

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 27 (1905)
Heft: 1

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>

Roch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 1.

Januar 1905

Das Gefrieren der Fenster.

Der größte Uebelstand in der kalten Jahreszeit ist wohl das Beschlagen und Gefrieren der Schaufenster. Um dies zu verhüten, hat man schon die mannigfaltigsten Mittel empfohlen, doch nur wenige haben den Erwartungen in ausreichender Weise entsprochen.

Bei vielen soll sich das Bestreichen der innern Scheibenfläche mit Glycerin bewährt haben. Diese farblose Flüssigkeit friert nur sehr schwer ein und hat die Eigenschaft, die Feuchtigkeit in sich aufzusaugen.

Ein gleichfalls hygroskopisches Präparat, d. h. ein Material, welches die Feuchtigkeit der Luft an sich zieht, ist das Chlorcalcium. Dasselbe ist eine feste Masse in Stücken und wird in zerkleinertem Zustande in tönernen Untersechern in das Schaufenster nahe der Glasscheibe gestellt. Ist das Chlorcalcium von Feuchtigkeit durchdrungen, dann muß es entfernt und durch frisches ersetzt werden.

Das beste Mittel zur Verhütung besagter Uebelstände ist wohl die Erhaltung einer gleichmäßigen Temperatur und Einrichtung einer beständigen Ventilation. Zu diesem Zwecke dürften für manche Verhältnisse folgende Wege zu empfehlen sein. Es können unten und oben am Schaufenster Oeffnungen und im Lokal ein Ofen, der mit einem hohen Blechmantel umgeben ist, angebracht sein. Die unten eintretende frische, trockene Luft streicht auf dem Fußboden entlang nach dem geheizten Ofen und steigt zwischen diesem und dem Mantel empor, wird dabei erwärmt und nimmt die im Lokal befindliche Feuchtigkeit auf, tritt durch die oberen Oeffnungen ins Freie und führt die Feuchtigkeit fort, so daß immer trockene Luft im Lokal vorhanden ist, welche keine Feuchtigkeit an die Glasscheiben abgeben kann. Die Ventilation kann auch nur in einer obern, oder ziemlich hohen Oeffnung bestehen. An der untern Grenze strömt frische, trockene Luft ein, welche infolge ihrer Schwere an der innern Seite der Scheibe heruntersfällt und so der mit Feuchtigkeit geschwängerten Luft den Zutritt zur Scheibe versperrt. An



der obern Grenze der Oeffnung tritt die erwärmte, feuchte Luft ins Freie. Wenn man an die Oeffnung ein Licht bringt, so wird an der untern Grenze die Flamme nach innen, an der obern nach außen geschlagen.

Wirksam sind Schaulenster vor Beschlagen und Gefrieren auch geschützt, wenn beim Beginn der kalten Jahreszeit von innen ein zweites Fenster luftdicht eingesetzt wird, höchstens 10 Centimeter von dem äußern entfernt. Dieses innere Fenster kann mit Sprossen und gewöhnlichem Glas versehen sein. Vor dem Einsetzen des innern Fensters wird die äußere Scheibe sauber gepuht. Auf das Fensterbrett zwischen dem innern und äußern Fenster wird Watte gelegt und in diese einige Gläser mit konzentrierter Schwefelsäure gestellt; dieselben dürfen aber nur halb gefüllt sein. Die Schwefelsäure zieht aus der zwischen den Fenstern befindlichen, oder doch etwa eindringenden Luft alle Feuchtigkeit an; folglich können die Scheiben nicht beschlagen. Wenn der Winter vorüber ist, wird das innere Fenster entfernt, die eingestellten Gläser sind dann gefüllt, ihr Inhalt wird weggeschüttet.

Zeitdauer der Bratenbereitung.

