

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

Band: 14 (1907)

Heft: 20

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: 02.04.2025

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



Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich III.

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

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

N 20. XIV. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
24 Nummern.

Zürich, 19. Oktober 1907.

Des Menschen Taten und Gedanken, wißt!
Sind nicht wie Meeres blind bewegte Wellen.
Die innere Welt, sein Mikrokosmos, ist
Der tiefe Schacht, aus dem sie ewig quellen.
Sie sind notwendig, wie des Baumes Frucht;
Sie kann der Zufall gaukelnd nicht verwandeln.
Hab' ich des Menschen Kern erst untersucht,
So weiß ich auch sein Wollen und sein Handeln.
Schiller.



Der Kaffee.

Dr. F. Ahrens hat sich in seiner Schrift „Lebensfragen“, die Vorgänge des Stoffwechsels (Preis 1 Mk., Verlag von Quelle & Meyer, Leipzig) in dem Kapitel, das die alkaloidhaltigen Genussmittel behandelt, auch eingehend über den Kaffee ausgesprochen. Da dieses Getränk in unserer Küche eine so große Rolle spielt, seien die lehrreichen Ausführungen des Verfassers an dieser Stelle wiedergegeben.

Die Kaffeebohnen stammen von der Kaffeestauden, hauptsächlich von *Coffea arabica* und *liberica*, die zur Familie der Rubiaceen gehört. Die Frucht derselben ähnelt unserer

Rirsche; sie ist mit einer fleischigen Hülle umgeben; die zwei Samenerne, die mit ihren flachen Seiten zusammenliegen, enthält. Die rohen Bohnen sind an der Rückenseite gewölbt und zeigen an der flachen Innenseite einen Längsspalt. Manchmal findet sich in einer Frucht auch nur ein Same, der dann auf beiden Seiten gerundet ist und als Perlkaffee bezeichnet wird. Der Liberiakaffee hat größere Samen als der arabische und ist gegen Kaffeefrankheiten widerstandsfähiger als dieser.

Die Gewinnung der Kaffebohnen ist in den verschiedenen Ländern verschieden. In Arabien und Ostindien werden die Beeren durch Walzen zerquetscht, nachdem sie künstlich getrocknet sind; die Hülsen werden mittels Schwingen entfernt. In Westindien zerquetscht man die frischen Früchte, worauf nach Beseitigung des Fruchtfleisches die Samen in Wasser quellen gelassen und nach dem Trocknen von den Samenschalen befreit werden. In Java läßt man die Früchte gären, entfernt dann die fleischigen Teile und bricht die Samenschalen in einer Mühle.

Die Kaffeebohnen des Handels sind also die von der Fruchtschicht, der äußeren und

zum Teil auch der inneren Samenhaut befreiten Samenkerne des Kaffeestrauches, Die Fruchtschale und das Samengehäuse finden als Saffa- oder Sultankaffee Verwendung.

Gute Kaffeeforten müssen gleichmäßig in Farbe und Größe sein, rein und gut schmecken und dürfen keine zerbrochenen, durren oder gar schwarzen Bohnen enthalten. Ein Zeichen von Güte ist das Dezilitergewicht, wenn es möglichst klein ist. Die beste Kaffeeforte ist der arabische oder levantische Kaffee (Mokka), der aus kleinen, eirunden Bohnen besteht. Etwas länglicher ist der ebenfalls sehr gute Reunion-Kaffee aus französisch Indien. Nach diesen beiden Herkünften liefern Java, Ceylon, das Festland von Indien und Celebes die feinsten Sorten. Von den amerikanischen Kaffeeforten gelten die westindischen aus Kuba und Portoriko als die besten, während der Jamaika- und Domingo-Kaffee selten frei von kleinen, schmierigen, schwarzen und gebrochenen Körnern ist. In Mittel-Amerika wird Kaffee in Mexiko, Costarika, Guatemala und Nicaragua gebaut, in Süd-Amerika in Venezuela mit den Sorten Marakaibo, Ecuador, Surinam u. s. w. und in Brasilien mit den Sorten Santos, Rio u. s. w.; der Santos Campinos kommt den besseren Kaffeeforten nahe. Brasilien hat übrigens die größte Kaffee-Erzeugung auf der ganzen Welt.

Der wichtigste Bestandteil des Kaffees ist das Koffein, das zu 1—1,75% darin enthalten ist; es ist das nervenerregende Agens; ferner enthält der Kaffee bis 9% Zucker, 8—16% Fett und Kaffeegerbsäure, ferner eine Reihe von Salzen. Der Kaffee wird nur in geröstetem Zustande gebraucht. Der Röstprozeß wird durch sorgfältiges Auslesen aller schlechten Bohnen und durch schnelles Abwaschen mit kaltem Wasser, um Staub u. s. w. zu entfernen, vorbereitet, worauf die Bohnen feucht in die Rösttrommel gelangen. Die Rösttrommel wird über freiem Feuer oder auch in Gasfeuerung, neuerdings auch in elektrisch erzeugter Hitze fortwährend gedreht,

bis die Bohnen gleichmäßig braun geworden sind. Die Rösttemperatur beträgt 200 Grad. Der frisch gebrannte Kaffee wird in ein passendes Gefäß geschüttet und so lange durchgerührt oder umgeschwenkt, bis keine Dämpfe mehr entweichen. Er wird dann in fest verschlossenen Gefäßen aufbewahrt. — Das Gewicht des Kaffees nimmt natürlich ab, da beim Brennen verschiedene Stoffe verloren gehen.

