der Butter gedämpft, mit Fleischbrühe abgelöscht und zum Anrichten über die Klöße gegossen. Eine Zugabe von Fleischextrakt oder Maggi-Würze macht das Gericht besonders schmackhaft.

*

Maccaroni au gratin. $\frac{1}{4}$ Kilo Maccaroni werden in siedendem Salzwasser gekocht, dann wird eine feuerfeste Porzellan- oder Bruntruterplatte mit Butter bestrichen, ein Teil der vertropften Maccaroni hineingelegt, eine Lage feingeschnittenen Fettkäse darüber gestreut und mit den noch übrigen Maccaroni bedeckt. Obenauf werden noch einige Stückchen

Butter gegeben, sowie eine halbe Tasse Milch oder süßer Rahm, worin ein Ei geschlagen wurde. Die so gefüllte Platte wird nun etwa eine Stunde in den mäßig warmen Bratofen gestellt (nicht zugedeckt). Zu gekochtem Obst ist dies ein recht nahrhaftes Gericht.

*

Süße Hafergrütze. $\frac{1}{2}$ Kilo Hafergrütze läßt man in zwei Liter Wasser eine Stunde langsam kochen, gibt sie durch ein Sieb, ein gutes Stück Butter, Korinten, Citronenschale, einige gehackte Mandeln, etwas Salz und Zucker dazu und läßt sie, hinreichend verdünnt, nochmals aufkochen. Dann richtet man sie auf geröstete Semmelschnitten an und reicht ein beliebiges Compott dazu. Ein vortreffliches Nachtessen für Kinder.

*

Kartoffelpuffer. 5—6 große, rohe Kartoffeln werden geschält und geraffelt und mit einer kleinen, fein geschnittenen Zwiebel, 2 Kochlöffel Mehl, 2 Eiern und Salz gut zusammen verrührt, in einer Omelettenpfanne ziemlich viel Fett heiß gemacht 5—6 Löffel von dem Teig hineingetan, mit dem Schöpfelchen dünn verstrichen und auf beiden Seiten schön gelb gebacken.

*

Weißkohl oder Habisbraten. Man puht und schneidet einen kleinen Kopf Weißkohl in 4 Teile und kocht denselben in Salzwasser gar. Das Wasser gießt man ab und bringt es mit 10 Gramm Liebig's Fleisch-Extrakt nochmals zum Kochen. Dann schneidet man 3 Weißbrötchen in feine Scheiben, gießt das Wasser siedend heiß darüber, doch nur so viel, daß die Brötchen einen steifen Brei geben. Unter diesen rührt man nun 6—8 Eßlöffel feingewiegte Fleisch- oder Wurstreste, eine geriebene kleine Zwiebel und den ebenfalls feingewiegten Weißkohl, gibt alles in eine ausgebutterte, mit Weißbrotkrummen bestreute Form und backt es eine halbe Stunde, hart gewordenen, geriebenen Schweizerkäse darüber streuend und die Speise mit Salz- oder Schälkartoffeln servierend.

*

Gurkensalat für den Winter. Will man Gurkensalat im Winter und auch im Frühjahr haben, so nimmt man gesunde, d. h. nicht angefaulte Gurken und bereitet sie so, wie für den Salat, nämlich man schält sie, reibt sie in feine Blättchen, salzt sie und drückt sie nach einer halben Stunde aus. Nun wird Zwiebel fein geschnitten, mit Gurken vermischt und das Ganze mit heißem Essig überbrüht. Nach einer halben Stunde werden die Gurken wieder ausgepreßt, mit einigen ganzen Pfefferkörnern vermischt, in Einmachgläser gegeben, mit kaltem Essig und Tafelöl in der Höhe von einer Fingerbreite übergossen. So ein-

gelegte Gurken halten sich mindestens ein Jahr lang und bilden, zumal im Winter, eine ausgezeichnete Beigabe zum Fleisch. Will man dieselben anrichten, so braucht man sie nur mit einem Löffel herauszunehmen und der Salat ist fertig.

*

Zwiebel-Gemüse. Gleichmäßig große Zwiebelchen werden geschält und in kochendem Salzwasser fast weich gekocht, dann abgegossen und auf einem Siebe mit frischem Wasser überspült; hierauf macht man von gewöhnlichem Kochfett und einem Kochlöffel voll Mehl eine helle Mehlschwitze, verkocht sie mit kräftiger Fleischbrühe zu einer sämigen Sauce, fügt ein Stückchen Zucker und etwas grob gestoßenen Kümmel hinzu und läßt die Zwiebeln in dieser Sauce noch vollends weich kochen.