	Stunden		Stunden
Rindsbraten	3—3½	Rehrücken	1—1¼
Roastbeef	1—2	Hase	¾—1¼
Kalbskeule	2—2½	Wildschweinskeule	4
Kalbsrücken	1½	Wildschweinsrücken	2—2½
Lammkeule	1¾—2	Gans	2—3
Lammrücken	1½—1¾	Ente	1¼—1¾
Schweinskeule	3—4	Altes Huhn, je nach	
Schweinsrücken	2½—3	dem Alter	2½—3
Ein Carreestück	1¾—2	Junges Huhn	¾
Spanferkel	1½—1¾	Taube	½—¾
Hirschkeule	2—3	Truthahn	3
Hirschrücken	2—3	Fasan	1½
Rehkeule	1¼—1½	Junges Rebhuhn	½—¾

Am Spieß gebratenes Fleisch oder Geflügel braucht meist nur die Hälfte der oben angegebenen Zeit.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Feine grüne Gesundheits-Suppe. Junge Brunnen- und Gartenkresse, Kerbelkraut, Portulak, Sauerampfer, Pimpernelle und Petersilie,

von jeder Sorte etwa eine Handvoll, werden erlesen, gut gewaschen, nach Belieben klein geschnitten und in fertiger Knochenbrühe ca. 5 bis 10 Minuten gekocht. Die Suppe wird über 1—2 mit Rahm vermischten Eigelb angerichtet und mit einer Prise Pfeffer und einigen Tropfen „Maggi-Würze“ gekräftigt. Nach Belieben können zu dieser hygienischen Suppe Broteroutons, mit Käse bestrichen, extra serviert werden.

*

Esterhazy-Lungenbraten. Ein ausgeschältes Lendenstück schneidet man auf der untern Seite so weit der Länge nach auseinander, daß es jedoch nicht geteilt wird, streicht auf den Einschnitt feingewiegten Speck, Zitronenschale, Sardellen und Kapern, legt das Fleisch wieder zusammen und umbindet es mit einem Bindfaden. Dann legt man es in ein Casserol, mit der offenen Seite nach oben, bestreut es mit Salz und dämpft es mit Butter, Wurzelwerk, Küchenkräutern, den zerkleinerten Knochen, der abgelösten Haut und etwas Fleischbrühe braun und ganz weich ein. Inzwischen dampft man Zwiebeln, Sardellen, grüne Petersilie, Zitronenschale in Butter, gibt etwas sauren Rahm mit einem Löffel Mehl daran, läßt alles aufkochen, gibt es über den Braten und verkocht ihn damit. Das ganz mürb gedämpfte Fleisch schneidet man in passende Scheiben, ordnet sie auf eine Platte und übergießt sie mit der durchpassierten Sauce. Man gibt kleine, in Butter geröstete Kartoffelchen dazu.

*

Szegediner Gulas. 1 Kilo fettes Schweinefleisch wird in größere Stücke geschnitten, mit gehackten Zwiebeln, die in Fett leicht geröstet wurden, Salz und Paprika nebst einem Löffel Wasser weich gedünstet. In einem andern Topf läßt man ein halbes Kilo Sauerkraut mit wenig Wasser weich kochen, gibt, wenn vorrätig, etwas Tomatensaft dazu und mischt vor dem Anrichten Kraut und Fleisch.

*

Kartoffeln mit Speck. Gute, rohe Kartoffeln werden gewaschen, geschält und in gleichmäßige Würfel geschnitten. In einer nicht zu großen, gut verschließbaren Casserole wird etwas frische Butter zerlassen, 1 Lage dünnen Speck in gleichmäßigen Würfelchen samt 1 Lage Kartoffeln und einen halben Löffel feingeschnittener Zwiebeln hineingegeben, wieder Speck, Kartoffeln und Zwiebeln hinzugefügt und so fortgefahren, bis alles eingefüllt ist. Zuletzt werden 2 Deziliter Fleischbrühe und etwas Salz beigegeben, das Kochgeschirr verschlossen und der Inhalt auf mäßigem Feuer unter zeitweisigem Wannen in etwa 30—35 Minuten weichgedämpft. Beim Anrichten wird dieses Gericht durch eine Zugabe von einem halben Theelöffel Fleischextrakt noch recht schmackhaft gemacht. Auf 1 Kilo Kartoffeln rechnet man 200—250 Gramm Speck.

