

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

Band: 9 (1902)

Heft: 7

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: 09.11.2024

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.

Herausgegeben 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 einpaltige Zeile 25 Cts., bei Wiederholungen Rabatt.

Nr. 7. IX. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
22 Nummern.

Zürich, 12. April 1902.

Für Haus und Herd.



Für Haus und Herd den guten Rat:
Wahr' deine Thür so früh als spät;
Befriedenheit, stets unverdrossen,
Mache zum ständigen Hausgenossen;
Froh'sinn lade dir oft zu Gast,
Halt' ihn zurück — zu heit'rer Raft,
Niemand klopfe vergebens an —,
Den Grillen werde nicht aufgethan.
Vor Streitsucht schiebe den Riegel vor —
Vor Ehrgeiz verschliesse Thür und Thor —
Tritt aber die Freundschaft über die Schwelle,
Sieh ihr des Hauses freundlichste Stelle,
Schiebe den Stuhl ihr an den Herd;
Halte sie warm und halte sie wert,
So daß sie deines Glückes sich freue —
Dann ist's die echte, dann ist's die treue.

Gustav v. Buttlig.



Gesundheitspflege im Frühjahr.

Vom Eise befreit sind Strom und Bäche
Durch des Frühling's holden, belebenden Blick;
Im Thale grünnet Hoffnungsglück!
Der alte Winter, in seiner Schwäche,
Zog sich in rauhe Berge zurück.

Erleichtert atmet der Mensch auf: Der Frühling hält seinen Einzug! Neues Leben und neue Gesundheitsfreudigkeit erfüllt Jung und Alt.

Sechs lange Wintermonate haben viele Menschen abends in Restaurationen und Theatern, in Ball-, Konzert- oder Vereinslokalen mehr oder weniger zugebracht, die mit Heiz- und Leuchtgasen, mit Tabaksqualm, Bier- und Speiserünsten angefüllt waren. Viele führten auch am Tage eine sitzende Lebensweise im Bureau oder am häuslichen Schreib-

tisch. Wohl hat dann mancher Stuben- und Büreamensch die nachteiligen Folgen dieser Beschäftigung öfters an sich bemerkt; er wurde vor der Zeit abgesehen und müde, bekam Kopfschmerzen und auf die Brust legte sich ein Engigkeitsgefühl, so daß man immer wieder tief aufatmen und die Glieder energisch recken mußte. Aber das einzige wahre Heilmittel wandte man doch nie oder selten an: tüchtige Bewegung in frischer, freier Luft; es war eben zu schlechtes Wetter. Dies war nicht recht, aber es ist nun einmal geschehen. Jetzt jedoch heißt es, die Sünden und Nachlässigkeiten des Winters wieder gut machen durch tüchtige Bewegung im Freien, durch Herumhantieren in Garten und Hof. Ein gesunder, kräftiger Mensch möge dann beim Spazierengehen ein etwas schnelleres Tempo anschlagen, damit die Brust sich recht weitet und alle Lungenbläschen mit Lebensluft sich ganz vollsaugen können, während den Nervösen, Korpulanten und Herzleidenden zur Vermeidung von Ueberanstrengung ein langsameres Gehen anzuraten ist. Dabei ist gelegentliche Lungengymnastik sehr zu empfehlen, bestehend in recht tiefem Ein- und namentlich Ausatmen. Wer ein unverbesserlicher Gemohnheitsmensch ist, möge von jetzt an seinen Abendschoppen in einem Dorf- oder Vorstadtlokal einnehmen und Sonntags auch seinen Frühkaffee. Auf den Spaziergängen soll nie geraucht werden, damit man die balsamisch-schöne, belebende Luft in voller Reinheit einatmen kann. Den großen hygienischen Nutzen einer solchen Lebensweise wird man sehr bald an seiner Gesundheit merken und der Mai wird dann erst recht zu einem wahren „Wonnemonat“ werden.

Namentlich die zarten Knösplein am Menschenstamme, die Kinder, müssen viel hinaus in Gottes freie Natur, sollen botanisieren, Käfer und Schmetterlinge fangen. Wenn diese im jugendlichen Gemüte liegende Naturschwärmerei später auch nicht weiter getrieben und wissenschaftlich vertieft wird, so

haben die Kinder dadurch den großen Nutzen am Körper und Geist gehabt, denn Lunge und Herz, Muskeln und Nerven werden gestählt und gekräftigt, die Sinne werden geschärft und zum Beobachten der Umgebung geschickter, was für die Praxis des späteren Lebens in jedem Berufe nicht zu unterschätzen ist. Und wenn beim Herumtollen auch einmal Hose und Jacke ein Loch bekommen, schadet's nicht; besser die Kleidung ist defekt, als die Gesundheit, denn jene läßt sich leicht wieder ausbessern, diese aber nicht.

Besonders zu empfehlen sind die Morgen-spaziergänge, wo Mann und Frau mit Kind und Regel weit hinausschweifen durch Wälder und Auen. Frühmorgens offenbart sich uns im Frühling die Natur noch in ihrer ganzen keuschen Jungfräulichkeit und die frisch spritzenden und sprossenden Blätter der Bäume und Sträucher hauchen uns im Uebermaße den belebenden Sauerstoff zu. Alles ist erfüllt von jener paradiesisch-reinen, würzigen Luft, welche schon der Altvater der Heilkunde, Hippokrates, als das pabulum vitae, als unsere eigentliche Lebensspeise preist. Auch ist damit ja das sehr gesunde und höchst vorteilhafte Früh-Aufstehen verbunden. Der Kernspruch: „Morgenstunde hat Gold im Munde“ scheint mir ursprünglich einer hygienischen Ueberlegung entsprossen, denn wer darnach lebt, wird sattam an sich selbst erfahren, wie man viel „aufgeweckter“ und frischer ist, wie die ganze Körpermaschine gleichsam um 25 Pulsschläge schneller arbeitet, als wenn man nach dem ersten Erwachen sich noch für ein oder zwei Stunden „auf die andere Seite legt“. Solchen Langschläfern sieht man nach dem Aufstehen ihre Trägheit meist auf den ersten Blick im gedunsenen, mattfarbigen Gesichte geschrieben, wenn sie schläfrig, gähmend, schwerfällig — „es liegt ihnen wie Blei in den Gliedern“ — dahingeschlendert kommen.