*

Senf- oder Essiggurken einzumachen. Kleine Gurken legt man in einen Topf und gießt frisches Wasser darüber. Nach 6—8 Stunden schüttet man es ab, mischt die Gurken mit Salz und lasse sie bis zum nächsten Tage stehen. Dann legt man sie auf ein Emaillesieb oder Holzbrett, trocknet jede einzeln mit einem Tuche gut ab und schichtet sie in einen Steintopf. Dazwischen gibt man Pfefferkörner und Esdragon. Sind alle eingeschichtet, so legt man kreuzweise zwei kleine Brettchen, damit die Gurken schön aufeinander bleiben und nicht „aufsteigen“, wenn der Essig daran kommt. Guter weißer Essig wird kochend gemacht und fast erkaltet über die Gurken geschüttet. Nach 2—3 Tagen kocht man den Essig nochmals und gibt ihn erkaltet wieder darüber. Die Aufbewahrung geschieht an einem kühlen Orte.

*

Einfacher und billiger Aepfelaufguss. Eine Aufgussform wird mit Aepfelscheibchen gefüllt. Sodann rührt man in einer Schüssel 2 Eier mit einem Viertelpfund Zucker schaumig, fügt etwas Citronenöl, etwa 1—2 Tropfen oder gewiegte Citronenschale bei, sowie ein Viertelpfund Mehl, 1—2 Eßlöffel voll Milch und 2 Theelöffel voll Backpulver. Diesen Teig gießt man über die Aepfel und läßt dann den Aufguss etwa 1½ Stunden im Ofen backen.

*

Parfümierte Butter. Parfümierte Butter auf dem Frühstückstisch ist die neueste Modetorheit der oberen Zehntausend in London. Die Milchwirthschaften, wo dieses Produkt hergestellt wird, duften wie ein Blumenladen oder das Laboratorium eines Kosmetikers. Die Butter wird zuerst wie jede andere gemacht, dann wird jedes Stück in dünne Mouffeline eingeschlagen und in einen mit Rosenblättern gefüllten irdenen Topf gelegt. Die Blätter müssen die Butter vollständig bedecken.

Hierauf setzt man das Gefäß in den Eiskasten, läßt es dort 10 Stunden stehen und die Stücke sind fertig zum Gebrauch.

*

Citronen-Mehlspeise. Ein halber Liter Weißwein wird zum Kochen gebracht, worauf man so viel geriebenes Semmelbrot hinzurührt, bis ein steifer Brei entsteht, den man, so bald er gehörig ausgegossen ist, vom Feuer nimmt und heiß mit 250 Gr. Butter, 250 Gr. Zucker, der auf Zucker abgeriebenen Schale nebst dem Saft von vier Zitronen und einem Kaffeelöffel voll Zimmt verrührt. Wenn die Masse ausgekühlt ist, mischt man noch zehn Eidotter und den Schnee der Eiweiße hinzu, füllt alles in eine butterbestrichene Form, läßt die Speise bei mäßiger Hitze $\frac{3}{4}$ Stunden lang backen und gibt sie dann sofort in der Form zu Tische, indem man sie bloß mit Zucker bestreut.

*

Gefüllter Reis-Pfannkuchen. Vorbereitungszeit 2—2 $\frac{1}{2}$ Stunden. Für 6 Personen gerechnete Zutaten. 70 Gramm sehr großkörniger Reis, 1 Theelöffel voll Bratenfett, 2 große Tassen oder noch etwas mehr Milch, 3 Eßlöffel Mehl, $\frac{1}{2}$ Tasse sauren Rahm, trocken gewordener Schweizerkäse, 12 Gramm Liebig's Fleisch-Extrakt.