Braten-Mayonnaise. Fein aufgeschnittener kalter Braten wird aufgehäuft auf einer Schüssel angerichtet, mit einer Mayonnaise-Sauce (rohe Eidotter, Provenceröl tropfenweise damit verrührt, Essigessenz, Salz und Citronensaft) übergossen und mit Herzchen von Kopfsalat oder Blättern von Endivien verziert, zuletzt mit einem Kranz von hartgekochten Eiern umgeben, die man mit feingehacktem Schnittlauch bestreut.

*

Suppenfleisch. Ich setze das Fleisch, Brustkern oder sonst ein recht saftiges Stück ziemlich früh auf's Feuer mit allem Suppengrün. Hat dasselbe 2 Stunden gekocht, nehme ich es aus dem Topf und lege es auf einen Durchschlag. Alsdann gebe ich in einer Bratpfanne $\frac{1}{8}$ Pfund Butter und 2 kleinere feingehackte Zwiebeln und wenn die Butter recht heiß ist, so lege auch das Fleisch dazu, lasse es schön gelb braten, aber ja nicht braun, da es sonst leicht hart wird. Nun wird es mit einem Kaffeelöffelchen Mehl bestäubt, mit Fleischbrühe oder übriggebliebener Bratensauce abgelöscht. 1 Lorbeerblatt, 2 Nelken, ein wenig Pfeffer, 2 Wachholderbeeren dazu und alles noch $\frac{3}{4}$ Stunden lang langsam gekocht. Ich serviere Kartoffeln dazu. Diese werden roh geschält in Würfel geschnitten, mit Wasser, Salz, Petersilie und einem Ei groß Butter weich gekocht, nur muß man auf Kartoffeln sehen, welche nicht aufspringen. Im Winter siede ich das Fleisch wie schon angegeben, und nehme es dann aus dem Durchschlag, wende es im Ei um und bestreue es mit geriebenem Parmesankäs, wickle es in einen ganz dünn ausgewellten Buttermantel und backe es im Ofen in gut zugedeckter Schüssel. Es ist sehr gut zu Spinat, überhaupt zu Gemüse mit Sauce.

*

Gemüsepastete. Die folgende Pastete bildet mit ihrem bunten Inhalt so recht ein treffliches Zwischengericht für ein Festmahl. Man nimmt an Gemüse: Rosenkohl, recht rote Rüben, eingemachten Brechspargel und eingemachte Morcheln. Die eingemachten Gemüse werden nur in Salzwasser erhitzt, der Rosenkohl nach dem Abkochen kurz in Butter geschwenkt und ebenso die in zierlich gereifter Form geschnittenen, in Salzwasser gekochten Rüben bereitet. Aus gewiegtem Kalbfleisch wird mit Eiern, Semmel, Rahm, Butter und Gewürz eine gute Farce bereitet, welche man in drei Teile teilt; das eine Drittel bleibt unverändert, das zweite wird mit zerlassener Krebsbutter rosa, das letzte mit Kräutersaft lichtgrün gefärbt. Auch zierlich zurechtgestufte Lammkoteletts werden gebraten. Eine runde glatte Blechform legt man jetzt mit einem Butterpapier aus, füllt die rosa Farce ein, ordnet die Gemüse in Kreuzform in den Farben abwechselnd darauf, füllt in die

Lücken abwechselnd die anderen beiden Teile der Farce und legt nun die Lammrippchen ein. Obenauf wird der Rest der Gemüse in bunter Mischung verteilt, Butterflöckchen dazwischen gelegt und eine Tasse durch Fleischart recht kräftig gemachte Fleischbrühe angegossen. Man legt ein Butterpapier über und bäckt die Pastete eine Stunde. Sie wird gestürzt, mit einer Krebsauce überzogen und angerichtet.