Früh auf drum, früh auf im hellen Sonnenstrahl,
Wohl über die Berge, wohl durch das tiefe Thal;
Die Quellen erklingen, die Bäume rauschen all,
Mein Herz ist wie die Lerche und stimmt ein mit Schall!

Freilich muß man in der jetzigen wetterwendischen Jahreszeit sich auch in acht nehmen und sich namentlich davor hüten, durchnässte Kleidungsstücke anzubehalten, sobald man sich nicht mehr in Bewegung befindet. Denn nasse Kleider entziehen dem Körper viel Wärme und sind oft die Ursache von heftigen Erkältungskrankheiten. Wasser ist bekanntlich ein sehr guter Wärmeleiter. Ein warmer Körper, also auch der menschliche Leib, giebt an nasse Stoffe rasch und in großen Mengen Wärme ab. Daher ist durchnässte Kleidung für das Wohlbefinden stets sehr nachtheilig, es sei denn, daß wir durch energische Bewegung immer wieder die nötige Wärme erzeugen. Professor Kumpel hat durch genaue Untersuchungen festgestellt, daß der Wärmeverlust des Körpers durch nasse Kleidung dreimal so groß ist, als wenn man ganz unbekleidet wäre. In höchst anschaulicher Weise erläutert dies auch

Professor von Bettendorfer. Er sagt: Wenn wir im Freien nasse Füße oder besser gesagt nasse Strümpfe bekommen und dann in ein warmes Zimmer mit trockener Luft gehen, so hebt eine bedeutende Verdunstung des aufgesogenen Wassers an. Wenn man an der Fußbekleidung nur 15 Gr. Wolle durchnässt hat, so ist zur Verdunstung des darin aufgehäuften Wassers so viel Wärme erforderlich, als man nötig haben würde, um 250 Gr. Wasser von 0 Grad bis zum Sieden zu erhitzen, oder um mehr als 250 Gr. Eis zu schmelzen. Diese Wärmemenge wird fast ausschließlich geliefert von der ausstrahlenden Blutwärme der Füße. So gleichgültig manche Menschen gegen durchnässte Fußbekleidung sind, so sehr würden sie sich sträuben, wenn man ihre Füße zum Schmelzen von 250 Gr. Eis in Anspruch nehmen wollte. Und doch ist die Gesundheitsgefährlichkeit dieselbe. Es darf daher auch als vollkommen erwiesen angesehen werden, daß die durch nasse Kleidung veranlaßte Abkühlung des Körpers in direktem Zusammenhang steht mit den vielen sogenannten rheumatischen Affektionen und mit den Katarrhen der Schleimhäute.

In dem lobenswerten Bestreben, das Eindringen des Regens in unsere Kleidung zu verhindern, hat man wasserdichte Stoffe fabriziert. Diese dürfen aber nicht auch, wie es häufig der Fall ist, luftdicht sein, sonst beeinträchtigen sie die Ausdünstung der Haut, erschweren durch Luftdruck das Atmen und wirken somit hygienisch höchst schädlich. Die Stoffe müssen eben porös sein. Im allgemeinen ist es im Frühjahr ratsam, über warme, wollene Unterkleidung leichtere Unterkleidung zu tragen; schwere und dicke Kleidung beengt die Brust, beeinträchtigt das Atmen, erschwert Gehen und Bewegung. Starke, wohlgenährte Personen können jedoch viel leichter gekleidet gehen, als hagere und magere, denn sie besitzen an dem Fettpolster unter der Haut eine warmhaltende Schutzdecke. Ueberhaupt: „Eines schickt sich nicht für alle“, man muß vielmehr auf Alter, Konstitution und Gewöhnung Rücksicht nehmen und demgemäß handeln.

Frauen-Arbeit.



Der Markt im April.

Der April bringt unserer Küche mancherlei neue, nach dem langen Winter sehr willkommene Gemüse, Fischen, Geflügel zc., die den Tisch etwas abwechslungsreicher als bisher gestalten. Französischer Rosentohl, Kopfsalat, junge Kohlraben, Spargel und Spinat zc. rücken an. Der hiesige Nüßlisalat kommt zu Ehren, auch die ersten, obwohl noch kleinen Morcheln machen ihre Aufwartung neben den Steinpilzen und Champignons. Da und dort zeigt sich das Endivien-Gemüse, von dem Feinschmecker behaupten, daß es, wie Spargel zubereitet, auch schmecke wie dieser; Stachis, Schwarzwurzeln werden auch in diesem Monat noch gern.

verwendet. — An frischen Früchten beginnt man allgemach Mangel zu leiden, da ist denn der Rhubarber ein beliebter Ersatz, wenn die Hausfrauen nicht über verschiedene Konserven verfügen. Orangen, Zitronen sind immer noch willkommen. Vereinzelt werden bald die ersten diesjährigen Erdbeeren ausgestellt, freilich zu Preisen, die nicht jeder Hausfrau den Einkauf dieser saftigen Früchte ermöglichen. Blumenkohl liefert uns der Süden immer noch reichlich und in guter Qualität. Der Kopf muß fest geschlossen und von rein weißer Farbe sein, die Blätter, die denselben umhüllen, müssen bläulich-grün aussehen. Sind sie gelb, so ist das ein Zeichen, daß der Kopf schon längere Zeit geschnitten wurde. Blumenkohl muß aufs peinlichste gereinigt werden und sollte eine volle Stunde in schwachgefalzenem Wasser, die Blume nach unten liegen, damit alle Raupen und Insekten herauskriechen. — Neben den Winter-Kartoffeln, die noch vorrätig sind, tritt die neue Kartoffel von der Insel Malta und Algier auf — es sind fast immer runde, mittelgroße Knollen mit feiner Schale und wohlschmeckendem Fleisch, das jedoch nie so mehlig weich wird, wie das unserer einheimischen Kartoffel. Die Preise dafür sind noch ziemlich hoch. — Die meisten Flußfische, ausgenommen die Karpfen, haben im April ihre Laichzeit hinter sich und gewinnen an Schmachthastigkeit, ebenso die Krebse, die jedoch vorzugsweise in den Monaten ohne „r“ genossen werden. Sehr gute Braten liefern zur gegenwärtigen Zeit die gemästeten Lämmer, deren saftiges, zartes Fleisch sehr geschätzt wird. Auch das Schafffleisch ist jetzt recht beliebt und wird, auf mannigfache Art zubereitet, mit jungen Gemüsen serviert. Junge Gänse, Enten und sonstiges Mastgeflügel aller Art, zarte Bachhähnchen, Tauben u. sind erhältlich und werden letztere namentlich auch für die Krankenküche verwendet. Die Butter wird in der Regel in diesem Monat billiger und schmackhafter, auch der Preis der Hühnereier sinkt, da sie nun reichlicher vorhanden sind.