Der Kaffee unterliegt mannigfaltigen Verfälschungen; vielfach werden gute Sorten gefärbt, um das Aussehen besseren Kaffees anzunehmen u. s. f. Gebrannter Kaffee wird häufig beim Brennen durch Zucker glasiert, unter dem Vorwande, das Aroma länger in den Bohnen zu erhalten. In Wirklichkeit aber bekommen die Bohnen dadurch ein besseres, wertvolleres Aussehen und sie bleiben nach dem Brennen schwerer, da durch die Verstopfung der Poren der Austritt der flüchtigen Substanzen zum Teil verhindert wird. Das ist für den Kaffee aber kein Vorteil, da die ausgetriebenen Stoffe für den Geschmack wertlos sind. Beachtenswert ist auch, daß es gelingt, dem gebrannten Kaffee Wasser einzuverleiben, wenn man ihn mit heißer 4 bis 5%iger Boraxlösung übergießt und dann wieder trocknet. Die im Kaffee dabei zurückbleibende Wassermenge kann bis auf 12% steigen. Vielfach ist ganzer, gebrannter Kaffee mit künstlichen, aus Getreidemehl hergestellten Bohnen mit gebranntem Mais und anderen Pflanzenstoffen vermischt gefunden worden. Gemahlener gerösteter Kaffee kann mit ausgelaugtem Kaffee, mit Saffakaffee, mit Surrogaten und mineralischen Stoffen verfälscht sein.

Außer den gerösteten Bohnen sind auch Kaffee-Extrakte im Handel, die nur mit heißem Wasser aufzubrühen sind. Die Extrakte werden entweder durch Auskochen von gemahlenem Kaffee gewonnen und in Flaschen verkauft oder sie werden mit Zusätzen von Zucker versehen und im Vakuum eingedampft.

Da der Kaffee verhältnismäßig teuer ist, manche passionierte Kaffeetrinker ihn

auch nicht vertragen können, so sind eine Menge von Surrogaten im Handel, die als Kaffee-Ersatz dienen sollen. Die bekanntesten Zichorienkaffee, die unter den verschiedensten Namen wie Frankkaffee, Völker-, Hauswaldkaffee, Germaniakaffee, bester Javakaffee, feinster orientalischer Mokka-Kaffe u. s. w. angeboten werden. Die Herstellung des Zichorienkaffees geschieht aus gewaschenen Zichorienwurzeln, die mit Fett gedörst werden. Die gebrannte Zichorie wird dann mit Wasser oder Sirup gemischt und in Formen gepreßt. Den Zichorien mischt man oft Rüben zu, die auch allein in derselben Bereitung wie die Zichorien als Kaffee-Ersatz dienen. Auch die Wurzel der Butterblume, *Leontodon taraxacum*, dient als Kaffee-Ersatz. Ferner werden als Surrogate Zubereitungen aus gebranntem Zucker, aus Feigen, Datteln, Johannisbrot, aus Roggen, Gerste, Malz, Leguminosen, Eicheln und andern Stoffen hergestellt. Alle diese Ersatzstoffe haben mit dem Kaffee nichts gemein, sie bieten nichts, was anregend auf das Nervensystem wirken könnte. Die einzige Gemeinsamkeit mit der Kaffeebrühe ist die dunkle Farbe und der brenzliche Geschmack des Aufgusses.



Das Aufbewahren des Gemüses über Winter.

Aus „Gartenbuch f. Anfänger“ v. J. Böttner.

Vom November bis März, also volle fünf Monate hindurch, bietet der Gemüsegarten nahezu nichts. Gleichwohl können in dieser Zeit täglich Gemüse auf den Tisch kommen. Es braucht nur im Sommer zur Zeit des Vorrats und der Fülle ein Teil der Ernte für den Winter getrocknet und eingemacht zu werden. — Trocknen kann man mit Ausnahme von Spargel, Gurken und Salat nahezu sämtliche Gemüse und die gut getrockneten, später richtig zubereiteten Gemüse sind im Geschmack sehr angenehm. Getrocknete Erbsen lassen sich oft kaum von den frischen unterscheiden. Eingemacht werden Spargel, Gurken, Kürbis, Bohnen, Kohllarten, Erbsen, Mohrrüben etc.

Die Kohl- und Wurzelgemüse lassen sich schließlich auch frisch aufbewahren für den Winterverbrauch. Teils geschieht das im Keller, teils in Gruben und Mieten im Freien.

Der Keller nach landläufigen Begriffen kann nicht als mustergültige Einrichtung für Gemüseaufbewahrung betrachtet werden, denn in der Regel ist die Luft nicht frisch und rein und kühl genug; das Gemüse schimmelt, fault und welkt zu sehr. Vor-sichtshalber wird darum im Keller nur so viel Gemüse untergebracht, als nötig ist, um im Winter, wenn die Gruben fest zugefroren sind, den Bedarf zu decken. Einige Tage, selbst Wochen, hält sich das Gemüse ohne besondere Vorkehrungen leidlich frisch. — Zur besseren Erhaltung für längere Zeit wird reiner Flußsand oder, wenn solcher nicht aufzutreiben ist, leichte, von Düngerüberresten freie Erde in den Keller gebracht und in diese werden die Gemüse mit den Wurzeln dicht nebeneinander eingegraben; also Wurzelgemüse kommen ganz in die Erde, Kohlgemüse nur mit den Wurzeln in die Erde, ebenso Porree (Lauch).

