

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

Band: 8 (1901)

Heft: 14

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: 14.03.2025

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

Haushaltlicher Ratgeber

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Krankenpflege, Blumenkultur, Gartenbau und Tierzucht.

Berausgegeben unter Mitwirkung tüchtiger Mitarbeiter von Frau E. Coradi-Stahl in Zürich.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2.—, halbjährlich Fr. 1.—. Abonnements nehmen die Expedition, Bäderstrasse 58, und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen. — Insertionspreis: Die einspaltige Zeile 25 Cts., bei Wiederholungen Rabatt.

Nr. 14. VIII. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
22 Nummern.

Zürich, 27. Juli 1901.

Die Sommergeister.



Sommers laufen in Mittagsglut,
Ohne die Sohlen zu rühren,
Luftige Geister ohne Blut
Heber der Aehren Spiken,

Wenn die Erde recht dürr und heiß,
Werden sie erst lebendig;
Wenn der Himmel von Hitze weiß,
Spielen sie fort beständig.

Jedes Wölkchen die Kinder verschreckt,
Dass sie sich eilig verschlucken;
Wenn Ihnen würden die Füßchen feucht,
Stürben sie hin am Schnupfen.

Leicht gekleidet im güldenen Hemd,
Glänzen die weißen Gliedchen,
In silberner Sprache, seltsam und fremd
Singen sie köstliche Liedchen.

Doch wenn die Stachel mit drohendem Schall
Schwingen gebräunte Hände,
Dann hat der glänzende Kinderball,
Das Spiel des Sommers, ein Ende.

Kröchelnd in Höhlen kauern sie
Sich dann im Herbst zusammen;
Sehnend und weinend betrauern sie
Des Sommers liebliche Klammen.

Gustav Pfizer.



Gesundheitspflege im Hochsommer.

Nach Dr. G.

Sonnenschein und frische Luft! ist jetzt die Parole für jedermann, der gesund werden und bleiben will. Ein altes Sprichwort lautet: „Auf der Schattenseite der Straße hält der Leichenwagen

dreimal so oft als auf der Sonnenseite.“ Geht hinaus in den lachenden Sonnenschein und lernst die Heilkraft der Sonne kennen! Der noch schwache Rekonvaleszent fühlt bei ihren erwärmenden Strahlen seine Lebenskräfte und Säfte sich mehren. Wie unter ihrer Einwirkung der grüne Farbstoff der Blätter gebildet wird, so verleiht sie auch dem bleichen Blute, den fahlen Wangen eine gesunde, rote Farbe. Der Stoffwechsel des ganzen Organismus, das Nervensystem und die Gemütsstimmung werden in ganz erheblicher Weise angeregt. Daher sollten diese große Wohlthat besonders Kinder und alte Leute, Bleichsüchtige, Nervöse, Rheumatiker, Schwindelsüchtige und mit Hautkrankheiten Behaftete sich zu nütze machen. Ihr Städter, verdunkelt nicht in ängstlicher Lichtfeindschaft die Zimmer mit Vorhängen und Fensterläden zu grabgewölbartigen Räumen oder vermeidet gar jeden Gang im Sonnenschein, nur um nicht einige Schweißtropfen zu verlieren. Gerade Schwitzen ist gesund. Die meisten Krankheiten treffen uns nicht plötzlich wie ein Blitz aus heiterm Himmel, vielmehr sammeln sich allmählich gesundheitschädliche Substanzen, namentlich giftige Stoffwechselprodukte an. Diese müssen immer einmal durch hygienische Maßnahmen ausgeschieden werden. Dazu ist natürliches reichliches Schwitzen, ohne innere schweißtreibende Mittel besonders geeignet. Deshalb arbeite man körperlich öfter bis zum Schwitzen beim Graben, Bergsteigen, Turnen, Hanteln und dergl. und suche sich auch nicht vor jedem Sonnenstrahl ängstlich unter den Bäumen oder dem Schirme zu verbergen.

Wer noch an das Ammenmärchen glaubt, daß Nachtluft ungesund sei, und deshalb bei geschlossenen Fenstern schläft, der entschliefte sich doch endlich einmal in diesen milden Sommernächten die Fenster offen zu lassen: tiefer, ruhiger, erquickender Schlaf und morgens ein frisches, munteres Erwachen ohne Schläffheit und Bleischwere in den Gliedern wird der Lohn sein!

In der Nahrung ist der Fleischgenuß etwas einzuschränken und durch Gemüse, Mehlspeisen, Hülsenfrüchte und Obst zu ersetzen. Von letzterem sollte jetzt in jeder Familie stets ein Teller voll auf dem Tisch stehen, da es das beste und angenehmste natürliche Gesundheitsmittel für Jung und Alt bleibt.

Auch der Genuß erziehender alkoholischer Getränke ist zu beschränken; dafür trinke man die erfrischenden und gesunden Limonaden, besonders die von natürlichem Zitronensaft bereiteten. Will man Getränke durch das Eis kühlen, so darf man es nie in das Getränk hinein, sondern nur um dasselbe herum thun, damit nicht etwa im Eis vorhandene krankheits-erregende Bakterien in den Verdauungsapparat gelangen. Dieser besitzt überhaupt in der heißen Jahreszeit eine größere Reizbarkeit und Disposition zu Erkrankungen (Erbrechen, Diarrhöe), so daß jetzt Vorsicht am Platze ist. Namentlich unter den Kindern fordern die Verdauungsstörungen oft fürchtbare Opfer.

Für Radfahrer, Touristen, Sommerfrischler ist auch die Kleidung in gesundheitlicher Beziehung von Wichtigkeit. Die Oberkleider, am besten von Leinen oder Baumwolle, seien luftig und nirgends beengend, namentlich nicht am Gürtel, Brustkorb oder Hals. Helle, lichte Gewandung nimmt die Sonnenstrahlen und die leuchtende Wärme in geringerem Grade auf als dunkle, erhitzt also den Körper viel weniger. Zur Unterkleidung eignet sich Wolle am besten. Wer freilich den größten Teil des Tages sich ruhig im Zimmer aufhält, und von dem die Unterkleidung durchnässenden Schweiß, von Staub und Schmutz fast gar nicht zu leiden hat, möge lieber die kühleren Leinestoffe oder die weitmäsigten Nejjacken wählen.