So regt sich allgemach auf dem Markte junges, frisches Leben und bietet der nach Abwechslung suchenden Hausfrau Gelegenheit, an neuererscheinenden Eßwaren aus wärmeren Ländern und bald auch aus hiesiger Gegend ihre Kochkunst zu erproben.



Restengerichte aus übriggebliebenem Fleisch.

Fleischreste aller Art lassen sich leicht und auf mannigfache Weise zu Speisen für Mittag- oder Abendessen verwenden; eine Zusammenstellung derselben dürfte mancher sparsamen Hausfrau willkommen sein. Die einfachste Art ist das Hacké, zu dem man das Ochsenfleisch — auch Kalbfleisch läßt sich beimischen — mit Zwiebeln fein wiegt

oder schneidet, in Butter taucht, mit Salz und Pfeffer würzt und nach einigen Minuten mit Fleischbrühe, aufgelöstem Fleischextrakt oder auch nur heißem Wasser auffüllt. Nach Belieben verdicke man diese Sauce mit geriebener Semmel; manche lieben auch 1—2 Löffel Weißwein oder Essig daran. Dazu serviert man Salz- oder abgekochte Kartoffeln.

Zu Frikandellen hackt man ebenfalls alle Arten Fleisch fein mit Zwiebeln, — Schweinefleisch kann nicht allein genommen werden, dagegen sehr gut Bratenreste — fügt etwas eingeweichtes und gut ausgebrücktes Brot hinzu, ebenso Bratwurstfüllsel, ein wenig Salz und Pfeffer, nach Belieben 1—3 Eier, ein wenig Paniermehl, rührt dies gut durcheinander, formt kleine längliche Polster oder runde Kugeln, paniert sie und backt sie im Fett hübsch goldbraun. Dazu passend ist jede Art von Gemüse.

Gebackenes Fleisch bereitet man aus Resten jeder Art, die man in fingerdicke Stücke schneidet. Man taucht sie in zerklüppertes Ei, wälzt sie in Paniermehl, das mit einer Kleinigkeit Salz und Pfeffer, sowie etwas feingehackten Zwiebeln vermischt ist und backt sie in der Pfanne braun. Ebenfalls eine Beilage zu Gemüse.

Fleisch-Pfannkuchen. Das Fleisch wird mit Zwiebeln und einem Stück Speck, sowie etwas Schnittlauch gehackt. Dazu 2 Eier, Salz, Pfeffer, 2 eingeweichte mürbe Brötchen, die fest ausgebrückt sind, dies, tüchtig verrührt, zu einem großen Pfannkuchen geformt, der auf beiden Seiten bei langsamem Feuer gut durchgebacken wird.

Zu Fleischschnitten läßt sich jedes übriggebliebene Fleisch allein oder miteinander gemischt verwenden, besonders gut Kalbsnieren oder Kalbshirn. Wie zum Pfannkuchen hackt man es auch hier mit Speck, Zwiebel, Schnittlauch fein, würzt mit Salz, Pfeffer und Muskatnuß und fügt 2—3 gut zerklüpperte Eier hinzu. Ist alles tüchtig verrührt, so streicht man es fingerdick auf Brot- oder Weckschnitten. In heißer Butter backt man zuerst die unbestrichene Seite der Schnitten und nachher auch die bestrichene hübsch goldbraun. Wer es liebt, kann auch einige Sardellen und Kapern unter die Masse thun, die Fischchen natürlich fein gewiegt; auch etwas marinierter Häring macht den Geschmack pikanter.

Fleischpudding. Richte die Masse genau so her wie zu Fleischschnitten, nur mit noch etwas eingeweichtem, ausgebrücktem Weißbrot. Eine Puddingform wird mit Butter gut bestrichen, mit Paniermehl ausgestreut, die Masse hineingefüllt und wie jeder andere Pudding im Wasserbade 1—1¼ Stunde kochen gelassen; manche backen ihn auch im Backofen. Dazu giebt man eine schmackhafte Sauce und Kartoffeln.

Gefüllte Pfannkuchen. Man backt einige recht dünne Pfannkuchen, bestreicht sie mit derselben Masse wie die oben angegebenen Schnitten,

rollt sie zusammen und backt sie nochmals rasch auf beiden Seiten durch. Passend zu Spinat und dergleichen.

Fleischpolster. Hierzu eignet sich hauptsächlich Schweinebraten, Kalbfleisch oder Hammelfleisch. Man schneidet es in beliebig große, aber dünne Scheiben, taucht diese in einen steifen Pfannkuchenteig und backt sie aus schwimmendem Fett rasch heraus. Hierzu passend ist als Beilage grüner oder Kartoffel-Salat, auch Gemüse.

Fleischsalat. Die Reste werden fein gewiegt mit reichlich Zwiebeln (nach Belieben auch mit 1—3 hartgekochten Eiern, etwas Sardellen, gepfeffert, gefalzen und mit Essig und Del wie Salat angerichtet.

Agouti. Uebriggebliebenes Ochsen- oder Kalbfleisch, auch beides zusammen, wird in Würfel geschnitten und in Butter nebst Zwiebeln und etwas Salz rasch gebraten. Das Fleisch wird herausgenommen, in dem Fett 1—2 Löffel Mehl braun geröstet, mit Fleischbrühe oder auch nur heißem Wasser aufgefüllt (nach Belieben Zitronenscheiben oder Wurzelwerk mitgekocht, um den Geschmack pikanter zu machen). Man setzt die Sauce, wenn sie $\frac{1}{4}$ Stunde lang zugebedeckt gekocht hat, durch, giebt das Fleisch wieder hinein und läßt einmal aufkochen. Hierzu serviert man Kartoffel- oder Mehllöße, auch Macaroni oder Nudeln.

Pastete. In eine große Form, die reichlich mit Butter bestrichen und mit Paniermehl ausgestreut ist, giebt man lagenweise: in ganz feine Scheibchen geschnittene Kartoffeln, etwas in Butter gedämpftes Gemüse, wie Erbsen, Möhren, Wirsing etc., sodann das feingeschnittene Fleisch, auf dieses einige Butterscheiben, dann wieder Kartoffeln u. s. f. Verbessert wird das Gericht, wenn man auf jede Lage Fleisch einige Löffel Bouillon oder Fleischextraktlösung giebt. Kartoffeln beschließen die Füllung, die man 1— $1\frac{1}{2}$ Stunde bei guter Hitze backt, auf eine warme Platte stürzt und warm oder kalt serviert.

