

**Zeitschrift:** Die Berner Woche in Wort und Bild : ein Blatt für heimatliche Art und Kunst  
**Band:** 21 (1931)  
**Heft:** 51  
  
**Rubrik:** Frau und Haus

### **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:** 19.03.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Frau und Haus

PRAKTISCHE HANDARBEITEN, ERZIEHUNGSFRAGEN, KÜCHEN-REZEPTE

## Der Gugelhopf.

Zu den feinsten Rühentaten,  
Die der Hausfrau meist geraten,  
Zählt ein jeder weißer Kopf  
Ganz gewiß den Gugelhopf.

Fein gezielt nach seiner Mitten  
Wird er dann zumeist zerschritten  
Saargenau, gewissenhaft  
Will's die eigne Jungmannschaft.

Nichts darunter, nichts darüber!  
Hätt' man einen Rechenschieber!  
Maßstab, Zi tel, her damit,  
Scharf gemessen jeder Schnitt!

Also löst Papa bequem  
Solch ein Gugelhopf-Problem;  
Doch das größ'te ist indessen,  
Ihn noch mit Verstand zu essen.

Friz Ed. Müller.

## Küchen-Rezepte.

### Heiße Getränke für kalte Tage.

Bei Erkältungen ist es allemal angenehm, einige bewährte Getränke zur Hand zu haben, deren Herstellung weder umständlich, noch kostspielig ist und die nicht nur ein gut mundendes, sondern auch nahrhaftes Getränk ergeben. Diesen Anforderungen entsprechen folgende Rezepte:

**Zitronenlimonade.** Der klar abgepresste Saft einer großen Zitrone wird mit reinem Bienenhonig stark gesüßt und dann mit einer Tasse kochenden Wassers verdünnt. Möglichst heiß in kleinen Schälchen getrunken, wirkt diese Limonade schweißtreibend.

**Zitronenmilch** wird abgekühlt oder auch kalt dem Patienten gereicht und ist ein wohl-schmedendes, durststillendes Getränk bei hohem Fieber. Man kocht reichlich  $\frac{1}{4}$  Liter Milch mit der möglichst dünn abgeschälten Schale einer Zitrone auf und läßt sie dann zugedeckt an heißer Herdstelle noch fünf Minuten ziehen. Nun wird der Saft der Zitrone mit Zucker gesüßt, zur heißen Milch gegossen und alles tüchtig durchgerührt. Nach dem Abkühlen feilt man dann den Trank durch ein Sieb ab.

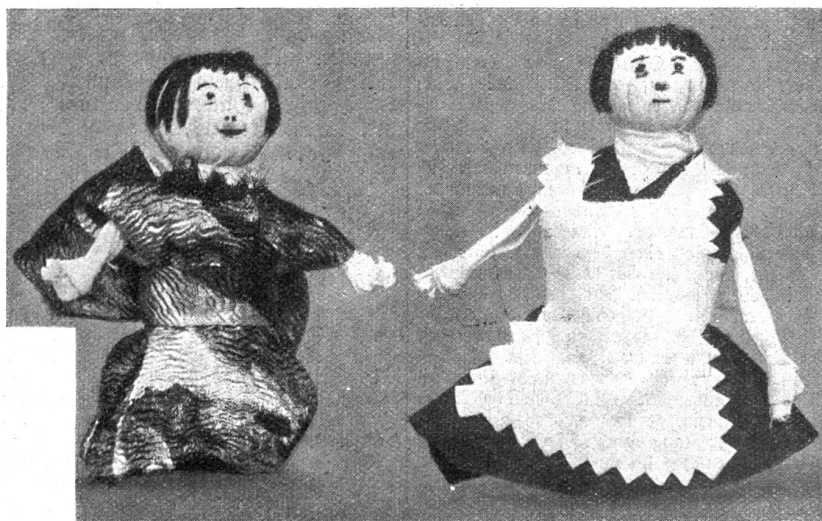
**Feiner Hafertrank.** Man rührt einen gehäuften Kaffeelöffel Hafermehl mit kaltem Wasser zu einem glatten Brei und verdünnt diesen unter stetem Umrühren mit einem halben Liter langsam zugegebenem kaltem Wasser. Dann muß alles unter fleißigem Rühren gut durchkochen. Man schmeckt mit Zitronensaft und Zucker ab und reicht den nahrhaften Trank, den man ebenfalls noch mit einem Eidoiter abziehen kann, möglichst heiß.

**Hustenlimonade.** Vier Eßlöffel sehr fest und süß eingekochte schwarze Johannisbeermarmelade werden mit heißem Wasser übergossen und bleiben zugedeckt so lange stehen, bis sich alles aufgelöst hat. Man feilt den Trank ab und verdünnt nach Geschmack mit Wasser. Heiß getrunken, löst er oft überraschend schnell einen feststehenden Husten, behebt Heiserkeit und lindert Halsschmerzen. Der herbe Beerengeschmack zeigt sich im kalten Getränk stärker; trotzdem wird dieses oft von Fiebernden sehr gern getrunken.

### Für Weihnachtsen.

**Anker ringlein.** 12 Loth Mehl, 10 Loth Anken, ein Ei, 3 Löffel Niblen und ein wenig Salz werden wohl gewirkt, Ringlein davon gemacht und dieselben gebaden.