*

Gestreifte Sulz. Man bereitet nach bekannter Weise eine weiße gute Mandelsulz und teilt sie in vier Teile. Den einen Teil läßt man weiß, den zweiten Teil versetzt man mit Himbeersaft, etwas Vanilleliqueur und Cochenille, so daß er eine lebhaft, rote Farbe erhält, während man den dritten Teil mit Schokolade verrührt, die man mit etwas siedendem Wasser auflöst und mit wenig Vanillezucker kalt rührt. Der vierte Teil endlich wird entweder grün oder gelb gefärbt. Die grüne Farbe erhält man durch Spinatsaft, die gelbe durch Zusatz von Eigelb und Pomeranzenzucker, die man mit etwas Rahm glattquirlt, durchsiebt und unter die noch heiße Mandelsulz rührt. Man nimmt nun eine glatte Form und füllt die Mandelsulz schichtweise hinein, wobei man beobachten muß, daß stets die eine Schicht erstarrt sein muß, bevor man die andere auffüllt. Schließlich läßt man die Sulz erstarren und erkalten und stürzt sie beim Anrichten auf eine Schüssel, deren Rand man abwechselnd mit hellen, eingemachten Weinbeeren, roten Amarellen, Reineclauden oder Mirabellen, je nachdem man die Sulz grün oder gelb färbte, und ausgebohrten Walnußkugeln garniert. Diese süße Schüssel sieht sehr schön aus und mundet vortrefflich.

*

Paprika-Fleisch. 1 Kilo Kalbfleisch vom Schlegel wird in halbandgroße Stücke geschnitten, eingesalzen und mit einer Messerspitze guten Paprika bestreut. 4 mittelgroß geschnittene Zwiebeln werden mit 70 Gramm Butter oder Schmalz schön gelb gedünstet, das Fleisch hineingegeben, Fleischsuppe oder heißes Wasser zugegossen und zugedeckt gedünstet. Man gießt hie und da ein wenig Fleischsuppe nach, um einen schönen Saft zu erhalten.

*

Gedämpfter Fisch. Nachdem der Fisch gereinigt ist, wird er gesalzen, gepfeffert, in eine Pfanne oder Kasserole, welche mit frischer Butter gut ausgestrichen ist, geordnet, ein Gewürzbouquet (Petersilie, Lorbeer, ein Sträußchen Thymian), zwei Behen Knoblauch, vier in Scheiben geschnittene Schalotten hinzu, feuchtet mit Weiß- oder Rotwein je nach Geschmack und dämpft so den Fisch im Bratofen, oder auf schwachem Kohlenfeuer zugedeckt eine Viertelstunde bis 20 Minuten. Hierauf zieht man den Fisch auf eine Platte, bindet den zurückgebliebe-

nen Fuß mit ein wenig Kartoffelmehl, mit Wasser aufgelöst, oder mittelst einem Stückchen Butter, unter welche man ein wenig Mehl geknetet hat, und gießt die Sauce über den Fisch. Ein Löffel voll Sardellen-Essenz kann der Sauce beigegeben werden, sowie der Saft einer Citrone und etwas gehackte Petersilie.

*

Sauerbraten. Ein Stück Huhn mit Salz und Pfeffer eingerieben, in Mehl umgedreht, mit einer halben Zwiebel und einem gelben Rübli in heißem Fett auf allen Seiten angebraten, hierauf mit zwei Eßlöffeln Weinessig übergießen, etwas Wasser oder Bouillon daran und bevor es ganz gar ist, noch 2—3 Eßlöffel sauern Rahm.

*

Omeletten mit Austern. Für jede Person werden drei Austern gerechnet, die man öffnet, aus der Schale nimmt und mit ihrem Wasser, welches man mit etwas Weißwein vermischt, blanchiert. Ist dies geschehen, so wird der Austernessenz durch helle Mehlschwitze Sämigkeit verliehen, daß eine dickliche Sauce entsteht, die mit zwei Eigelb abgezogen wird. In ihr stellt man die Austern im Wasserbade heiß. Die Omeletten werden nach bekannter Weise gebacken. Man macht in der Mitte jeder Omelette einen Einschnitt und füllt die Austern mit der Sauce hinein. Das Gericht muß sofort angerichtet werden.