Kleine Pastetchen. Man kauft beim Konditor kleine, ungefüllte Pastetchen aus Blätterteig, (5—10 Stk. per Stück) oder macht selbst solche und füllt in diese je einen guten Theelöffel voll von dem feingehackten Fleisch, das mit Zwiebeln leicht in Butter gedämpft, gewürzt, mit einem Löffel sauren Rahms, 1—2 Eigelb und etwas eingeweichtem Weißbrot tüchtig verrührt wurde, und läßt sie in dem Backofen auf einem Brettchen oder Blech langsam heiß werden.

Falsche Pasteten. Mit obiger Masse füllt man:

a) hartgekottene Eier an Stelle des herausgenommenen Dotters: eine sehr wohlschmeckende Beilage zu Salat,

b) abgekottene, innen ausgehöhlte Kartoffeln, die man halbiert, nachdem sie geschält sind und nach dem Füllen in einer tiefen Pfanne in Butter unten gelb backt. Unten schneidet man ein Stückchen

ab, damit sie fest aufstehen. Vor dem Anrichten deckt man sie einige Minuten zu zum Dämpfen, auch kann auf jede einige Tropfen Zitronensaft geträufelt werden. Kleine Kartoffeln werden ganz gefüllt und nicht in der Mitte durchgeschnitten.

c) Von Semmeln reibt man sorgsam die Rinde ab, entfernt die Brosamen durch ein Loch, das man oben und unten macht, weicht sie etwas in Milch ein, drückt sie aus, indem man acht giebt, sie nicht zu zerbrechen, füllt sie mit der Fleischmasse, taucht sie in zerkleppertes Ei und backt sie auf beiden Seiten in reichlich Butter hübsch goldgelb.

Selbstverständlich werden alle diese Gerichte noch wohlschmeckender, wenn man sie mit frischem Fleisch anfertigt.



Reinigung weißer Pelz- und Wollsachen. Wenn der Winter das Land verläßt, werden die weißen Pelzboas und Wollsachen einer Reinigung bedürfen, ehe sie fortgeräumt werden. Empfehlenswert ist die Reinigung mittelst der sogenannten Mehlmäsche. Weißes Mehl stellt man dazu in einer Schüssel warm, doch darf es nicht im geringsten bräunen. Nun taucht man den weißen Pelzgegenstand ein und reibt ihn mit den Händen in dem Mehl ganz so, als wolle man waschen. Dies dauert so lange, bis er rein ist. Um dies genau zu prüfen, stellt man das angeschmutzte Mehl beiseite und nimmt etwas reines, welches, wenn der Pelz gut gereinigt ist, nicht verändert aussehen darf. Mit Wollsachen, die durch Behandlung mit Wasser verlieren würden, verfährt man ebenso. Sie werden nachher noch in Mehl gerieben, welches mit etwas trockenem Ultramarinblau vermengt worden ist, — das ist jedoch bei Pelz unnötig. Man klopft die Boa nach der Reinigung gut aus (Wollsachen werden gebürstet). Diese ganz gefahrlose Mäsche kann dringend empfohlen werden. Das Mehl, das durch Ultramarin giftig wird, ist sofort wegzuschütten.

Allelei Ratsschlüge für die Küche.

Behandlung der Küchenkräuter. Sämtliche Küchenkräuter, wie Petersilie, Dill, Korbell, Majoran, büßen einen großen Teil ihres Wohlgeschmackes und ihres würzigen Duftes ein, wenn man nach dem Zerkleinern mit dem Wiegemesser die Kräuter noch längere Zeit liegen läßt. Die gewiegte Masse soll sofort verbraucht werden. Auch soll man die Kräuter nicht erst unmittelbar vor dem Gebrauch waschen und dann mit dem anhängenden Wasser klein wiegen; nur trocken und schnell gewiegte Kräuter behalten ihren ganzen Geschmack.

Ein ganz einfaches Mittel, das Pläzen der Bratwürste beim Braten zu verhüten, dürfte

vielleicht noch mancher Hausfrau unbekannt sein. Statt dieselben, wie sonst üblich, vorher in warmes Wasser zu legen, darf man sie nur vor dem Braten in ein wenig kalter Milch umwenden und es wird selten vorkommen, daß eine derselben platzt.

Um Gefrorenes jeder Art geschmeidig und schmackhaft zu machen, giebt man an dasselbe, wenn es eben halb gefroren ist, eine Oberstufe voll geschlagenen Rahmes und erzielt mit diesem einfachen Mittel durchschlagende Erfolge. Wie alles Gefrorene fleißig umgestochen werden muß, so natürlich auch dieses, damit sich die Schlagfahne gut verteile.

Bleibt ein Kuchen in der Form hängen, so lege man ein nasses Tuch auf die umgestülpte Form und nach einiger Zeit wird sich der Kuchen tadellos von ihr lösen.

Gelbe und weiße Strohüte werden gut ausgebürstet und mit einer schönen, saftigen Zitrone vollständig abgerieben, dann noch feucht mit fein abgeriebenem Schwefel dick bestreut und mit einer reinen Bürste tüchtig gebürstet. Sie werden wieder wie neu.

Enge Handschuhe weiter zu machen. Man befeuchtet ein weißes Tuch und wickelt in dasselbe die zu engen Handschuhe ein. Nach einigen Stunden nimmt man dieselben heraus und man wird beim Anziehen finden, daß das Leder weit dehnbarer geworden ist. Um der Farbe des Leders nicht zu schaden, darf das Tuch selbstverständlich nicht zu naß sein.

Gummitwäsche reinigt man am besten mit Quillayarindenwasser und Bimssteinpulver mittelst einer Bürste. Durch den öfteren Gebrauch von Seife wird die Wäsche gelblich-schmutzig. Will man die Wäsche bleichen, so legt man dieselbe in eine gut schließende Bleichbüchse mit einigen Kampherstückchen, worin dieselbe einige Tage bleibt.



Speisezettel für die bürgerliche Küche.