Der Keller wird nun dauernd sehr gut gelüftet. Auch bei leichtem Frost dürfen die Kellerfenster Tag und Nacht geöffnet bleiben. Dumpfe Kellerluft, wie sie bei mangelnder Kellerlüftung sehr oft entsteht, ist der Erhaltung von Aussehen und Geschmack viel nachteiliger und gefährlicher als Frost, der so schnell in die Räume des Kellers nicht eindringt.

Im Freien in Mieten, ähnlich wie die Kartoffeln, werden überwintert Rotkohl, Weißkohl, Wirsingkohl, Kohlrüben, Mohrrüben. Die Kopfkohlarten werden von den Wurzeln, die Wurzelgemüse von sämtlichen Blättern befreit, das Herz muß aber unverletzt bleiben, weil es für die Gesunderhaltung der Wurzeln notwendig ist. Nun macht man in einem durchlässigen, mageren Boden, möglichst Sandboden, eine Grube von 60 Cm. tief, 1 Meter breit und nach Bedarf lang. In diese Grube packt man die Kohlköpfe, mit dem Strunk nach oben, neben- und übereinander; die Wurzel-

gemüse werden beliebig eingeschüttet. Ist die Grube bis 10 Cm. unter dem Rand gefüllt, so wird trockenes Langstroh darauf gelegt, dann kommt Erde darüber und bei strenger Kälte noch Spreu, strohiger Mist und dergleichen. Die Hauptsache ist bei diesem Aufbewahrungsverfahren, daß der Boden durchlässig und ziemlich trocken ist. Ist das der Fall, so hält sich das eingemietete Gemüse tadellos. In schwerem Boden mit feuchtem Untergrunde kann man es versuchen, die Mieten flacher oder auch völlig über der Erde anzulegen. Es muß dann eine stärkere Erdschicht zum Schutze darüber angebracht werden.

Ist ein Boden für die Luft wenig durchlässig, so eignet er sich schlecht zum Anlegen von Überwinterungs-Mieten. In solchen Verhältnissen, und überhaupt zum guten Überwintern luftbedürftiger Gemüse, z. B. Rosenkohl, Kohlrabi, Sellerie, Porree &c., wird eine offene Grube angelegt, die zum Schutze gegen Frost mit Brettern und Stroh überdeckt wird.

Es wird eine Breite von 1,50 Meter und beliebige Länge abgemessen. Die Erde wird auf die volle Breite 50 Cm. tief ausgegraben und zu beiden Seiten der Grube aufgesetzt, so daß dadurch Schutzwälle geschaffen werden. Auf den Boden dieser Grube werden nun die verschiedenen Gemüse, die mit den Wurzeln im Garten ausgegraben und ihrer überflüssigen Blätter entledigt worden sind, eingeschlagen. Das macht man etwa so, als ob man sie ganz dicht nebeneinander pflanzen wollte, eine Reihe nach der anderen.

Nun werden Bretter und Stangen über die Grube gelegt, so daß sie auf den Erdwällen zu beiden Seiten aufliegen. Zum Schutze gegen Nässe und Kälte kommen schließlich obendarauf mancherlei Streuarten, wie sie gerade im Garten gesammelt werden, z. B. Bohnenstroh, Erbsenstroh, Laub, auch strohiger Dünger, und wenn Mangel an Deckmaterial ist, Erde. Die beiden Ende dieser Schutzgrube bleiben frei, das ist sehr notwendig, damit die Luft durchstreichen kann; nur bei strengem Frost werden sie geschlossen.

Die Einwinterung soll nicht geschehen vor Anfang November, da erst zu dieser Zeit die Entwicklung abgeschlossen ist. Im Oktober ist's noch zu warm, die Gemüse treiben im Überwinterungsraum und halten sich schlecht.

Eine Ausnahme in der Winterbehandlung machen die Salatarten Löwenzahn und Eichorien. Sie verlangen eine gewisse Wärme, weil eine fortwährende Entwicklung, gewissermaßen ein Treiben zarter, gebleichter Sprossen stattfindet. Endviren sollen sich noch im Freien voll entwickeln, werden im Überwinterungsraum auch möglichst kühl gehalten, weil die Gefahr des Verderbens dadurch vermindert wird.



Haushalt.



Die beste Aufbewahrungsmethode für Schweinefleisch. Erfahrungsgemäß ist das flüssige Beizen dem trockenen Einsalzen des Fleisches weit vorzuziehen, vorausgesetzt, daß die Beize richtig hergestellt wird. Durch diese flüssige Beize werden dem Fleische die wertvollsten Bestandteile (Eiweiß) erhalten und zugleich das Fleisch sehr schmackhaft und wohlriechend gemacht und diese drei Faktoren sind es gerade, die das Pöckel- und Rauchfleisch so beliebt machen. Das trockene Einsalzen macht das Fleisch nur zähfäsig und entzieht ihm sehr viele Nährstoffe, was bei der selbst bei den Mezzgern immer beliebter werdenden Beize durchaus nicht der Fall ist. Das zu beizende Fleisch wird in möglichst lange dünne Stücke geschnitten oder wenn dies nicht möglich ist, so mache man an mehreren Stellen eines Fleischstückes tiefe Einschnitte bis auf die Knochen, damit möglichst alles Fleisch mit dieser Beize in Berührung komme.