**Pellkartoffeln** aus Marzipan. Man verrührt 250 Gramm Puderzucker mit dem gleichen Gewicht süßer, gemahlener Mandeln



## Spiel- und Beschäftigungscke.

### Die standhafte Puppe.

Eine Puppe, die ein Kind leicht selbst herstellen kann, und die nicht so leicht umfällt, sondern steht, wo man sie hinstellt, läßt sich aus einer leeren Fadenspule anfertigen.

Als Kopf nimmt man ein Stückchen Watte, legt darüber ein Stück weißen Stoff und umwickelt ihn mit einem Faden als Hals. Dann legt man etwas Watte auf die obere Fläche der Spule, zieht den übrigen weißen Stoff darüber und bindet ihn unter dem oberen Spulenanrande fest. Das ist der grundlegende Bau der Puppe. Die Arme werden auf folgende Weise hergestellt. Man faltet einen schmalen Streifen weißen Stoff etwas zusammen, knetet ihn um den Hals der Puppe und legt die beiden Enden dicht an den oberen Spulenanrand. Dort hofet man sie etwas an und zwar ein bißchen nach vorn zusammengedrückt. Wo die Hände sein sollten, macht man ganz einfach Knoten und schneidet das übrige Ende ab. Das Gesicht malt man mit Tinte, 2 Punkte als Augen,

2 kleinere als Nase und ein Bogen als Mund. Wenn man will, kann man mit rotem Farbstift noch rote Baden anmalen. Die Haare sind geschwind aus Wollfäden gemacht. Nun kann man auf diese Weise aus jeder leeren Spule eine andere Puppe entstehen lassen. Um größere Puppen herzustellen, legt man mehr Watte auf die obere Fläche der Spule. Nun zur Kleiderfrage. Die wird sehr einfach gelöst. Man schneidet in ein Stück Stoff ein Loch in die Mitte für den Kopf und zwei Löcher seitwärts für die Arme. Dann zieht man es der Puppe an, und als Befestigung dient ein Band oder Streifen Stoff, den man als Gürtel umbindet. Will man noch eine Schürze für die neue Puppe herstellen, so schneidet man sie so zu, als ob sie für eine Papppuppe wäre, zieht sie ihr über den Kopf und bindet sie mit zwei Streifen zu, die man dem Vorderteil gleich angeschnitten hat. Sogar Papppuppen kann man herstellen, indem man statt weißen Stoff, schwarzen oder dunkelbraunen nimmt und Mund und Augen farbig färbt. O. R.-Sp.

(einige bittere darunter), ein wenig Zitronensaft und einigen Tropfen Rosenwasser zu einem Teig. Dann formt man aus der Masse mittelgroße, längliche Kugeln, sticht mit einer stumpfen Stricknadel Vertiefungen hinein und wälzt sie dann in einer Mischung von Schokoladepulver und Zimmt.

**Gebadener Hecht** mit saurem Rahm. Der zugerichtete Hecht wird in passende Stücke geschnitten und in eine irdene Pfanne gelegt. Zu  $1\frac{1}{2}$  Kilogramm Hecht werden alsdann 2 Vorbeerblätter, einige Zwiebel-scheiben, Salz, 50 Gramm Butter und  $\frac{1}{4}$  Liter sauren Rahm gegeben und etwa 20 Min. im heißen Ofen gebaden, wobei der Fisch mehrere Male mit der Sauce begossen und mit geriebenem Käse und Brofsamen bestreut wird. Beim Anrichten werden Zwiebelscheiben und Vorbeerblätter entfernt und etwas Zitronensaft der Sauce untergerührt.

## Soziales

### Motta und die Familie.

Das „Cartel romand d'hygiène sociale et morale“ das unter der trefflichen Leitung von Dr. Veillard (Lausanne) steht, will seine Arbeit 1931/32 dem sozialen Schutze der Familie widmen. Bundestrat Motta begrüßt

Dr. Veillard zu diesem Entschluß und sagt u. a. folgendes:

„Es gibt keine gesunde Gesellschaft, der Staat gedeiht nicht, wo die Familie in ihrem Bestand bedroht ist. Die sowjetische Idee eines Staates, der die Familie auflösen will, widerspricht göttlichen und menschlichen Gesetzen. Ich sehe darin einen beispiellosen Irrtum, der auf die Dauer nicht bestehen kann. Die Familie ist durch zwei Hauptübel bedroht: Durch die Ungerechtigkeiten der Geburt und durch den übermäßigen materiellen Sinn bei Eltern und Kindern.“

Das neue Leben ist das größte aller Güter und die Bedingung für alle übrigen. Die Eltern, die sich weigern — wenn nicht ganz außergewöhnliche Verhältnisse vorliegen — Leben zu pflanzen, begehen in meinen Augen einen schweren Fehler gegenüber dem Lande. Der freiwillige Verzicht von Geburten hat bei uns — besonders in den Städten — einen Grad erreicht, der ein allgemeines Nachlassen des sittlichen Charakters andeutet. Die Zahlen, welche die Statistik gibt, flößen die größte Besorgnis für unsere Zukunft ein.

Große Familien sind Schulen der Solidarität. Sie lehren ihren Mitgliedern, daß die gegenseitige Hilfe die Pflicht jedes Menschen ist, und daß nur die Arbeit das moralische Recht zum Leben gewährt. Der Staat schuldet ihnen eine besondere Achtung und seine Hilfe, — in den Grenzen der Möglichkeit —. (Beilage zu den „Mittelungen“ des Bundes gegen unfittliche Literatur.)