Der Sommer bildet die hygienische Gnadenzeit zur Kräftigung des Körpers gegen die Unbilden der rauhen und kalten Jahreszeit. Jetzt können auch die verweichlichten, schlaffen und widerstandlosen Wasser- und Luftfeinde mit Kräftigungs- und Abhärtungskuren beginnen, sich an kalte Ganzwäsungen gewöhnen. Wem es nicht vergönnt ist, über Berg und Thal oder in die Gebirge zu wandern, der stelle sich morgens, mittags und abends ans offene Fenster und atme recht tief ein und aus, zuerst eine Minute lang, später bis eine Viertelstunde; das stärkt die Lunge, weitet die Brust, schafft Sauerstoff ins Blut und verleiht mehr Gesundheitskraft als manchen trägen „Kurgästen“ der Besuch der Sommerfrische!



Das Anrichten der Speisen.

Das Anrichten der Speisen muß stets mit äußerster Zierlichkeit und Sauberkeit geschehen, denn es genügt nicht, dieselben schmackhaft und gut hergestellt zu haben, sondern man muß es auch verstehen, sie so auf den Tisch zu bringen, daß sie dem Auge einen

wohlgefälligen Anblick darbieten und schon unwillkürlich den Appetit erregen. Braten und Geflügel legt man deshalb stets mit der schönsten Seite nach oben, Gemüse und breiartige Speisen müssen schön glatt gestrichen sein und nie darf eine Schüssel zu voll gemacht werden.

Eine Hauptsache bei dem Anrichten ist jedoch das Verzieren und Garnieren der Schüsseln, was ungemein viel zur Erhöhung des appetitlichen Aussehens beiträgt; so garniert man Fische und kalte Fleischgerichte mit frischer Petersilie, Zitronenscheiben, Kapern und harten Eiern, die Gemüse mit Koteletten, Würstchen, Schinken- und Zungenschnitten, Spinat mit gebratenen Kartoffelchen und Spiegeleiern, Linsen gleichfalls mit Spiegeleiern, Kohl mit Kastanien, Salat mit harten Eiern. Spargel richtet man auf einer runden Schüssel an, die Köpfe alle nach innen; Rindfleisch, auch Schinken wird mit Petersilie und geriebenem Meerrettig garniert, gedämpftes Fleisch mit Zitronenscheiben und Kapern, ebenso die Ragouts. Die Braten müssen entweder nach dem Zerschneiden in ihre vorige Gestalt zusammengelegt, oder die Scheiben französisch auf der Schüssel angerichtet werden. Krebse legt man auch rund um die Schüssel, mit den Köpfen nach außen, und garniert sie mit Petersilie. Die breiartigen Gemüse verziert man je nach der Art, wie sie zubereitet worden sind; Reis, der mit Fleischbrühe gekocht ist, mit Blumenkohl und kleinen Klößchen; ist er in Milch gekocht, so wird er wie Milchgries und Milchhirse mit Zucker und Zimmt bestreut oder mit brauner Butter übergossen; Kartoffelbrei wird mit würfelig geschnittenem, gebratenem Speck, braungebratenen Zwiebeln oder bloß mit brauner Butter angerichtet, indem man mit einem Löffel kleine Vertiefungen in den Brei drückt und die Butter hineingießt. Andere Gemüse, wie z. B. Erbsen, bestreut man mit gerösteten Semmelbröseln, Blumenkohl garniert man mit kleinen Klößchen, Krebschwänzen, Morcheln u. s. w. Manche Schüsseln umgibt man mit gerösteten Semmelschnitten, nur muß man überall darauf bedacht sein, daß die Verzierung auch ganz im Einklang mit der Natur des Gerichtes steht.

Fleischschüsseln garniert man am wohlfeilsten mit zierlich geschälten und gebratenen Kartoffelchen, ausgebackener Petersilie, glacierten Zwiebeln, Kartoffel-Kroquettes, Möhren, Rüben, Kohlrabi, die nett ausgestochen, oder in Form von Birnen, Oliven zc. geschnitten und in Fleischbrühe gekocht sind, gedämpften Blumenkohlröschen, Spargelpizzen, Rosenkohl, Welschkohlherzen, Liebesäpfeln, rote Rüben, Selleriescheiben oder Würfeln, Gurken, Spinat und anderem Gemüse; will man bei besonderen Gelegenheiten einen feineren Aufputz herstellen, so wählt man hiezu kleine gedämpfte Champignons, Trüffelscheiben, Austern, Muscheln, Oliven u. s. w. Warme Fischgerichte putzt man sehr hübsch mit gekrafter Petersilie, ausgezackten Zitronenscheiben und kleinen Krebsen aus; Gemüseschüsseln mit glacierten Maronen, Semmel-Kroutons und

zierlichen Dreiecken aus Semmelkrume, die man in Butter gebacken und um den Rand der Schüssel mit Eiweiß befestigt, mit Kartoffelchen, Klößchen, kleinen Würstchen, gebackener Kalbsmilch, Gehirn und dergleichen, die man mit ausgestochenen Wurzelwerk von verschiedener Farbe abwechseln läßt; auch verschiedene kleine Figuren, Halbmonde u. dergl. von gebackenem Blätterteig eignen sich gut dazu, werden aber gewöhnlich mehr zur Garnierung von Frikassees und feinen Ragouts benützt. Kalte Schüsseln werden mit hellem und dunkeln Aspik, kleinen Seezrebsen, Salatherzchen, Petersilie, Eiervierteln, Kapern und Sardellen garniert. Kalte Mehlspeisen und Kompotte pußt man mit eingemachten Früchten und ausgestochenen Obst-Gelee aus; warme Mehlspeisen werden meist mit Sauce serviert und müssen schon durch ihr bloßes Aussehen verlockend genug sein. K. Bauer.



Das Einmachen der Früchte.