Die Beize selbst wird folgendermaßen hergestellt: Auf 10 Kilo Fleisch rechnet man 3 Liter Wasser (am besten Fluß- oder Regenwasser), in welchem $\frac{1}{2}$ Kilo Salz, 6–10 Gr. Salpeter und 40–50 Gr. Zucker aufgekocht werden. Nachdem diese Lösung erkaltet, setzt man 8–10 Gr. Pfeffer, 8 Gr. Nelken, einige Lorbeerblätter, etwas Knoblauch und eine Hand voll gute, frische Wachholderbeeren hinzu. Diese wohlriechende Brühe bringt man nun an das Lager in einem hartholzernen wasserdichten Zuberchen zurechtgelegte Schweinefleisch und zwar muß die Flüssigkeit ganz über dem Fleisch zusammenfließen, also dasselbe bedecken. Dann wird das Fleisch mit einem gutpassenden Holzdeckel bedeckt und letzterer mit einigen großen Steinen beschwert, womit das Eindringen von Luft möglichst verhindert werden soll. Schweinefleisch kann 3–4 Wochen in dieser Beize gelassen werden. Dann wird es herausge-

nommen. Nachdem man es an der Luft gut hat abtrocknen lassen, wird es $2\frac{1}{2}$ —3 Wochen lang einen kühlen, möglichst gleichmäßigen Rauch ausgesetzt. Nach der gründlichen Durchräucherung wird es in der vom Rauch abgeschlossenen Rauchkammer oder in gutgefeibter Holzschale in einem gut schließbaren Fleischrog an luftigem, kühlem Orte aufbewahrt. Dieses Verfahren hat sich bis jetzt am besten bewährt. —r.

Am Bassins von Petroleumlampen einzukitteln oder Nidelränder, die lose wurden, an Glaskhalen wieder zu befestigen, genügt es, Alaun in einem Löffel, in den man eine Art Röhre gebogen hat, zu tun, in seinem eignen Kristallwasser zu schmelzen und die zuvor erwärmten Metall- und Glasteile damit zu begießen, worauf man sie fest aneinanderdrückt. Da der flüssige Alaun sehr schnell wieder erstarrt, muß er sofort benutzt werden. **U. W.**

Schimmel aus Kellern gründlich zu entfernen. Man mache es sich zur Regel, in solchen Kellern, die feucht sind und wo sich daher gerne Schimmel bildet, bevor man irgendwelche Arbeit mit dem Wein vornimmt (wie Abziehen oder Abfüllen in Flaschen etc.) den Tag zuvor den Keller einzuschwefeln, damit der Wein nur mit reiner Luft, in dem alle Pilzsporen getötet sind, in Berührung komme. Die hölzernen Faßlager, sowie die Weinfässer, Türen und Wände werden durch Ueberstreichen mit starker Boraxlösung vor Schimmel und Pilzwucherungen, sowie vor dem Vermodern geschützt. Borax zerstört alle Schimmel- und Spaltpilze, welche das Vermodern des Holzes bewirken.

Das Reinigen der Schwarzwurzeln. Man brüht die Wurzeln einige Minuten in kochendem Wasser. Darnach läßt sich die schwarze Schale mit den Fingern, wie bei Mandeln, abdrücken, ohne daß das Geringste des weißen Fleisches daran haften bleibt.



Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Griesuppe, †Hammelbraten mit Kapern, *gefüllte Rüben, *Quittentorte.
 Dienstag: Gerstensuppe, †Geflügelsalat auf englische Art, Blumenkohl, *Traubensirudel.
 Mittwoch: Einlaufsuppe, *Tauben mit Kastanienfülle, Kürbis in Sauce, †gebundene Aepfel.
 Donnerstag: Kohlsuppe, *panierte Schweinsfilet, Kartoffelpüree, gemischten Salat.
 Freitag: Mehlsuppe, *Nierenschnitten, Kohlrollen, †Brioche mit Käse.
 Samstag: Brotsuppe, konservierten Spargel, *Reis mit Schinken, †Birnenkompott.
 Sonntag: *Selleriesuppe mit Griesklößchen, †Hase mit Rahmsauce, †Zungenkoteletten, *Kabisalat, †Hagebuttenauflauf.

Die mit * bezeichneten Rezepte sind in dieser Nummer zu finden, die mit † bezeichneten in der letzten.

Kochrezepte.

Alkoholphaltiger Wein kann zu süßen Speisen mit Vorteil durch alkoholfreien Wein oder wasser- verdünnten Strup und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

Selleriesuppe mit Griesklößchen. 700 Gramm Sellerieknollen, 100 Gr. Selleriegrünes und Zwiebeln, Salz, 2 Liter Wasser, Griesklößchen. — Die gepuhten Knollen, Selleriegrün und Zwiebeln werden mit Wasser und Salz 1 Stunde gekocht, durch ein großlöcheriges Sieb getrieben und nochmals aufgekocht. Nun legt man die Griesklößchen ein und läßt diese $\frac{1}{4}$ Stunde kochen. — Griesklößchen. 100 Gr. Gries, 60 Gr. Fett, 2 Eier, wenig Salz, Peterfilie. Der Gries wird im Fett ganz wenig geröstet, vom Feuer genommen und mit der feingeschnittenen Peterfilie und Salz vermischt. Dann rührt man die mit 1 Löffel Wasser zerquirlten Eier dazu, sticht davon Klößchen ab, dreht diese in einer wenig Mehl enthaltenden Tasse und gibt sie in die kochende Gemüsesuppe, in welcher sie in $\frac{1}{4}$ Stunde gar sind. „Reformkochbuch“ von J. Spühler.