- Montag: Spinatsuppe, *Wiener Schnitzel, gebackene Kartoffelchen, Kopfsalat.
 Dienstag: Erbsuppe, *Hammelgericht mit Reis, Spargel, Drangentüchlein.
 Mittwoch: Mehlsuppe, *Entre-Côtes mit saurem Rahm, Kartoffelcroquettes, Stachis.
 Donnerstag: Klare Fleischsuppe, gesottenes Rindfleisch mit Senfsauce, *Nühreier mit Schinken, gebünstete Aprikosen.
 Freitag: Sagosuppe, Rindfleischragout, *Spinatklöße, gebrühte Eierkuchen.
 Samstag: Reissuppe, Kalbskoteletten, Endiviengemüse, Fruchttörtchen.
 Sonntag: *Spargelsuppe, *Hühner mit Zitronensauce, *Käsepaßetchen, überzogener Rindsbraten, Kartoffelpüree, *Punschauflauf.

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

Roch-Rezepte.

Spargelsuppe. Man schneidet die nötige Anzahl gepulverter dünner Spargel, so weit sie zart sind, in zwei Centimeter große Stückchen, kocht sie in Wasser oder leichter Fleischbrühe weich, verdickt die Suppe mit einer gelben Mehlschwitze, würzt sie mit ein wenig gehackter Petersilie und legt beim Anrichten entweder geröstete Semmelwürfel oder kleine, in Salzwasser gargekochte Semmelklößchen hinein. — Ebenso läßt sich das Wasser, worin ganzer oder Brechspargel weichgekocht worden ist, trefflich zu einer wohlschmeckenden Suppe verwenden, indem man dasselbe mit einer Einbrenne verköcht oder mit zwei Eidottern legiert, mit etwas Petersilie würzt und über Semmelwürfeln anrichtet.

Hühner mit Zitronensauce. Zwei bis drei tags zuvor ausgenommene, gerupfte und gesengte junge Hühner werden ausgewaschen, dreifert, mit Speckscheiben umbunden und in einem Kasserol mit Butter weichgebünstet, dann nimmt man sie heraus, schwitz in ihrem Bratensaft einen Löffel Mehl hellbraun, drückt den Saft einer Zitrone hinein, thut noch eine halbe, in Scheiben zerschnittene Zitrone und eine Prise Salz nebst etwas Fleischbrühe hinzu, läßt alles zu einer sämigen Sauce verkochen, legt die Hühner hinein und dünstet sie noch eine reichliche Viertelstunde darin, bevor man sie aufgiebt.

Hammelfleischgericht mit Reis. Zeit der Bereitung 2 Stunden. Man schneidet $\frac{3}{4}$ Kilogramm mageres Lammfleisch in Würfel, brät sie mit 50 Gramm in Würfeln geschnittenen Zwiebeln durch, giebt Salz und Pfeffer daran, gießt 1 Liter Fleischbrühe aus Liebig's Fleischextract dazu, fügt 350 Gr. gebrühten Reis bei, sowie eine halbe in Scheiben geschnittene Sellerieknolle und kocht dies zusammen langsam weich. Man giebt zuletzt 4 Löffel Tomatenbrei an die Speise und richtet sie in tiefer Schüssel an.

Wiener Schnitzel. 1 Kilogramm Fleisch von einer mürben, großen Keule wird zu Schnitzeln zerteilt, geklopft und gelaschen, häufig auch mit feinen Speckstreifen gespickt, in feinem Mehl, geschlagenem Ei und geriebener Semmel umgewendet und in heißer Butter auf beiden Seiten goldbraun gebraten; man garniert sie mit Petersilie, belegt sie mit Zitronenscheiben u. d. Kapern und giebt sie zu feinen Gemüsen oder geschmorten Kartoffeln.

Entre-Côtes mit saurem Rahm. Die gehörig vorbereiteten und geklopften Fleischstücke werden mit Salz und Pfeffer bestreut, in zerlassene Butter getaucht und 1–2 Stunden stehen gelassen; eine Stunde vor dem Anrichten brät man sie rasch in reichlicher Butter auf beiden Seiten braun, stäubt einen gehäuften Eßlöffel Mehl über das Fleisch, läßt dasselbe einige Minuten ziehen, gießt hierauf $\frac{1}{2}$ Liter sauren Rahm in die Sauce, fügt etwas zerschnittenes Wurzelwerk, Pfeffer- und Gewürzkörner hinzu und dünstet das Fleisch darin gut zugedeckt vollends weich. Vor dem Aufgeben gießt man die Sauce durch, kocht sie mit einigen Löffeln starker Bouillon auf, schärft sie mit Zitronensaft ab und serviert sie nebst geschmorten Kartoffelchen zu den mit Kapern und Zitronenscheiben garnierten Entre-Côtes.

Spinatklöße. Zwei reichliche Handvoll Spinat werden gelesen, gewaschen, in siedendem Salzwasser überkocht, abgeseigt, mit frischem Wasser gekühlt, gut ausgedrückt und durch eine Sieb getrieben; hierauf röstet man unter beständigem Umrühren 100 Gr. geriebene Semmel in 125 Gr. Butter gelb, schwigt den Spinat mit durch, läßt ihn etwas auskühlen, vermischt ihn mit vier zerquirten Eiern, etwas Salz, geriebener Muskatnuß und noch 100 Gramm geriebener Semmel, formt runde Klöße aus der Masse, die man in geriebener Semmel umwendet und entweder in heißem Schmalz bäckt oder in Salzwasser gar kocht.

Käsepaßetchen. (Für 6–8 Personen.) 50 Gr. Butter, 50 Gr. Mehl, 1 Tasse Rahm, 2 Eier, 100 Gr. geriebener Parmesankäse, 1 Tasse Milch, Salz, Pfeffer, Muskat. Blätterteig nach Bedarf. Zubereitung: Das

Mehl wird in der frischen Butter gedünstet, mit Milch, und Rahm abgelöscht und 10 Minuten gekocht, dann wird der geriebene Parmesankäse und die Gewürze beigegeben. Die Eier werden mit ganz wenig Milch verklopft und unter starkem Rühren in die Masse hineingeklopft. Dann werden kleine Blechförmchen mit Butter bepinselt, mit Blätterteig ausgelegt und halb mit der Masse eingefüllt und in ziemlich guter Hitze gebacken. Die Pastetchen müssen sehr heiß serviert werden, kalt gewordene können im heißen Ofen wieder erwärmt werden. Zubereitungszeit: 1½ Stunden, wenn der Blätterteig gemacht ist.

Aus der bündn. Koch- und Haushaltungsschule in Chur.