Beim Einmachen der Früchte muß man stets mit großer Sorgfalt zu Werke gehen, da oft ein kleines Versehen die Ursache zum raschen Verderben derselben wird. Peinliche Reinlichkeit aller erforderlichen Geschirre und Gefäße ist ebenfalls vonnöten, ja es wäre empfehlenswert, für das Einmachen ganz spezielle Gerätschaften zu alljährlichem Gebrauch bereit zu halten. Am häufigsten wird wohl die Messingpfanne zur Verwendung kommen, wie auch gut verzinnte Kupfergeschirre. Zum Umrühren und Abschäumen der einzukochenden Masse sind neue Holzlöffel, oder besser noch Porzellan- oder Emailldöfel und -Seiher zu verwenden. Blechgeschirre dürfen nicht gebraucht werden. Es wird nicht selten beim Einkochen von Früchten darin gefehlt, daß man neben diesen Töpfen Gemüse, Fleisch, Backwerk, Eierkuchen u. dergl. zubereitet; diese Dünste beeinträchtigen aber das Aroma der Früchte ganz wesentlich; es wäre daher zu empfehlen, für das Einkochen lieber den Nachmittag zu verwenden, da man ja dieser Arbeit zu der Zeit ohnedies größere Aufmerksamkeit schenken kann. Alle Früchte, die zum Einkochen verwendet werden, sollten ganz frisch und gesund, möglichst aus dem Garten oder vom Markt her verwendet werden, auch sollten — wie es so oft aus Sparsamkeitsrücksichten geschieht — keine minderwertigen Zutaten, wie Zucker, Essig, Rum, Gewürze gebraucht werden, da diese die Haltbarkeit der Früchte beeinträchtigen. Der sogenannte Hutzucker, nicht geringere Sorten, wie z. B. Stampfzucker, sollten dabei Verwendung finden. Nur wenn das richtige Verhältnis der Zutaten zur Frucht genommen wird, kann man, bei Beobachtung der übrigen Einmacheregeln, auf ein tadelloses Erzeugnis rechnen. Bei zu wenig Zucker werden die Früchte bald mit Schimmel überdeckt, im entgegengesetzten Falle nimmt die entstehende Zuckerkruste der Frucht das Aroma und die Schmack-

haftigkeit. Alles eingefüllte Obst soll völlig mit seinem Saft bedeckt sein und dieser Saft hält sich am besten da, wo er kurz eingekocht worden ist. Eine gründliche Reinigung der Einmachgläser hat natürlich stattzufinden, ehe man die Früchte einfüllt. Um die Früchte möglichst von der Luft abzuschließen, bedeckt man sie mit einem in Rum getauchten weißen Papier und überbindet die Büchsen und Gläser mit zuvor angefeuchtetem Pergamentpapier oder Schweinsblase. Bei Verwendung von letzterer empfiehlt es sich, sie behufs gründlicher Reinigung einen Tag in reines Wasser oder Brantwein zu legen. Man reibt sie dann gut ab und trocknet sie mit einem Tuche. Bis die Früchte erkaltet sind, belegt man die Gefäße mit Mouffeline, damit kein Staub oder Insekt in die gekochte Masse fällt. Sofort nach dem Erkalten bindet man sie zu und scheue dann die Mühe nicht, nach einigen Tagen nachzusehen, ob sich Schimmel zeigt oder eine dünne Brühe. In dem Falle kocht man bei Hinzufügen von Zucker das Eingemachte noch einmal auf.



Selbgeordnete Wäsche zu bleichen.

Zum Bleichen gelber Wäsche nimmt man 1 Teil gereinigtes Terpentinöl und 3 Teile rektifizierten Spiritus. Hievon gießt man 1 Eßlöffel in einen Zuber Wasser, spült die gewaschene Wäsche darin und hängt sie zum Trocknen auf. Man kann auch in das Blauwasser eine Mischung von 3 Teilen starkem Spiritus und 1 Teil Terpentinöl geben. Man rechnet dann 2 Eßlöffel dieser Mischung auf einen Zuber Wasser.

Sonnenschirme zu waschen. Der Schirm aus Baumwolle, Leinen, Satin u. s. w. wird aufgespannt mit kaltem Wasser übergossen und mit einer kleinen Bürste gehörig eingeseift, besonders die streifigen Stellen. Nachdem die Seife etwas gezogen hat, spült man den Schirm so lange mit reinem kaltem Wasser, bis alle Seife verschwunden ist. Dann wird er aufgespannt in die Sonne gesetzt. Sind Spizen am Schirm, so werden sie in der Hand mit Seife gerieben und noch feucht geglättet. Natürlich können nur Schirme mit echten Farben gewaschen werden.

Reinigen von Hirsch- und Rehleder.

Man wäscht das Leder in kaltem Wasser mit Seife, spült es gut und taucht es dann in kaltes Wasser, in das man etwas feines Speiseöl gethan hat. Hier wird es leicht gerieben und dann mit der Hand ausgestrichen, doch nicht gemunden. Das Leder muß langsam trocknen, 3–5 Tage. Halb trocken wird es zur richtigen Größe ausgebehnt und mit einem Kollholz platt gemangelt. Del und langsames Trocknen machen das Leder weich. Lederdecken behandelt man ebenso.

Bettfedern aufzubewahren. Wenn man die Federn ungewaschen trocknet, so ist es besser, dieselben gleich zu schleifen, damit die Kleie entfernt werden, welche am meisten Saft enthalten und daher eine Brutstätte für Insekten bilden. Die Federsäcke sollen nur halb voll sein und oben und unten gebunden werden, damit sie ungehäuft und öfter durchgreifend geschüttelt werden können. Man hänge die Säcke an trockene, luftige Orte.

Ein sehr einfaches und billiges Mittel gegen Wanzen ist das rote, doppelchromsaure Kali. Seine Anwendung ist einfach und seine Wirkung sicher. Bettstellen und andere Möbel werden mit einer Auflösung von 7 Gramm per Liter begossen, während es bei den Wänden entweder unter die Lünche oder den Kleister beim Tapezierer gemischt wird.

Gegen Kellerasseln schüttet man in eine Flasche eine kleine Menge Weingeist, schwenkt diese Flasche so herum, daß die inneren Wände und der Hals derselben befeuchtet sind und legt sie auf den Kellerboden, daß die Oeffnung den Erdboden berührt. Die lästige Tiere haben eine besondere Vorliebe für Spirituosen und ziehen sich infolge dessen in die Flasche, wo man sie nach einigen Tagen zu Hunderten vorfindet und wo sie infolge der Be- täubung verbleiben. Wiederholt man dies einige- male, so ist der Keller von Asseln beinahe gänzlich befreit. Man Sorge jedoch dafür, daß der Spiritus nicht mit einem offenen Dichte in Berührung kommt.



Speisezettel für die bürgerliche Küche.