Tauben mit Kastanienfülle auf englische Art. Zu 2 Tauben nimmt man 12—15 große italienische Kastanien, löst die braune Schale mit einem scharfen Messer ab, blanchiert sie 2—3 Min. in siedendem Wasser, beseitigt die innere braune Haut, wiegt sie und nimmt auf je 100 Gramm Kastanien das gleiche Gewicht feingehackten Speck, 36 Gr. geriebene Weißbrot, ein wenig Salz, Cayennepfeffer und geriebene Muskatnuß. Man füllt die Kastanien mit dem Speck und allen übrigen Zutaten im Mörser und feuchtet den Brei mit zerrührtem Eibotter an, füllt hierauf diese Farce in die beiden gesäuberten Tauben, umbindet dieselben mit Speckscheiben und Weinblättern und brät sie am Spieß $\frac{1}{2}$ Stunde lang, um sie samt der Umhüllung und etwas mit Zitronensaft abgeschärfter brauner Sauce aufzutragen.

Panierte Schweinsfilets. Die von allem Fett befreiten Schweinsfilets werden mit feinem Salz gut eingerieben und mehrere Tage an einen kühlen Ort gestellt, wobei man sie mehrmals umwendet; hierauf wäscht man sie gut ab, klopft sie ein wenig, wendet sie in geschlagenem Ei, überstreut sie mit einer Mischung von feingehackten Schalotten, Peterfilie, geriebener Semmel und ein wenig weißem Pfeffer, bestreicht sie nochmals mit Ei, streut Semmel darüber und brät sie in heißem Butter auf beiden Seiten braun.

Nieren-Schnitten. Einige gebratene oder in Butter ziemlich gar gedämpfte Kalbsnieren werden mit 1—2 Schalotten und etwas Peterfilie fein gehackt, in Butter geschwitz und mit etwas kräftiger Kalbsbraten-Sauce, etwas weißem Pfeffer und Zitronensaft vermischt zu einer dicken Masse eingedämpft. Dann werden sie funderdick auf in Butter geröstete Brotschnitten (Weggli) gestrichen, mit geriebenem Parmesankäse bestreut, mit gestoßenem Zwieback übersät, mit zerlassener Butter

beträufelt und auf einem Blech bei guter Ober-
hitze von oben goldbraun gebacken.

Reis mit Schinken. Man wäscht und brüht 250 Gr. Reis, kocht ihn in Wasser mit 125 Gr. frischer Butter und einer Prise Salz körnig und weich, vermischt ihn mit 125 Gramm geriebenem Parmesan Käse und streicht eine Schicht von dem Reis auf eine gebutterte Schüssel. Dann überstreut man ihn mit gehacktem gekochten Schinken, den man, falls er scharf gesalzen sein sollte, mit einigen Löffeln voll in Milch zerquirlten Eidottern übergießt, schichtet zuletzt den übrigen Reis kuppelförmig auf, bestreicht die ganze Außenfläche mit geschlagenem Ei, streut geriebenen Käse darüber und bäckt den Reis bei mäßiger Hitze gelb.

Gefüllte Rüben. 4—5 große, abgeschälte Rüben werden ganz in siedendem Salzwasser weichgekocht, worauf man sie ablaufen läßt, eine Scheibe oben davon abschneidet, das Innere vorsichtig aushöhlt und die Höhlung entweder mit einer Fleischfarce oder der herausgeschabten, mit Butter, Mehl, Pfeffer, Salz, etwas Rahm und einem Eidotter vermischten Masse füllt. Man legt den abgeschnittenen Deckel wieder darauf, befestigt ihn mit Ei, dünstet die Rüben noch eine halbe Stunde mit etwas Fleischbrühe und gibt sie zu Tisch.

Kabissalat. Man zerlegt einen festen Kabisskopf in vier Teile, entfernt die Strünke und dicksten Rippen und hobelt oder schneidet nun das Kraut in nubelartige Stückchen. Man bereitet den Salat auf drei verschiedene Arten:

1. Das wie oben beschriebene vorbereitete Kraut wird mit Salz, Essig, Del, Pfeffer und einer geriebenen Zwiebel gut gemischt und eine halbe Stunde hingestellt.

2. Das feingeschnittene Kraut wird mit siedendem Wasser übergossen und nach 5 Minuten herausgezogen und abgetropft. Dann in obiger Weise als Salat zubereitet, oder es werden statt dem Del würflich geschnittene gebratene Speckstückchen und zuletzt der Essig damit gemischt.

3. Man beschweigt das gehobelte und leicht gesalzene Kraut mit einem Brettchen und Gewichtstein, läßt es so etwa eine Stunde stehen und bereitet dann den Salat wie oben angegeben mit Del oder Speckwürfeln und den übrigen Zutaten.
Aus „Gritli in der Küche“.

Trauben-Strudel. Nachdem man einen Strudelteig bereitet, und auf einem mehlobstäubten Tischtuch so fein als möglich ausgezogen hat, bestreut man denselben mit geriebener, in Butter gerösteter Semmel, sehr reifen, süßen Weinbeeren, Zucker und Zimmt, rollt ihn zusammen, legt ihn schneckenförmig gedreht in ein fettgebuttertes Kasserol, bestreicht ihn auch oben mit Butter, bäckt ihn bei mäßiger Hitze eine Stunde, stürzt ihn auf die Schüssel und bestreut ihn mit Zucker und Zimmt.