Rührerier mit Schinken. Zu 6 Eiern 125 Gr. Schinken, einige Löffel Rahm oder Milch und eine Prise Salz. Süße Butter oder gehacktes Schinken Fett mache man auf starkem Feuer flüssig, rühre den kleinwürfelig geschnittenen Schinken ein wenig darin herum, daß er bloß warm werde; dann schütte man die mit Rahm oder Milch zerflopfen Eier hinzu, rühre sie etwas auf dem Feuer und richte es an, sobald sie eine lockere Masse bilden. Basler Kochschule.

Punsch-Auflauf. Nachdem man ½ Liter Rahm, 100 Gr. Butter und 180 Gr. Zucker zum Kochen gebracht, rührt man 180 Gr. feines Mehl hinein und kocht unter fortwährendem Umrühren über gelindem Feuer einen steifen Brei, den man nach dem Auskühlen mit 8—10 Eibotteln, der abgeriebenen Schale und dem Saft von 2 Zitronen, ½ Liter Rum, einer Prise Salz und dem steifen Schnee der Eiweiße vermengt, in eine Form füllt mit Zucker bestreut und eine Stunde bäckt.

Orangen-Marmelade. Zu dieser Marmelade eignen sich die Sevilla-Orangen am besten. Man wäscht sie zuerst tüchtig und kocht sie bis sie so weich sind, daß man sie mit einem Strohhalm durchstechen kann. Sie dürfen aber ja nicht verkocht werden. Dann werden die Orangen geschält, die Schale in ganz dünne Scheiben geschnitten, die weißen Fasern und die Kerne entfernt, und dann das Fleisch der Früchte mit den zerschnittenen Schalen in Zucker (je 1 Pfund Zucker, zu 1 Pfund Orangen) gekocht, bis die Marmelade die gewünschte Konsistenz hat. Wenn nötig kann ein wenig frisches Wasser beigegeben werden. Das Wasser, worin die ganzen Orangen gekocht werden, wäre zu bitter zum Gebrauch. Man kann auch auf folgende Weise verfahren: Die Orangen können vor dem Kochen geschält werden; die Schalen werden dann in ganz dünne Scheiben geschnitten und gleich mit dem Fleisch, nachdem die Fasern und Kerne entfernt worden, im Zucker gekocht. Auf diese Art ist ein viel längeres Kochen erforderlich. E. C. S.

Gesundheitspflege.

Das Ei als Kräftigungsmittel wird am besten in verquirltem Zustande genossen, wenn es roh genommen werden soll, da beim Austrinken der Eier nur eine geringe Menge des Eiweiß verdaut wird. Besser als ein roh ausgetrunkenes Ei verdaut man schon ein weichgekochtes, wenn dieses nur recht gut gekaut wird, was beim Austrinken nicht geschehen kann, in Folge dessen das Eiweiß in einer klumpigen Masse im Magen liegt und nicht ausgenutzt wird. Von vielen wird das Eigelb als der wertvollere Teil des Eies angesehen und deshalb ohne das Eiweiß in Krankensuppen gerührt. Dieses ist jedoch verkehrt; man sollte das ganze Ei dazu verwenden, da das Eiweiß den größeren Gehalt an Nährstoffen besitzt, während

dem Eigelb dagegen mehr die Fette und Geschmacksstoffe eigen sind.

Verschiedene Nahrungsmittel haben unleugbaren Einfluß auf die Stimme.

So z. B. sind süße Orangen (Limetten) und ungegorener verdünnter Zitronensaft von ausgezeichnetem Einfluß, Essig dagegen macht eine sehr rauhe Stimme. Die rauheste Stimme aber giebt Apfelwein, bei Frauen der Genuß von Birnen. Pfeffer ist streng zu vermeiden, desgleichen gewürzte Saucen und reizende Getränke. Traubenzucker, Obstzucker erzeugt oft Gaumenentzündung, oder Erschlaffung der Stimmbänder. Sirup, Crème zc. ist in der Ernährung besonders zu meiden von denen, die viel zu sprechen haben.

Seidene Kleidungsstücke trägt man nicht unmittelbar auf der Haut, da Vergiftungen, beispielsweise durch mit Zinn beschwerte Seidenstrümpfe, vorkommen. Besonders stark schwitzende Hautstellen dürfen nicht in unmittelbare Berührung mit der Seide kommen.

* Krankenpflege. *

Nasenbluten. Nasenbluten ist stets ein Zeichen einer gesundheitlichen Unordnung im Körper. Häufig tritt Nasenbluten in den Entwicklungsjahren (12.—18. Lebensjahr) auf. Da liegt ihm meist eine fehlerhafte Zusammensetzung des Blutes zu Grunde, z. B. Bleichsucht. In den späteren Jahren ist Nasenbluten eine häufige Begleiterscheinung von Blutandrang zum Kopfe und verrät uns also eine fehlerhafte Verteilung des Blutes. Keineswegs selten ist Nasenbluten im Alter, ein Sturmzeichen, eine Notfahne, ausgehängt von der Natur, um vor drohendem Schlagfluß (Apoplexie) zu warnen. Der krankhafte Blutandrang zum Kopfe in Verbindung mit einer krankhaften Brüchigkeit der Blutgefäße sprengt eben deren Wandung. Wenn dies bei einem Blutgefäße des Gehirns geschieht, so ist das Schlagfluß. Das Blut ergießt sich in die Gehirnmasse, zertrümmert die Nervenzellen, und je nach dem Orte der Blutung und der Art der zerstörten Nervenzellen, ist Lähmung oder Unfähigkeit zu sprechen, zu schreiben, zu lesen oder geistige Schwäche zc. die Folge. — Man bringt Nasenbluten zum Stillstande, indem man ruhige Rückenlage einnimmt und je eine kalte Kompresse unter den Nacken und auf den Nasenrücken legt. In hartnäckigen Fällen verbindet man damit zur Ableitung des Blutes eine heiße Schenkel- oder Wadenpackung. Bei starkem Blutandrang zum Kopfe und krankhafter Vollblütigkeit hat man indessen das Nasenbluten als eine Selbsthilfe der Natur zu betrachten, welche uns vor Schlimmerem (Schlagfluß u. dgl.) bewahrt. Dem entsprechend stillt man hier das Nasenbluten nicht. Immer aber, und das ist das Wichtigste vom

Ganzen, hat man, wie gesagt, das Nasenbluten als Zeichen einer gesundheitlichen Unordnung zu betrachten. Auf die Heilung der Ursache der krankhaften Blutzusammensetzung oder Blutverteilung u. dgl. kommt es an, nicht aber auf die Stillung des Nasenblutens an sich! — Man braucht ja nur die leisen Mahnungen der Natur zu beachten, zu verstehen und zu befolgen, um sich vor großem und oft nicht wieder auszugleichendem Schaden zu bewahren.