- Montag: * Grüne Suppe, Kalbsfleischragout, Kartoffel-
püree, Gurken Salat.
Dienstag: Griesuppe mit Brotwürfeln, Schweins-
koteletten, Spinat, * Heidelbeerkuchen.
Mittwoch: Reissuppe mit Huhn, * Steinpilze als Gemüse,
Kirschauflauf.
Donnerstag: Fleischsuppe, gefotenes Rindfleisch mit
Zwiebelsauce, gebackte Beefsteaks und Bohnen.
Freitag: Einlaufsuppe, Schafsbraten, * gebackene Kugeln,
gemischtes Kompott.
Samstag: Kartoffelsuppe, * Mangoldstiele, gebratene
Kartoffeln, * Aprikosen-Charlotte.
Sonntag: Tapiokasuppe, * gebackener Hecht (mariniert)
mit * Kapernsauce, * gebratenes Geißviertel, Reiss-
würstchen, Kopfsalat, Auflauf von saurem Rahm.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden.

Koch-Rezepte.

Grüne Suppe. Spargelspitzen, grüne Erbsen und zerkleinerte, d. h. in kleine Stücken geschnittene grüne Böhnchen werden zusammen in siedendem Salzwasser rasch, aber nicht zu weich gebrüht, auf ein Sieb ange- richtet, mit kaltem Wasser abgespült, mit etwas Tapioka (1 Eßlöffel pro Person) in die nötige siedende Fleisch- oder Knochenbrühe gegeben, einige Minuten aufgekocht und über etwas „Maggi“ angerichtet.

Hecht, mariniert und gebacken. Der gehörig

zugerichtete Hecht wird in Stücke zerschnitten, die man drei bis vier Stunden lang in einer Marinade von Weins- essig, Salz, Pfeffer, gebackten Zwiebeln, Lorbeerblättern, Nelken und Piment liegen läßt, dann in Mehl um- wendet, in zerlassene Butter taucht, mit geriebener Sem- mel bestreut und in einer Pfanne mit Butter auf beiden Seiten braun bäckt; hierzu gibt man eine Kapern- oder Sardellen-Sauce.

Kapern-Sauce, gelbe, zu Fisch. In ein wenig kaltem Wasser zerquirlt man einen halben Eßlöffel Mehl, fügt nach und nach $\frac{1}{2}$ Liter Fleischbrühe, den Saft einer halben Zitrone und eine Prise Macis hinzu, bringt dies unter fortgesetztem Umrühren zum Kochen, thut zwei Eß- löffel Kapern und 125 Gramm frische zerlassene Butter daran und legiert die Sauce mit drei Eidottern.

Gebratenes Geißviertel. Ein Viertel von einem schönen Ziegenlamm wiegt 700—800 Gr. und reicht für etwa 3 Personen. Der Bug samt Brust und Lunge wird auf beiden Seiten mit Salz bestreut, mit süßer Butter nebst Bratengarnitur eine halbe Stunde im heißen Ofen schön gelb gebraten, indem man fleißig mit dem Fett be- gießt; den Fond kocht man mit Wasser oder Fleisch- brühe auf, serviert den Jus mit dem Braten und gibt Salat oder ein grünes Gemüse dazu. Wird mit süßer Butter gebraten, so gießt man bald ein wenig Wasser bei, um die schwarzen Pünktchen zu vermeiden.

(Basler Kochschule)

Steinpilze als Gemüse. Man püht und wäscht frischgesammelte Pilze (alle wurmigen beseitigt man), schneidet sie in ziemlich große Würfel, wäscht sie und schmort sie in kochend gemachter Butter ziemlich weich, wobei man eine geschälte Zwiebel mit hinzuthut; dann stäubt man etwas Mehl darüber, gießt ein wenig Fleisch- brühe an, würzt die Pilze mit Salz, Pfeffer und ge- hackter Petersilie, dünstet sie vollends weich und serviert sie mit Salzkartoffeln und Beefsteaks, namentlich solchen von gebacktem Fleisch, Koteletten, Fricandellen oder Schinken. Man kann die Pilze auch zuerst eine Viertel- stunde in siedendem, mächtig gesalzenem Wasser kochen, das Wasser abgießen, die Pilze in Butter dünsten, mit Mehl abstäuben, mit dem Wasser, worin sie gekocht sind, wieder auffüllen und mit Pfeffer und Petersilie würzen.

Mangoldstiele, gekocht. Von den breiten weißen Rippen oder Blattstielen werden die Blätter und Fäden entfernt, die Stiele in 6—8 Centimeter lange Stücke ge- schnitten, gewaschen, mit einem Stückchen frischer Butter in Salzwasser weichgekocht und auf einem Siebe abge- tropft. Inzwischen macht man in 60 Gramm Butter zwei Eßlöffel Mehl hellgelb, verkocht diese Mehlschwitze mit $\frac{1}{2}$ Liter Fleischbrühe, dämpft die Stiele noch eine kleine Viertelstunde darin und legiert die Sauce mit einem Ei- dotter und dem Saft einer halben Zitrone.

Gebackene Kugeln. Ein Liter Wasser, 60 Gramm süße Butter (19,20 Cts.), 500 Gramm Mehl (25 Cts.), 30 Gramm Zucker (1,8 Cts.), 20 Gramm Salz (0,28 Cts.), 7 Eier (56 Cts.), 140 Gramm Verbrauch an Backfett (44,8 Cts.), zusammen 1 Fr. 47,08 Cts.

Man kochte Wasser, Butter und Salz, rühre auf dem Feuer das Mehl hinein und kochte es unter fleißigem Rühren zu einem dicken Brei. Dann lasse man den Teig in einer Schüssel erkalten und rühre nach und nach die Eier hinzu. Von diesem Teige werden mit einem Kaffee- löffel kleine Stücke herausgestochen und, in nicht zu heißem Fette schwimmend, langsam gebacken, ohne daß sich die Kugeln berühren. Man darf nicht zu viel mit einander backen, da sie stark aufgehen und sich beständig drehen. Man lasse sie gut abtropfen, bestreue sie mit Zucker und bringe sie sogleich zu Tische. Wenn das Brat- fett zu heiß ist, so gehen die Kugeln nicht auf und bleiben inwendig teigig.

Man kann sie auch mit Milch statt Wasser und ohne Zucker bereiten und sie dann zu Braten oder Saucen- fleisch geben. Zubereitungs- und Kochzeit: 2 Stunden. (Aus Volkart's „Koch-, Haushaltungs- und Gesundheits- büchlein“.)

Aprikosen-Charlotte. Zwölf bis fünfzehn schöne, nicht zu reife Aprikosen werden geschält, halbiert und mit 80 Gramm Zucker nebst einem kleinen Stück frischer Butter eine Viertelstunde lang unter öfterem Umschütteln gedämpft. Dann streicht man die Form mit geschmolzener Butter aus, taucht Scheiben von Milchbrot oder Einbad erst in geschmolzene Butter, dann in Zucker, legt die Form auf dem Boden und an den Seiten dicht damit aus, schüttet die Aprikosen hinein, bedeckt dieselben mit ebensolchen Milchbrotscheiben, bestreut sie mit Zucker und bäckt sie in einem heißen Ofen eine halbe bis drei Viertelstunden lang.