Quittentorte. Man bestreicht einen Tortenboden von Würb- oder Blätterteig fingerdick mit verflüchtigtem Quittenmark, rührt dann 125 Gramm

Zucker mit 6 Eidottern und 125 Gr. gestoßenen Mandeln zu Schaum, zieht den festen Schnee der Eiweiße und zwei Löffel Mehl darunter, füllt diese Masse auf das Quittenmark und bäckt die Torte $\frac{3}{4}$ Stunde.

Eingemachte Früchte.

Traubengelee. Große Beeren von sehr reifen Trauben werden in einen Topf getan, den man in einem Kasserol mit siedendem Wasser so lange kochen läßt, bis die Beeren sämtlich aufgesprungen sind und ihren Saft von sich gegeben haben. Man siebt dann den Saft durch ein Haarsieb durch, ohne die Beeren zu pressen, läutert auf je 500 Gr. Saft das gleiche Gewicht Zucker mit reichlich $\frac{1}{4}$ Liter Wasser zu dicklichem Sirup, tut den Saft hinzu, kocht beides langsam zu Gelee, bis daselbe vom Löffel rutscht und ein Tropfen davon sofort auf einem Teller erstarrt, füllt dasselbe in Gläser, überbindet sie nach dem Auskühlen und bewahrt sie auf.

Quitten in Zucker einzumachen. Man schält und zerteilt die Quitten, entfernt die Kerngehäuse, wiegt ebensoviel Zucker als man Früchte hat, läutert denselben, schäumt ihn ab, siedet die Quitten langsam darin weich und legt auf je 1 bis $1\frac{1}{2}$ Kilogramm Früchte eine kleine, in dünne Scheibchen geschnittene, von allen Kernen befreite Zitrone mit hinzu, sobald die Quitten sich rot zu färben beginnen. Man kocht sie völlig rot, nimmt sie heraus, siedet den Sirup geleeartig ein und gießt ihn über die in die Gläser eingelegten, mit einigen Zitronenscheiben vermischten Früchte.

Das Dörren von Äpfeln und Birnen. Am besten eignen sich saure Äpfel mit etwas festem Fleisch. Die Äpfel werden geschält und ganz, halb, geviertelt oder als Ringäpfel gedörrt. Nach dem Schälen lege man sie sofort in frisches Wasser mit Zitronensaft, damit sie weiß bleiben. Die Hürden sollen aus gutem Drahtgeflecht erstellt sein. Schnitzle lege man auf den Rücken nebeneinander, Halbteile ebenfalls, Ringe und Scheiben mit dem Rande ein wenig übereinander. Ganze Früchte werden, wenn sie weich sind, zwischen zwei Brettchen gepreßt.

Birnen: wenn möglich ganz dörren; herbe Birnen vorher in schwachem Zuckerwasser leicht kochen. Die Birnen eignen sich am besten zum Dörren, wenn das Kernhaus weich ist. Äpfel und Birnen brauchen ziemlich starke Hitze.

Aus „Die Herstellung von Konserven“.



Krankenpflege.



Im Winter, Spätherbst und Vorfrühling tun **Herzklappenkranke** gut daran, klimatische Winterkurorte aufzusuchen, namentlich wenn sie in nördlichen Gegenden mit unbeständiger Witterung und kurzem Sommer leben. Leider ist ein solcher Aufenthaltswechsel mit nicht unbedeutenden Unkosten verbunden und daher nur solchen Personen

möglich, welche über ausreichende Geldmittel verfügen. Wer die Kosten für derartige Reisen nicht ohne Sorgen auf sich zu nehmen vermag, der tut meist besser daran, auf einen Winteraufenthalt überhaupt zu verzichten, denn wenn an einem fremden Orte Sorgen darüber austauschen, auf welche Weise man die Kosten für den Lebensunterhalt bestreiten soll, so bleibt meist der günstige Einfluß des Winterkurortes auf das Herz aus. Gerade das aller Sorge Enthobensein spielt bei der Wirkung eines Winteraufenthaltes wie eines jeden Kurgebrauches eine nicht zu unterschätzende wichtige und günstige Rolle.

Auch für einen Winteraufenthalt gilt selbstverständlich die Forderung, daß er nicht zu hoch gelegen ist. Die Hochgebirgsorte der Schweiz, unter welchen Arosa, Les Avants, Chaux, Davos und Lenzin die bekanntesten sind, eignen sich nicht für Herzklappenranke. Dagegen sind, soweit die Schweiz in Betracht kommt, zu einem Winteraufenthalt die Orte am Genfersee, wie Montreux und Vevey, Locarno am Lago maggiore und Lugano am Luganersee geeignet. Südtirol besitzt in Meran, Bozen und Gries Orte, an welchen Herzklappenranke im Winter wohl aufgehoben sind. Auch einzelne Städte Oberitaliens, wie Florenz, Pisa und Venedig, sind empfehlenswerte Orte.

Alle angeführten Orte sind mild gelegen, haben namentlich im Vergleich zum nördlichen Europa beständiges Wetter und gestatten daher dem Kranken, sich auch während des Winters viel im Freien aufzuhalten.

Dr. Eichhorst, „Die Hygiene des Herzens“.



Gartenbau und Blumenzucht.