70 Gramm großkörniger Reis werden zweimal überbrüht, mit heißem Wasser, worin 6 Gramm Liebig's Fleisch-Extrakt aufgelöst, zum Kochen gebracht, dazu reichlich Salz und Pfeffer gegeben. Inzwischen backt man einen großen Pfannkuchen von 2 Eiern, 90 Gramm Mehl, Milch und Salz und legt ihn auf eine längliche Porzellanschüssel. — Nun läßt man 60 Gramm gutes Bratenfett oder Butter mit 20 Gr. Mehl aufschwizen, fügt knapp $\frac{1}{4}$ Liter Milch, in der 6 Gramm Liebig's Fleisch-Extrakt gelöst sind, hinzu, thut 5 Theelöffel geriebenen Käse dazu, ferner den körnigen, fast gar gekochten Reis und köstet, da die Speise herzhast gesalzen sein muß. Jetzt füllt man dies schmachtete Reiskragout in den Pfannkuchen, klappt diesen zu, bedeckt ihn mit einem knappen $\frac{1}{4}$ Liter sauren Rahm, reibt noch eine gute Lage Käse darüber und backt ihn zum hellgelben Krüftchen, doch muß alles noch recht saftig bleiben. Auch wohlschmeckend, wenn man unter das Reiskragout ein geschlagenes Ei und zwei Eßlöffel Zitronensaft rührt.

*

Matron-Küchle. 3 Eier werden mit einer Tasse Zucker und einer Tasse saurem Rahm tüchtig gerührt, dann ein Kaffeelöffel Natron beigegeben nebst einer kleinen Prise Salz und so viel Mehl, bis die Masse zum Auswalken ist, wozu es etwa ein Pfund braucht; dann messerrückendick auswalken und mit einem Glas austechen, in der Mitte mit dem Finger ein Loch machen und sie alsdann in schwimmendem Fett backen. Schmecken zu Obst oder dünner Crème sehr gut.

Einfacher Rahmkuchen. Ein Kuchenblech wird mit Buttermisch be-
legt und dieser mit gewaschenen Rosinen bestreut. Dann rührt man
einen guten Löffel voll feines Mehl und 30 Gramm gestoßenen Zucker
mit süßem Rahm an, rührt nach und nach 5 ganze Eier dazu und
dann ein Trinkglas voll sauren und ein halbes Glas süßen Rahm
dazu, schüttet die Masse auf den Buttermisch und backt die Torte licht-
gelb. Ist der Ofen ziemlich stark geheizt, so thut man gut, den Butter-
teigboden 10 Minuten allein zu backen und erst dann die Fülle darauf
zu geben.

*

Springerlein. Man schlägt 4 Eiweiß zu festem Schnee und rührt
mit diesem 4 Eigelb und ein Pfund Zucker eine Stunde lang nach einer
Seite hin zu Schaum und mengt nach und nach ein Pfund gesiebtes
Mehl und eine Messerspiße voll Pottasche darunter. Man läßt den
Teig eine Stunde rasten, walzt ihn einen halben Centimeter dick aus,
drückt mit Springerli-Mödeln, die man mit Mehl bestäubt, Formen
aus, legt sie auf ein mit Wachs oder Fett bestrichenen und mit Anis
und gehackter Zitronenrinde bestreuten Blech, läßt sie über Nacht im
warmen Zimmer trocknen und backt sie in nicht zu heißem Ofen zu
dunkler Farbe.

*

Tabakrollen. $\frac{1}{2}$ Pfund süße Butter, 400 Gramm Mehl, 1 Prise
Salz, 4 Eßlöffel gestoßenen Zucker, 4 Eßlöffel Wein und 2 Eier. Von
obigen Zutaten bereitet man einen Teig, walzt ihn aus, schneidet ihn
in Vierecke, die man über das Tabakrollenholz wickelt, mit Faden bindet,
und alsdann in Butter schön backt. Nachher wird das Holz entfernt,
das Gebäck mit Zucker und Zimmt bestreut und mit Marmelade gefüllt.

*

Silberne Gegenstände, plattierte Waren, Neusilber, gravierte und
eifelierte, werden vorzüglich gereinigt und gepußt durch Abreibung mit
dem abgegossenen Wasser von gekochten Kartoffeln ohne Anwendung
von Putzpulver. Reiben mit alten Leinenstücken genügt völlig. Altes
versäuertes Kartoffelwasser dient zum Putzen kupferner Kessel.

*

Rotweinflecken aus wollenen Kleidern zu bringen. Man versuche
die Flecken mit starkem Branntwein auszuwaschen. Bleibt dies ohne
Erfolg, so stelle man einen Versuch mit Chlorwasser an und wasche
nach dessen Anwendung sofort mit reinem Wasser nach. Ist Chlor-
wasser nicht verwendbar, so bleibt nichts übrig, als das ganze Zeug
in einer Abkochung von Quillaya-Rinde zu waschen.