Billiger Fruchtkuchen. 250 Gramm Mehl (12,5 Cts.), 120 Gramm Butter (40 Cts.), 5 Gramm Salz (0,07 Cts.), 1 Dezilliter Wasser. Zusammen 52,57 Cts.

Das Mehl wird auf das Brett gegeben und die Butter in feine Schnittchen dazu verschnitten und Mehl und Butter mit einander gerieben, bis sie sich ganz vereinigt haben, das Salz und Wasser dazu geknetet und der Teig gewirkt, bis er glatt ist; dann wird er eine halbe Stunde in die Kühle gestellt. Besser ist, man läßt ihn wenn möglich einige Stunden stehen, wallt ihn aus und belegt ein Backblech damit. Nun werden beliebige Früchte darauf gelegt, mit Zucker bestreut und das Ganze in ziemlich starker Ofenhitze gebacken. Bei sehr saftigen Früchten (Heidelbeeren, Zwetschgen u.) empfiehlt es sich, den ausgewallten Teig mit gestoßenem Brot zu bestreuen, ehe die Füllung aufgelegt wird. (Aus Volkart's „Kochbüchlein“.)

Eingemachte Früchte.

Pflirsich-Marmelade. Reife, ganz fehlerlose Früchte werden in siedendem Wasser flüchtig blanchiert, geschält, entkernt und in Viertel zerschnitten; nachdem man leichtere gewogen, läutert man das gleiche Gewicht Zucker, den man in Wasser eingetaucht, thut die Früchte nebst etwas feingehackter Zitronenschale hinein, läßt sie sehr weichkochen und siedet unter fortwährendem Umrühren und Abschäumen die Marmelade über gelindem Feuer bis ein, füllt sie nach dem Erkalten in Gläser, bedeckt sie mit einem rungetränkten Papier und überbindet sie mit Blase.

Mirabellen-Konfitüre. Aus 1 Kilogramm recht reifer Mirabellen entfernt man die Kerne, läutert ein Kilogramm Hutzucker mit fast $\frac{1}{2}$ Liter Wasser, schäumt ihn gut ab, thut die Mirabellen hinzu, siedet sie völlig weich, nimmt sie heraus, legt sie in einen Steintopf, siedet den Zuckersirup zu dicker Gelee ein, schüttet ihn heiß über die Früchte, bindet den Topf dann gut zu und bewahrt ihn an einem kühlen Orte auf. — Oder man kernt die Mirabellen aus, nimmt auf jedes Kilogramm Früchte $\frac{1}{2}$ Kilogramm Zucker, läutert ihn zu Sirup, kocht die Pflaumen dann so lange darin, bis der Saft geleeartig dick geworden ist, richtet an, bindet sie zu und hebt sie an einem kühlen Orte auf.

Brombeergelee. Die recht reifen und saftigen Brombeeren werden verlesen, gesäubert und in dem Reibenapfe zu einem flüssigen Brei verrührt, welchen man auf ein Haarsieb gießt und den Saft in eine untergestellte Schüssel laufen läßt. Den durchgelaufenen Saft stellt man einige Stunden ruhig hin, gießt ihn dann behutsam ab, damit der Bodensatz zurückbleibt, vermischt den Saft mit dem gleichen Gewichte Zucker und läßt diesen sich darin auflösen, erwärmt ihn in einem emaillierten Topfe recht langsam und bringt ihn schließlich zum Kochen, nimmt den auf der Oberfläche sich während des Kochens bildenden Schaum ab und kocht die Gelee so lange, bis sie so dick ist, daß ein auf einen kalten Teller gegossener Tropfen sofort gallertartig fest ist. Dann füllt man die Gelee recht heiß in kleine, vorher erwärmte Gelee gläser und bindet diese nach dem Erkalten mit Pergamentpapier oder Blase zu. („Buch der Konserven.“)

Eingemachte Preiselbeeren. Man kiest und wäscht die Beeren, läßt sie ablaufen, brüht sie mit

kochendem Wasser, wodurch sie ihren herben Geschmack verlieren, gießt nach einigen Minuten das Wasser rein ab, vermischt die Beeren mit gemahltem Zucker (auf 5 Liter 1 Kilogramm) und einigen Stückchen feinem Zimmt, siebet sie langsam unter wiederholtem Abschöpfen des Schaumes, bis einzelne der Beeren zu plagen beginnen, nimmt sie mit dem Schaumlöffel heraus, legt sie gleich in die Töpfe und füllt später den eingedickten Saft fast ausgekühlt darauf, wobei man die Beeren gut damit verrührt und die Töpfe nach völligem Erkalten überbindet und aufbewahrt.

Gurken einzumachen. Mittelgroße, frisch gepflückte, grüne Schlangengurken, welche noch keine Kerne haben, werden rein gewaschen und über Nacht in frisches Brunnenwasser gelegt. Dann wird der Boden eines großen steinernen Topfes mit Weintraubenblättern belegt und eine Lage Gurken dicht darüber gelegt. Ueber die Gurken gibt man folgende Kräuter darauf: Estragon, Dill, kleine Stückchen Meerrettig, Lorbeerblätter, Basilikum, Pfefferkörner, einige Nelken und kleine Zwiebelchen. Nun kommen wieder eine Lage Gurken, dann die Kräuter und so fahre man fort, bis der Steintopf auf zwei Finger breit gefüllt ist. Die Kräuter machen den Schluß; unten und oben dürfen nur Weintraubenblätter gedeckt sein. Man kocht nun $1\frac{1}{2}$ Liter guten Weißessig mit $\frac{1}{4}$ Liter Wasser und zwei kleine Hände Salz in einer Messingpfanne eine Viertelstunde und gießt diese Flüssigkeit langsam über die Gurken. Nach Erkalten derselben legt man eine saubere, runde Schieferplatte darauf, beschwert sie mit ein paar reingepulzten Kieselsteinen und bindet den Topf zu.