Dahlien oder Georginen. Jetzt ist es an der Zeit, daß die Blumenfreundin sich die Dahlien oder Georginen recht genau ansieht, ehe der Frost hereinbricht und die letzten Knollen knickt. Unter diesen, von der Mode so sehr bevorzugten Pflanzen sind in den letzten Jahren eine sehr große Anzahl höchst eigenartig gestalteter und zum Teil ganz wundervoll gefärbter Sorten von den Gärtnern gezüchtet worden, so daß die Blumenfreundin eine große Auswahl hat zur Ausschmückung ihres Gartens. Bei der Menge derselben ist es empfehlenswert, wenn jede Liebhaberin sich die Dahlien im Herbst vormerkt, die ihr am besten gefallen. Sie bestellt dann im Frühjahr die Knollen bei einem Gärtner. Der Geschmack der Blumenfreundinnen dürfte sehr verschieden sein, nicht minder ist es die Form, Farbe und Haltung der neuen Dahlien. Es gibt da wenige, die überhaupt noch an die alten Georginen erinnern, dagegen viele, die man eher für Chrysanthemem, als für Dahlien halten könnte. Die Farben sind oft überhaupt nicht genau durch Worte zu kennzeichnen. Viele Dahlien sind vor allem abgeschritten bei Licht wunderschön. Die Binderet verwendet Dahlien mit großer Vorliebe, da sie sich meist sehr lange halten. Schon deshalb sollten sie in keinem

Hausgarten fehlen. Viele Sorten blühen bei einigermaßen günstigem Wetter bis tief in den November, wenn man sie durch abends aufgelegte Tücher gegen die ersten Fröste schützt.



Tierzucht.



Die Mauser der Hühner. Alljährlich wechselt, wie alle Vogelarten, auch unser Hühnervolk sein Federkleid, indem die abgenützten Federn abgestoßen werden und neue hervorkommen, die in voller Pracht die Gefiederfarben erscheinen lassen. Auf den Verlauf der Mauser scheint die herrschende Witterung einen wesentlichen Einfluß zu haben. Ist das Frühjahr warm und trocken, so beginnt die Mauser schon gegen Ende Juni. Da auf einen kühlen Sommer fast nie ein strenger Winter folgt, so hängt es vielleicht damit zusammen, daß die Umfederung in solchem Falle besonders langsam von statten geht und deshalb auch sehr lange währt, manchmal bis Ende Januar des nächsten Jahres.

Ein warmer Sommer hat im Gefolge, daß die Tiere die alten Federn ziemlich rasch abwerfen und deshalb auch ihr neues Federkleid wieder schneller erhalten, somit vor Eintritt des Herbstes ihre Mauser bestanden haben.

Ein regnerischer Sommer mit der nötigen Wärme, also ein feuchtwarmer Sommer, bewirkt, daß die Umfederung ebenfalls jenen ziemlich schnellen Verlauf nimmt, jedoch nicht so rasch, wie bei trocken warmer Witterung. Bei einem regnerisch kühlen Sommer kann die Umfederung sehr früh beginnen, aber sie wird sehr langsam vor sich gehen, ja zeitweise erleidet sie sogar Unterbrechungen.

Während des Federwechsels soll stets besser gefüttert werden, denn sehr oft wird bei den empfindlicheren und seltenen Rassen in dieser Zeit durch nicht genügend Futtergabe der Keim zum Stiechtum gelegt, an dem die Tiere oft erst nach längerer Zeit zu Grunde gehen. Während der Mauser ist der Hafer vielleicht das geeignetste Futter, denn durch die Hüllen, die das Korn umschließen, wird einer Ueberfüllung oder einem Festpressen im Kropfe vorgebeugt, was bei Gerste und Weizen nicht der Fall ist. Zur Abwechslung kann man in Zwischenzeiten etwas Maiskörner geben, aber nie allein und nur sehr geringe Quantitäten. Ähnliche Eigenschaften wie der Hafer besitzt auch der Buchweizen, der bei der Geflügelfütterung überall dort, wo er gebaut wird, nie außer acht gelassen werden sollte.

Für zweckmäßig hält man es, besonders zur Mauserzeit, ins Trinkwasser etwas altes Eisen zu legen, weil dadurch das Wasser eisenhaltig wird.

Dem Weichfutter (Kartoffel) setzt man Mohnsamensamen, etwas Knochenmehl, Maiskleie und etwas feingestoßenen Pfeffer zu.

Tiere, die erst vor Eintritt des Winters in die Mauser kommen, sind meist schon krank oder doch derart geschwächt, daß von einer Herstellung kaum

die Rede sein kann; man Sorge deshalb immer dafür, daß die Mäuser vor Eintritt des Winters beendet ist, denn das Federkleid bildet die schützende Hülle gegen Nässe und Kälte. Allg. d. Gefl.-Ztg.

* Frage-Ecke. *

Antworten.

68. Wenn Sie zu einer **Waschmaschine** greifen wollen, so kann ich Ihnen die Flury-Roth'sche („Nemtlerhof“, Nemtlerstraße, Zürich III) warm empfehlen. Wir haben eine solche seit 5 Jahren im Gebrauch und sind sehr zufrieden damit. Die Wascharbeit wird in weniger als der Hälfte Zeit erledigt und man spart auch an Material. Wir könnten das so nützliche Hausgerät nicht mehr entbehren. Verlangen Sie Prospekte. E.