„Kurberichte“.

Kinderpflege und -Erziehung.

Das ständige Liegen auf derselben Seite beim Schlafen ist für kleine Kinder nicht empfehlenswert. Viele Mütter, Ammen und Pflegerinnen haben die Gewohnheit, wenn die Schlafstätten der Kinder an der Wand stehen, die Kinder so zu lagern, daß das Gesicht der Wand zugekehrt ist. Es geschieht dies aus dem Grunde, damit die Kinder durch die Helligkeit des Zimmers nicht am Einschlafen gehindert oder im Schlaf gestört werden. Solches Liegen immer auf derselben Seite ist aber deshalb schädlich, weil hierbei die betreffende Brusthälfte anhaltend gedrückt wird und dann schließlich beim Atmen zurückbleibt, so daß der entsprechende Lungenflügel sich nicht so vollkommen ausdehnen kann, wie der andere. Hieran können sich dann später Erkrankungen dieses Lungenflügels anschließen. Besonders entwickelt sich in einem bei der Atmung ständig zurückbleibenden Lungenabschnitt mit Vorliebe die Lungenschwindsucht. Ein derartiger anhaltender Druck kann bei solchen jungen Kindern deshalb diese Folgen haben, weil in dem Alter die Brustknochen äußerst weich und nachgiebig sind, daher sehr leicht Formveränderungen erleiden. Man soll die Kinder stets abwechselnd einmal auf die rechte, einmal auf die linke Seite und einmal auf den Rücken hinlegen.

Kinder sollen bei richtiger Erziehung gar keine Furcht kennen. Hat sie aber einmal Besitz von den kleinen Teuten genommen, dann ist mit Gewalt nicht dagegen anzukämpfen. Es gehört Ruhe und liebevolle Geduld der Mutter dazu, zärtliches Lenken und Beweise der Grundlosigkeit ihrer Angst, ehe die kleinen Herzen das ängstliche Pochen verlernen.

Blumenkultur und Gartenbau.

Arbeitskalender im Monat April
Da Nachfröste in diesem Monat immer noch zu befürchten sind, darf man nicht versäumen, die Pfirsich-, Aprikosen- und Weinspaliers zu schützen. Kirschen, Pflaumen, Birnen und Äpfel werden

veredelt; zuerst die frühtreibenden Kirschen, zuletzt die Äpfel. Mit besonderem Eifer sollte die Vertilgung der den Obstbäumen schädlichen Insekten betrieben werden. Die Käfer des Apfelblütenstechers und des Birnstechers schüttele man von den Bäumen und fange sie in ausgebreiteten Tüchern auf. Bei Zwerg- und Spalierbäumen macht es keine große Mühe, die braunen vertrockneten Blüten abzupflücken und die in denselben steckenden Larven der schädlichen Insekten zu vertilgen.

Die Erdbeerbeete werden unkrautfrei und locker erhalten und bei trockener Witterung reichlich bewässert. Der April ist der eigentliche Säe- und Pflanzmonat, da einige schon früher empfohlene Aussaaten mitterungshalber erst jetzt vorgenommen werden können. Man sät frühe, mittelfrühe und späte Erbsen, Kohllarten, Kopfsalat, Sommerendivien, verschiedene Küchenkräuter, Sommerrettige, Radieschen, Spinat, Mangold, Runkeln, Korb- und Artischocken zc. Ende April können auch an warmer, geschützter Lage frühe Buschbohnen gelegt werden. Buschbohnen, Gurken, Kürbisse legt man auch in Töpfe und pflanzt sie Mitte Mai aus. Frühe und mittelfrühe Kartoffeln, alle überwinterten Kohllarten, Kopfsalat, Sellerie, Lauch, Porree auch Meerrettig werden gepflanzt. Die Beete müssen locker und unkrautfrei gehalten werden. Man Sorge überhaupt, daß im Frühjahr das Unkraut nicht zu sehr überhand nehme, man wird dann im Sommer auch weniger darunter zu leiden haben. Das Gießen, wenn es nötig ist, besorgt man in den Morgenstunden.

Im Ziergarten setzt man die im März begonnenen Arbeiten fort, reinigt den Garten, besorgt das Anbinden, Anheften zc. Die Blumenbeete und Gruppen werden eingeteilt und zur Bepflanzung hergerichtet. Nicht angetriebene Georginenknollen, Gladiolen, Ferrarien, auch in Töpfen überwinterte Nelken müssen gepflanzt und härtere einjährige Sommergewächse, wie Kornblumen, Rittersporn, Bein, Mohn, Portulak, werden auf Rabatten und Beete gesät. Hyazinthen- und Tulpenbeete müssen vor starker Sonne und heftigem Regen geschützt werden, wenn ihr Flor lange erhalten bleiben soll. Härtere Kübel- und Topfpflanzen wie Lorbeer, Oleander, Granaten, Myrten, Anubien werden ins Freie gebracht.

Tierzucht.

Als brauchbares Nistmaterial ist für die Kanariens- und Prachtfinkenheide Waldmoos zu empfehlen. In Moos kann sich der Vogel nicht verwickeln, es bietet in dieser Beziehung mehr Sicherheit für die Brut. Man behauptet auch, daß sich in Moosnestern nicht so leicht Ungeziefer einnistet, wie in solchen, zu deren Bau Charpie verwendet wurde, auch hält Moos die Wärme länger

Nicht unwesentlich spricht für die Verwendung von Moos die kostenlose Beschaffung desselben, wenigstens wenn der Vogelliebhaber in der Nähe eines Waldes wohnt.