Zu kalte Bäder. Es kommt nicht selten vor, daß Leute in übertriebener Abhärtungssucht zu kalte Bäder nehmen, ohne zu bedenken, daß solche mit Gefahren für die Gesundheit verbunden sind, namentlich für Herz und Gehirn durch starken Blutandrang von der enorm abgefühlten Haut nach den innern Lebensorganen. Im Durchschnitt sollte 12° R der niedrigste Wärmegrad sein für Bäder in See, Fluß, Teich oder Bach und zwar für schon Abgehärtete. Die Mehrzahl der Leute darf jedoch erst mit 15° R zu baden anfangen und sie sollen auch nicht länger als 5, höchstens 10 Minuten im Wasser bleiben und sich darin tüchtig Bewegung verschaffen, am besten durch Schwimmen. Abdouchungen des Körpers mit kühlerem Wasser (wenn in der Badanstalt gebadet wird) und am Schlusse tüchtiges Abreiben der Hautfläche, ist sehr zu empfehlen und härtet ab. Ein Lustbad mit Sonnenbestrahlung nach dem Abtrocknen ist auch sehr geeignet, den Körper für die Einwirkung verschiedener Temperaturgrade weniger empfindlich zu machen. Schnupfen- und Rheumatismuslückige, zu Husten und Influenza geneigte Leute werden dadurch bedeutend widerstandsfähiger. Ein Verzärtelter hüte sich aber davor, gleich zu Anfang der Badesaison mit dem von frühern Jahren Erprobten zu beginnen, er gehe nur vorsichtig zu Werke. Jeder einzelne kann übrigens bei Beobachtung der Wirkungen von Wasserprozeduren auf seinen Körper am besten herausfinden, was er sich zumuten darf

und man lasse sich nicht verleiten, den Beispielen solcher zu folgen, die alle Extreme auch in Bezug auf das Baden und Abhärten berühren. Jede Abhärtung soll nur nach und nach, stufenmäßig vorgenommen werden.



Der Mißbrauch von Gewürzen als Krankheitsursache. Neben den Nahrungsmitteln, die dazu bestimmt sind, dem Körper des Menschen die Stoffe zuzuführen, die er zu seiner Erhaltung gebraucht, haben wir noch die Genüßmittel, welche dieser Kost Geschmack und Geruch verleihen und bewirken, daß sie uns mundet. In mäßiger Weise genossen, sind sie für den Körper meist unschädlich, im Uebermaß jedoch schaden sie. Wir denken dabei hauptsächlich an die Gewürze, und es ist ja der Fluch der modernen Küche, daß sie durch Uebermaß von Gewürzen und Kochsalz die Menschen krank macht. Das große Heer der Magen-, Darm- und Nierenleiden ist nicht zum geringsten Teil auf einen übermäßigen Genuß von Gewürzen und Kochsalz zurückzuführen. Einmal wird ein großer verderblicher Reiz auf diese Organe ausgeübt, dem eine notwendige Erschlaffung folgen muß, zu deren Beseitigung man wieder in erhöhtem Maße zu Reizmitteln greift, dann aber führen sie auch, ebenso wie der übermäßige Fleischgenuß, zu hochgradigem Durst. Durch das viele Trinken entsteht dann eine Verwässerung des Blutes, wie man sich auszudrücken pflegt, und Blutarmut, Korpulenz und Herzleiden sind die Folgen. Manche Gewürze wirken auch noch in andere Weise schädlich. So erregt der Pfeffer, das Ideal der Gifte, wie man ihn genannt hat, das Nervensystem in hochgradiger Weise. Versuche, die mit schwarzem Pfeffer und Paprika an Tieren angestellt sind, haben überdies ergeben, daß schwere Veränderungen der Leberzellen bei längerem Genuß — die Versuche waren über ein Jahr ausgedehnt — stattfinden, nämlich im Absterben derselben, ähnlich wie bei Phosphorvergiftung entstehen. Auch die Leberschrumpfung wird, wie schon früher der englische Forscher Bud behauptete, ähnlich wie bei übermäßigem Alkoholgenuß, durch die scharfen Gewürze verursacht. Die Gefahr für den menschlichen Körper durch den Mißbrauch von Gewürzen ist also nicht unbedeutend. Prakt. Wegw.



Ratschläge für die Ferientage. Die Ferienzeit ist eingetreten. Die Kinder, des Schulzwanges für einige Zeit entbunden, benutzen die

größere Freiheit, um sich in der Natur herumzutummeln. Dadurch, daß die Kleinen mehr sich selbst überlassen sind, sich auch weiter vom Elternhause fortwagen, oder in den Sommerfrischorten in ganz neue Verhältnisse treten, mehr sich naturgemäß die Gefahren für ihre Gesundheit. Es tritt daher für die Eltern die Pflicht auf, gewisse Belehrungen nicht außer Acht zu lassen, um unangenehme Eventualitäten vorzubeugen. Je nach den örtlichen Verhältnissen werden die angeedeuteten Gefahren verschieden sein. Eine ganz besondere Gefahr für die Knaben bergen die Badestellen: an fließenden und stehenden Gewässern. Um Mut und Kühnheit zu zeigen, lassen sich Knaben oft zu den tollsten Wagnissen hinreißen. Auch das Spielen der Kinder am Ufer von tieferen Gewässern kann leicht verhängnisvoll werden. Kommt ein Kind in Lebensgefahr, so stürmen alle andern in der Regel in wilder Flucht davon. Auf ihren Wanderungen durch Wald und Busch finden die Kinder verlockend aussehende, ihnen zwar unbekanntere Beeren. Das Verlangen nach ihnen ist unwiderstehlich, es muß mindestens gekostet werden. Welche Folgen können eintreten! — Wie gerne sammeln und essen die Kinder Schwämme! Wie leicht können giftige oder schon veraltete, ungesunde, sonst genießbare Pilze darunter kommen! — Unreife Stachelbeeren, unreifes Obst wird gelegentlich von Kindern in großen Quantitäten gegessen. Schmerzhaft und oft langwierige Magen- und Darmkrankheiten stellen sich ein. Gleichartige Folgen können eintreten, wenn Kinder viel Früchte genossen haben und Gelegenheit finden, Bier hineinzutrinken. Auf die Gefahr des Wassertrinkens bei großer Erhitzung müssen Kinder wiederholt aufmerksam gemacht werden. Es ist Pflicht der Eltern und all derer, welchen man Kinder anvertraut, auf die Gefahren, die sich bei mangelnder Vorsicht zeigen, hinzuweisen.