76. Vielleicht kann Ihnen ein altes Rezept für **Biscuitroulade** dienen, das ich Ihnen hiermit abschreibe.

Aus 125 Gr. gestoßenem Zucker, 1 Eßlöffel voll Zitronen- oder Orangenzucker und 6 Eigelb wird eine Biscuitmasse schaumig gerührt, unter welche sodann das geschwungene Eiweiß und 90 Gr. Mehl gemischt wird. Diese Masse wird auf ein mit Butter bestrichenes Blech $\frac{1}{2}$ Cm. dick gleichmäßig aufgestrichen und in ziemlich heißem Ofen zu gelbroter Farbe gebacken. Das Blech wird dann sogleich herausgenommen, der Kuchen nach allen Seiten glatt zugeschnitten, sorgfältig vom Blech losgelöst, umgewendet, mit einer beliebigen Marmelade bestrichen und über sich zusammengerollt. Man stelle diese Rolle noch einige Minuten in den warmen Ofen. Nachdem sie abgekühlt ist, wird sie mit weißer Zuckerglasur bestrichen, nochmals zum Trocknen warm gestellt und dann mit eingemachten Früchten schön verziert. Man kann auch die Roulade, ohne sie zu glacieren, mit einem scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden, diese im Kranz anrichten und mit feinem Zucker bestreuen. E. S.

80. So viel ich weiß, betrachtet man die rötliche Farbe der **Quittengelee** als die charakteristische, richtige. Wenn Ihre Gelee aber rotbraun ist, so haben Sie solche gewiß zu lange gekocht. Emmy.

80. Die helle **Quittengelee** gilt wirklich für feiner; man hat vor allem auf rasche Zubereitung zu halten, also die Schnitze nicht herumliegen zu lassen, sondern sie während des Rüstens in Wasser mit etwas Zitronensaft oder Alaun gemischt, zu werfen. Man macht kleinere Würfel von den nur abgeriebenen, nicht geschälten Quitten und gibt sie samt dem Kernhaus mit so viel Wasser aufs Feuer, daß es reichlich darüber steht, kocht auf starkem Feuer bis die Schnitzchen weich sind, läßt dann den Saft ablaufen und zwar gerade über kleingeschlagenen Stockzucker. Auf 1 Kilo rohe Quitten rechnet man 500 Gr. Zucker. Dann bringt man alles wieder aufs Feuer, würzt mit etwas Zitronensaft und kocht die Gelee schnell zur gehörigen Dicke, was in längstens 10 Min. geschieht. Großmutter.

81. Man rechnet für eine einfache bürgerliche **Kücheneinrichtung** Fr. 80—100. Natürlich ist das bessere Tischgeschirr aber nicht dabei. Wenden Sie sich an die Firma Ditting, Rennweg, oder Firma Huber, Großmünsterplatz, Zürich. Man wird Ihnen dort gerne eine Preisaufstellung machen. E. S.

82. Zum eigentlichen **Winterobst** gehören die Goldparmäne, Baumanns ReINETTE, Kasseler ReINETTE, Boikenäpfel, Schöner von Boskop, Landsberger ReINETTE, Kanada ReINETTE und die GoldreINETTE. B.

Fragen.

83. Was muß man eigentlich beobachten, wenn man gute **Saucen** machen will? Mein Mann behauptet immer, anderswo seien diese schmackhafter als bei uns, aber wo's fehlt, finden wir beide nicht heraus. Wer gibt guten Rat einer unerfahrenen jungen Frau? A.

84. Gibt es eine kurze Anleitung zur **chemischen Wäsche**? Ich finde, man kann im Laufe des Jahres manchen Franken ersparen, wenn man die Behandlung größerer und kleinerer Flecken versteht und auch einmal eine größere Kunstwäsche vornehmen kann. Für gute Auskunft dankt im voraus. Frau B.

85. Welches ist das beste **Kindernährmittel** für schwächliche Kinder? Man empfiehlt einmal dies, einmal etwas anderes und bringt dabei junge Mütter in Konfusion. Ich wäre dankbar für guten Rat. Mütterchen in B.

An der landwirtschaftl. Ausstellung in Bülach konnte bekanntlich auch Suppe von **Witschis entfeuchteten Produkten** gratis konsumiert werden und was den Frauen am angenehmsten ist, die Zubereitung besichtigt werden. Dabei konnte sich jeder Besucher überzeugen, daß man mit einem neuen Kochapparat und Witschis's Isolierung in 11 Minuten 20 Liter Wasser siedend macht und in 7 Minuten die Suppe fertig kocht. Alles das für 10—11 Rp. Gas. Die Suppen wurden von einer aargauischen Kochschullehrerin bereitet, die sich natürlich eine Ehre daraus machte, schmackhaft zu kochen. Nach dieser Methode und mit diesen Produkten sollte nun kein Kind mehr im Schweizerland hungrig in der Schule se'n, denn es bedarf einer geringen Gelddauslage für Bund, Kantone und Gemeinden, die Produkte zu kaufen und an die besonders Dürftigen abzugeben. Wenn man annimmt, daß in der Schweiz 75,000 Kinder das Mittagessen bedürfen und man 80 Wintertage berechnet, so macht dies 6 Millionen Rationen à 1 Liter. Für einen Hektoliter kostet die Einlage 3 Fr., somit 1000 Kinder 30 Fr. oder 75,000 = 2250 Fr. per Tag. Bahn und Post sollten die Produkte gratis spebieren. Die Gemeinden zahlen Feuerung und Brot.

Gestützt auf obiges werden die verschiedenen Frauenvereine freundlichst ersucht, der Einladung der Firma Witschi A.-G., zu ihren Sitzungen gratis produkte zu beziehen, zu erproben und zu vergleichen, Folge zu leisten.