*

Bayerische Leberknödel. 1 Pfund Rinds- oder Kalbsleber wird gehäutet und mit $\frac{1}{4}$ Pfund Nierenfett und 2 mittelgroßen Zwiebeln ganz fein gewiegt. Sieben Weißbrötchen werden eingeschnitten und mit etwas Milch übergossen, doch nicht zu viel, da das Brot nur durchzogen sein darf. Dieses Brot wird dann mit der gehackten Leber vermengt, mit Salz, Muskatnuß, Majoran ein wenig abgerieben, Citronenschale und zwei Eier daran geschlagen. Ist alles gut gemischt, so formt man Klöße und setzt sie in kochendem Salzwasser an. Sollte der Probekloß zu weich sein, so reibe man noch etwas Weißbrot an den Teig, oder rühre eine Kleinigkeit Mehl daran. Die Knödel müssen $\frac{1}{2}$ Stunde lang kochen. Sie können auch in Knochen- oder leichter Fleischbrühe gekocht werden.

*

Weißkraut. (Rabiz.) Man schneidet einen Krautkopf in vier Teile, schwellt ihn eine Viertelstunde lang, übergießt ihn mit kaltem Wasser und drückt ihn aus, doch ohne die Blätter zu zerbrechen. Schneidet die Storze heraus und bindet ihn schön zusammen. Nun kocht man ihn mit Butter, guter Fleischbrühe, einigen ganzen geschälten Zwiebeln, Salz und Pfeffer halb weich, dann kommen zwei Bratwürste dazu, die man noch mitkocht, bis alles gar ist. Einige dünne Brot-

geschnitten röstet man hellgelb, legt sie in die Mitte auf die Platte, die in Stücke geschnittenen Bratwürste nebst den Zwiebeln rund herum und den Kohl dazwischen. Die Brühe läßt man allenfalls mit etwas Mehl noch dicklich einkochen und schüttet sie darüber.

*

Karlsbader Mehlspeise. 1 Eßlöffel voll Mehl, 2 Eßlöffel voll Zucker, 100 Gramm geriebenes Weißbrot, 6 Eier, 1½ Liter sauren Rahm, gut abgerührt, die Hälfte in eine bestrichene Form gefüllt, 10 bis 15 Minuten gebacken, dann eine Marmelade darauf gegeben und die andere Masse darüber. Nach ¼ Stunde streut man geriebenes Brot, das mit Zucker und Zimmt vermischt ist, fingerdick darüber und bäckt es noch ½ Stunde.

*

Wespennester. 250 Gramm ungeschälte Mandeln werden länglich fein geschnitten, 125 Gramm Zucker in Wasser getaucht und die Mandeln damit gelblich geröstet. Schnee von 6 Eiweiß, 375 Gramm gestoßener Zucker, 250 Gramm geriebene Schokolade und etwas Vanille rührt man eine halbe Stunde tüchtig und mischt die gerösteten Mandeln darunter. Von der Masse werden theelöffelweise Häufchen auf ein mit Wachs bestrichenen Blech gesetzt. Im Ofen werden die kleinen Kuchen fest und braun gebacken und erst abgenommen, wenn das Blech erkaltet ist.

*

Flottkuchen oder falscher Blätterteig. 120 Gramm frische Butter, 120 Gramm feines Weizenmehl, 3 kleine Löffel Rahm werden zu einem geschmeidigen Teig recht schnell geknetet, ausgerollt, dreimal überschlagen (wie Blätterteig behandelt) und recht kalt stehend ruhen gelassen. Danach rollt man den Teig wieder aus, schlägt ihn abermals dreimal zusammen und wiederholt dies noch dreimal. Sticht von dem ausgewalzten Teig dann kleine Kuchen aus, bestreut sie mit grobem Zucker und bäckt sie, daß sie ganz hoch werden. Nach Gutfinden können sie mit beliebigem Gelee garniert werden. Es bedarf keiner Eier dazu, doch kann man sie, wenn man will, vor dem Backen mit Eigelb bestreichen.