Zur rentablen Ziegenhaltung giebt der „Prakt. Wegweiser“ folgende Ratschläge: Die Ziege verlangt einen warmen, luftigen und schönen Stall; man veräume also nicht, Fenster an seinem Ziegenstall anzubringen, den Stall richtig zu ventilieren und gut zu streuen. Am besten eignet sich eine Torfmullunterlage. Der Mist ist nur bei gutem Wetter aus dem Stalle zu entfernen und dann sogleich wieder gut einzustreuen, weil durch das Ausmisten eine starke Abkühlung stattfindet. Befinden sich Hühner mit im Ziegenstall, wie das häufig und auch mit Vorliebe geschieht, so weise man gleichzeitig den Stall mit aus, um das Ungeziefer abzutöten. Die Fütterung sei die folgende: Morgens gebe man zuerst ein warmes Getränk von gekochten Kartoffeln und Rüben, vermischt mit Fruchtschrot und Kleie. Wenn man es haben kann, gebe man noch Malzkeime oder Malztreiber dazu, da dieselben sehr milchen. Ohne gutes und kräftiges Getränk kann man auch nicht auf hohe Milchträge rechnen. Gut getränkte Tiere geben aber 4–5, ja sogar 6 Liter Milch pro Tag. Mittags erhält die Ziege Rüben, etwas Hafer und Heu, Klee, Rauhschrot oder Grummet. Abends giebt es wieder dasselbe Futter, wie am Vormittage. Heu und Grummet soll nach jeder Mahlzeit gegeben werden, ebenso sind kleine Salzzugaben dienlich. Derartig gefütterte und gepflegte Tiere geben eine wohlschmeckende Milch und sind, wenn von guter Abstammung, sehr rentabel.



Antworten.

16. Ich möchte auch ein gutes Mittel gegen das Uebel des Bettnässens anweisen. Der Tochter einer befreundeten Familie half nur die Elektrizität. Das Kind litt von klein an, wohl durch Erkältung des Unterleibes, durch Tragen von kurzen dünnen Kleidchen und Halbstrümpfchen — selbst im Winter — bis zum 17. Jahre an diesem Uebel. Die Eltern probierten alle nur denkbaren Mittel, gaben das Kind auch ganz zu einem Arzt in Behandlung — aber alles umsonst. Da ging das Mädchen einst mit Bekannten in eine Bude, in welcher die Elektrizität erklärt und gezeigt wurde. Sie und andere wurden leicht elektrisiert und von diesem Tage an war das Uebel verschwunden. Dies ist doch wohl ein Zeichen, daß das Elektrisieren geholfen hat.

Frau G.

23. Ein gutes Kalbsvoreissen-Rezept ist folgendes: 2 Kilo Kalbsfleisch (Oberbrust oder Laffe) wird mit einem Luche abgewischt, dann roh in würfelartige Stücke geschnitten, dann wird in einer Pfanne 40–60 Gr. Butter oder gutes Fett heiß gemacht. Die Fleischstücke neben einander hineingelegt, das nötige Salz und ein wenig Pfeffer darüber gestreut und von allen Seiten gelblich gebraten, dann ein wenig Mehl darüber gestreut, noch einige Mal umgewendet, darauf ein Schöpflöffel heißes Wasser oder Fleischbrühe, einige Stücke

Zwiebel, ein Stückchen Zitronenschale oder ein Sträußchen Zitronenkraut und nach Belieben ein halbes Glas Weißwein hinzugefügt und fest zugedeckt in einer Stunde weichgedämpft. (Für Kranke müssen die Gewürze weggelassen oder nur schwach angewendet werden.)

Schweinsvoreissen können Sie auf gleiche Weise zubereiten, übrigens wird in manchen Haushaltungen zu Kalbsfleischragout $\frac{1}{3}$ – $\frac{1}{2}$ Schweinefleisch verwendet.

Hausfrau in A.

24. Kurse für Putzarbeiten können an der Töchter-Bildungsanstalt Voos-Jegher, Mühlebachstraße, Zürich V, genommen werden. Lassen Sie sich von dort Prospekte kommen.

Zürcherin.

25. Als schnellstwachsende Schlinggewächse kann ich Ihnen empfehlen: 1. Hopfen, 2. wilde Reben, und zur Verschönerung, aber erst im Herbst wie Gloriosa blühend, 3. Cobeia. Das Blatt ist ähnlich wie Glyzinen. Ich habe verschiedene Gartenhäuschen und alles angewendet. Als Nummer 4 nenne ich die wunderschönen, winterharten Rambler-Schlingrosen. Sie machten schon im ersten Jahre 3 Meter lange Ranken. Zu empfehlen ist auch die Kapuzinerkresse.

M. R.-R.

26. Sehr befriedigend, einfach und lehrreich ist: A. Böttner, Gartenbuch für Anfänger. Durch jede Buchhandlung zu beziehen.

M. R.-R.

27. Eingehende Offerten werden der Fragestellerin direkt übermittelt.

Die Redaktion.

Fragen.

28. Giebt es kein gutes Hausmittel gegen Halsanschwellung (Kropf)? Der Arzt behauptet, man müsse das Zeug ausschneiden, ich möchte mich aber nicht unnötigerweise in Lebensgefahr begeben. Der gute „Alte“, F. in Z. zc. wissen gewiß Rat.

Eine Geplagte.

29. Welche Salatorten eignen sich am besten für schweren Boden? Ich aß seiner Zeit einen ausgezeichneten Salat, der wie mit Kostflecken überfät ausah. Wie mag der getauft sein? Und verlangt er eine besondere Behandlung?

Hausmütterchen.

30. Was für Pflanzen eignen sich für einen Dachgarten am besten? Ich möchte auf unserer Zinne einen kleinen Flor anlegen, und da die Sonne im Sommer dort gar tüchtig heiß macht, wird bei der Bepflanzung darauf Rücksicht genommen werden müssen. Für guten Rat dankt

Blumenliebender Stadtbewohner.

31. Was halten die werten Leserinnen des Ratgebers von dem Petrol-Gasherb „Standard“, der immer so warm angepriesen wird? Ist er zu empfehlen an Orten, wo man kein Gas hat und hat er wirklich mehr Vorzüge aufzuweisen, als der gewöhnliche Petrolherb? Ich hörte ferner davon, daß seit kurzem auch 4-löchrige gewöhnliche Petrolherbe fabriziert werden, die doch nur die Heizkraft von acht Flammen beanspruchen, und unten soll sogar noch ein Bratofen sein. Wäre das am Ende das Vorteilhafteste? Wie hoch mögen solche Herde zu stehen kommen?

Hausfrau, die sich um alles Neue interessiert.

Zur Notiz.

Der zweite Teil von „Wie Britli haushalten lernt“: „Britli in der Küche“ kann erst im Laufe des Sommers in diesen Blättern zum Ausdruck gelangen. Der erste Teil wird demnächst im Buchhandel in hübscher Ausstattung erscheinen. Bestellungen nimmt schon jetzt entgegen

Die Expedition des „Schweizer Frauenheim“.