Die **Schwarzwurzel** oder **Scorzonera**, welche ein sehr feines und auch Personen mit schwacher Verdauung zuträgliches Wurzelgemüse ist, säet man am besten erst im Juli-August auf ein Gartenbeet aus, welches schon eine Ernte gegeben hat, um sie im nächsten Herbst zu ernten. Im zweiten Jahre trägt die Scorzonera Samen, was aber der Güte der Wurzeln keinen Abbruch thut. Die Samenernte ergibt sich daher ganz von selbst. Wird aber die Schwarzwurzel einjährig kultiviert, so müßte zum Zwecke der Samengewinnung eine entsprechende Anzahl von Pflanzen stehen gelassen werden.

Das **Dulcieren** bei Äpfeln, Birnen, Kirschen und Pflaumen bereitet im Sommer dem Liebhaber stets großes Vergnügen; auf folgende drei Punkte sei hierbei ganz besonders aufmerksam gemacht: 1.

man beginne nicht früher mit dem Okulieren, bis das Reis holzig geworden oder, wie der Gärtner sich ausdrückt, „ausgereift“ ist. 2. Die Unterlagen, auf welche zu okulieren ist, müssen „im Saft stehen“, d. h. die Rinde muß sich mit Leichtigkeit vom Holze ablösen und auf der Innenseite saftig sein. 3. Man okuliere, wenn möglich, an trüben doch nicht gerade regnerischen Tagen, um Austrocknen des Rindenspaltes und des eingesehten Auges zu verhindern.

Bei den so beliebten Pelargonienforten erzielt man durch eine Düngung mit Thomasposphatmehl, dessen Kalk und Phosphorgehalt den Pelargonien sehr zusagt, ausgezeichnete Erfolge. Ein Düngguß ist diesen Pflanzen während des Sommers, in größeren Zwischenräumen gegeben, sehr vorteilhaft. Gegen vorübergehende Trockenheit sind sie unempfindlich. Durch Zurückschneiden der jungen Triebe erzielt man schöne, buschige und reichblühende Pflanzen.

Unkraut auf Wegen zu entfernen. Es macht einen sehr unfreundlichen Eindruck, wenn man auf Wegen und Plätzen, auf gepflasterten Plätzen und kiesbestreuten Gartenwegen das Unkraut üppig hervorsprossen sieht. Ein einfaches und sicher wirkendes Mittel besteht darin, daß man konzentrierte Kochsalzlösung in eine Gießkanne bringt und damit das Pflaster oder den zu reinigenden Weg begießt. Am besten geschieht dies an einem heißen Tage, an welchem Regen nicht zu erwarten ist, da derselbe die Wirkung abschwächen würde. Das Unkraut stirbt bald ab und es kommt in demselben Jahre kein neues mehr zum Vorschein.



Tierzucht.

Ein sehr beliebtes und vorzügliches Nahrungsmittel für Vögel ist die Hirse. Den Vorzug vor allen Hirsearten hat die weiße Hirse, dieselbe muß fast kugelförmig, rein weiß, ohne gelbliche Körner, glänzend, geruchlos und von angenehmem, mehligem Geschmack sein. Gelbe, braune oder graue Hirse wird von den Vögeln weniger gefressen.

Hundelager und Hundeställe. Die Krankheiten vieler Hunde, und besonders junger Hunde, mögen sie irgend einer Rasse angehören, welcher sie wollen, rühren in vielen Fällen von der unvollkommenen Lagerstätte her. Wie oft sieht man z. B. die Hunde auf kalten Steinen liegen. Das beste Lager für das Tier ist ein Strohlager, auch muß der Hund zur Nachtzeit, d. h. wenn er schläft oder ruht, vor direkter Zugluft geschützt sein, damit er keine trüben Augen bekommt. Sehr gut ist es, wenn der Stall, bezw. die Stelle, wo der Hund liegt, mit trockenem Pferdedünger ausgestampft wird. Darauf wird das Stroh ausgebreitet. Wer

eine Hundehütte besitzt, thut wohl, statt der Thür eine Plane vorzunageln, weil diese die Hütte stets von selbst abschließt, so daß der Hund vor direkter Zugluft geschützt ist.

Hühner, die einen Transport durchgemacht haben, erkranken nicht selten bald nach der Ankunft. Viele glauben in solchen Fällen die Schuld dem Verkäufer zuschieben zu müssen, welcher kranke Tiere geliefert hat. Meist ist jedoch der Empfänger selbst Schuld an der Erkrankung. Dieser glaubt gewöhnlich, die ankommenden Hühner, denen es auf der Reise an Nahrung, Wasser und Bewegung gemangelt hat, durch reichliches und kräftiges Futter entschädigen zu müssen. Darin liegt aber ein großer Fehler. Die geschwächten Tiere überladen sich mit dem überreichlichen, schweren Futter den Kropf und Magen, was Durchfall und andere krankhafte Erscheinungen zur Folge hat. Man muß vielmehr neuankommendes Geflügel 14 Tage sorgfältig pflegen und überwachen. Es wird von den anderen getrennt gehalten und in der ersten Zeit mit gekochtem Reis oder Schrotkartoffeln gefüttert. Wasser muß natürlich sofort nach Eintreffen gegeben und dasselbe mindestens täglich einige Male erneuert werden.



Frage-Sche.

Antworten.

48. Nicht nur beweist die Erfahrung ganzer Völker (Indier, Chinesen etc.), und diejenige von Tausenden strenger Vegetarier, daß man ohne Fleischspeisen gesund und kräftig sein kann; sondern es ist sogar bewiesen, daß man auf diese Weise weit gesünder und weit leistungsfähiger wird. Fleisch gibt gewaltige Sprungkraft zu momentanen Kraftäusserungen, wie sie die Raubtiere besitzen; vegetabilische Kost dagegen gibt ausdauernde Arbeitskraft. Und der Mensch gehört doch nicht zu den Raubtieren, sondern ist das vorzüglichste, feinst organisierte Körperliche und geistige „Arbeits-tier“. Die neueste wissenschaftliche Forschung hat denn auch endlich die alte Einweiß- (Stickstoff-) Theorie als falsch erkannt; und sie beweist, daß der Genuß aller Stimulantien (Fleisch, Eier, Fisch, Alkohol, Thee, Kaffee), schädlich, krankmachend wirkt. Die Diät der Zukunft ist nicht die „vegetarische“, sondern die harnsäure- und xanthinfreie Diät. Diese schließt Milch und Käse und Butter nicht aus, verbietet dagegen nebst obgenannten Nähr- und Genußmitteln auch die sehr xanthinreichen Hülsenfrüchte, und verlangt eine weise Beschränkung des Genusses von starksaurem Obst. Auch Zucker, Salz, Essig und scharfe Gewürze sind einzuschränken. Dagegen sind nebst Milch und Milchprodukten und Cerealien die nährsalzreichen Gemüse und Salate, die Nüsse und süßes sowie mild-säuerliches Obst die dem Menschen am besten zuzugenden Nahrungsmittel.
Der Alte.