*

Muskatplätzchen. 2 große Eier werden mit 140 Gramm feingestoßenem Zucker eine halbe Stunde gerührt. Die gelbe Schale einer halben, feingewiegten Citrone, eine Messerspitze voll Kardamome und Muskatblüte, beides fein gestoßen, sowie 140 Gramm Mehl wird noch dazugerührt, das Backblech leicht mit Butter bestrichen, mit dem Löffel kleine Plätzchen aufgesetzt, diese zwei Stunden stehen gelassen und bei mäßiger Hitze gebacken. Dieses Backwerk ist sehr haltbar.

Pforzheimer Kuchle. 125 Gramm Butter werden mit 100 Gramm Zucker gut verrührt, sowie nach und nach 4 Eier dazugegeben und zuletzt mit 500 Gramm Mehl, 2 Eßlöffel voll Milch und 15 Gramm Backpulver gut verarbeitet und mit etwas Citronensaft oder Vanille gewürzt. Dann rollt man den Teig (nicht zu dünn) aus, schneidet mit einem Kuchenrädchen länglich viereckige Stücke, welche in heißer Palm-
butter gebacken und mit Zucker, eventuell auch mit Zimmt bestreut werden. Alle mit Witzemann's feinsten Palm-
butter zubereiteten Speisen werden von schönstem Ansehen und feinstem Geschmack und halten sich lange, ohne letztere Eigenschaften zu verlieren.

*

Zimmerheizung. Viele kommen oft in die Lage, daß sie zwei Zimmer durch einen Ofen heizen müssen. Wenn der Ofen nicht gerade in die Wand eingemauert ist, daß er die Wärme in beide Zimmer ausstrahlt, dann ist der Erfolg zumeist ein unzulänglicher; die Türe zwischen beiden Zimmern steht immer offen, aber das ofenlose Zimmer bleibt immer kalt, während das, in welchem der Ofen steht, überheizt ist. Es ist aber diesem Uebelstande abzuhefen und eine bessere Verteilung der Wärme in beiden Zimmern herbeizuführen. Es sind nur in der Wand, die beide Räume verbindet, zwei Oeffnungen anzubringen, eine unmittelbar an der Decke und eine zweite unmittelbar am Fußboden. Dann dringt die warme Luft durch die obere Oeffnung in das ofenlose Zimmer, während die kalte durch die untere Oeffnung dem Ofen in dem andern Zimmer zuströmt. Durch Anbringen einfacher Klappen an den Oeffnungen kann man den Wärmeaustausch zwischen den beiden Räumen nach Belieben regeln.

*

Ueber das Reinigen und Auffrischen von Pelzwaren teilt ein Ingenieur, der sich lange in Rußland, dem „klassischen Lande“ für Pelz-
sachen, aufgehalten hatte, folgendes in Rußland übliche Verfahren mit: Man bringt Roggenkleie in einen Topf — ob in einen eisernen oder irdenen, ist gleichgiltig — und macht dieselbe unter stetem Umrühren so heiß, als es die Hand ertragen kann, schüttet die so erhitzte Kleie auf den Pelz und reibt diesen damit recht tüchtig ein. Alsdann bürstet man denselben mit einer reinen Bürste aus oder klopft ihn so lange, bis alle Teile der Kleie entfernt sind. Der Pelz erhält hiedurch seinen frühern Glanz wieder, und es werden weiße Pelze sogar wieder wie neu.

*

Blindgewordene Fensterscheiben wieder herzustellen. Man nehme einen mit Leinöl getränkten Wollappen und reibe das Glas damit ein. Nach einigen Stunden wäscht man die Fettigkeit ab. Von Delfarbe reinigt man sie durch Anfeuchten mit Spiritus und Nachreiben mit Terpentinöl.