53. Der Liter Wasserglas auf 10 l Wasser war richtig. Allein das Wasser muß destilliert, oder allenfalls wenigstens „am häuslichen Herd“ gründlich abgekocht und wieder erkaltet sein. Sodann ist die Mischung mit einem Schwungbellen tüchtig zu bearbeiten. Die Schicht um Schicht über die Eier gegossene Lösung muß schließlich noch 1 1/2—2 cm über den Eiern stehen. — Auch dürfen diese höchstens 8 Tage alt sein. — Man studiere

übrigens überhaupt Rohrer's Schriftchen über Geflügelhaltung. (Bern. Wjß, 1901).

54. Sie thun am besten, sich dort wo Sie den Vogel herbezogen haben, Auskunft zu holen, warum der Vogel nicht singen will. Es kann in der Pflege des Tieres manches veräuert werden, das zu besprechen weit über den Rahmen dieses Blattes hinausgehen würde. In Nr. 14 (Seite 117) des „Ratgebers“ vom letzten Jahr, ist die Pflege der Stubenvögel einläßlich besprochen worden. Holen Sie sich auch dort Rat. Abonnent.

55. Wir haben eine Auswindmaschine im Gebrauch, die auch beim Kochen Wasser famos funktioniert, und uns daher geradezu unentbehrlich geworden ist. Sie wurde von der Firma Flury-Roth, Zürich III, Birmensdorferstraße 203 (gleichzeitig mit der dort fabrizierten, außerordentlich leistungsfähigen Waschmaschine) bezogen und wir sind sehr zufrieden damit. Natürlich kann man die Auswindmaschine, die in verschiedenen Nummern zu haben ist, auch separat bekommen. Ich möchte Ihnen empfehlen, sich an diese Firma zu wenden.

Konnetin in Zürich.

56. Es ist wohl nicht so leicht zu sagen, welcher Blumendünger der beste ist. Das erwähnte Pflanzennährsalz habe ich nicht erprobt, wohl aber einen Dünger der bei Finster im Meiershof, Zürich (und wohl auch in jeder andern Drogerie) erhältlich ist. Das Paket kostet 50 Cts. Meine Fensterblumen sind bei Benutzung desselben und bei sonst guter Pflege famos gediehen. Unter Umständen fehlt es bei Ihnen aber auch am Versehen der Blumen in andere Erde. Ein Gärtner kann Ihnen da am besten Auskunft geben. Blumenliebhaberin.

57. Wir haben dieses Frühjahr, um dem so ermüdenden Bodenwischen aus dem Wege zu gehen, die Böden gut aufgefegt und nachher mit einem Pinsel folgende Masse aufgetragen. Für 50 Cts. Schellack wird 1 Tag lang mit 1/2 Liter Spiritus in ein offenes Geschirr gegeben und mit einem Holzlöffel von Zeit zu

Zeit darin umgerührt. Der Schellack ist nämlich in fester Form (wie Leimblätter) erhältlich und wird durch den Spiritus aufgelöst, zur gut streichbaren Masse. Man trägt nun die dickliche Flüssigkeit sorgfältig und gleichmäßig auf den Boden auf, der Lack trocknet ziemlich rasch und der Boden wird ebenso schön glänzend als bei Benützung von Bodenwische. Dabei hat man nicht nötig, diese Prozedur jeden Samstag vorzunehmen, sondern man thut dies nur in einigen Wochen, an den besonders begangenen Stellen. Täglich wird der Boden aufgewischt und mit einem wollenen Lappen allfällige Flecken aufgerieben. So behandelte Böden beanspruchen nicht einen Drittel Arbeit von gewichsten Böden, da die schwere Wischbürste nicht mehr benutzt zu werden braucht. Der Boden glänzt ohnedies.

Frau B. in Ch.

Fragen.

58. Welcher Zweig der Handfertigkeit in der Schule ist für einen intelligenten Knaben in erster Linie in Betracht zu ziehen? Mein Junge kann keinen Entscheid treffen und so möchte ich für ihn anfragen, was er thun soll. Ich denke, die Schreinerie kann er später im Haushalt am nützlichsten verwerten? Vater in Z.

59. Wer giebt mir einige schnell zu bereitende Eiergerichte an? Da unsere Hühner fleißige Legeberinnen sind, kaufe ich im Sommer wenig Fleisch, möchte aber gerne möglichst viel Abwechslung in den Eiergerichten haben. Hausmütterchen.

60. Ich wäre für Angabe eines guten Werkes über Bienenzucht dankbar. Kann man, nur mit theoretischem Wissen ausgerüstet, in der Bienenzucht Erfolge haben? R. in B.

61. Welches ist das beste Mittel zur Beruhigung der Nerven? Ich bin durch Ueberarbeitung beständig in den Nerven überreizt und habe immer Herzklopfen. Die kleinste Aufregung macht mich sehr nervös. Da ich erst seit wenigen Wochen in diesem Zustand bin, hoffe ich, das Leiden lasse sich heben. Familienmutter.

NEUHEIT
Seidig, weich & stark
LANG-GARN
BESTES
MAKO-STRICKGARN
mit
Seidenglanz.

Schuler's
Goldseife
und
Salmiak-
Terpentin-Waschpulver
machen die Wäsche
Dépôts an allen Orten;
man achte auf den Namen. **am schönsten!**

Reese's
Backpulver
Kuchen, Gugelhupf, Backwerk, etc.
anerkannt vorzügl. Ersatz für Hefe.
in Drogen-, Delikatess- u. Spezereihandlungen.
Fabrikniederlage bei Carl F. Schmidt, Zürich.



Ist die beste.
(W587)

HÖRNING'S REINES PRÄMIERTES
PFLANZENNÄHRSAZ
Mit genauer
Gebrauchsanweisung
Rasche geruchlose Düngung
sämtl. Blumen Zier & Zimmer
Pflanzen
Überraschender Erfolg.
* DROGUERIE HÖRNING BERN *
- DEPOT -

Man verlange ausdrücklich Hörning's Pflanzennährsalz und lasse sich nicht als Ersatz gewöhnliche landw. Düngstoffe, welche für zarte Pflanzen nicht geeignet sind, anpreisen.