

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

Band: 15 (1908)

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: 14.03.2025

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



Redaktion:
E. Coradi-Stahl
 Zürich
 unter Mitwirkung
 tüchtiger
 Mitarbeiter.

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

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

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

Nö. 7.

XV. Jahrgang.

Erscheint jährlich in
 24 Nummern

Zürich, 4. April 1908.

Tu immer redlich deine Pflicht
 Und kümme dich um die Zukunft nicht!
 Was kommen soll, muß sich vollenden,
 Mag, wie es will, sich dreh'n und wenden,
 Der eitle Mensch im stolzen Wahn,
 Er wandle nur auf'eigner Bahn.

Bodenstedt.



Was kochen wir heute?

Plauderei über ein alltägliches Thema.

(Nachdruck verboten.)

„Was kochen wir heute? Ja, das ist jeden Tag der größte Kummer meiner Mama!“

„O nein, der größte denn doch gewiß nicht.“ So versicherten mir bei lieben Freunden einst Mutter und Tochter und ich lächelte dazu. Vor meinem innern Auge breitete sich der weite Haushalt aus; es war das Haus allerdings keins von denen, das ich zu führen leicht gefunden hätte. Die Familienglieder waren alle ziemlich verwöhnt und anspruchsvoll; Kinder waren keine im Hause, zwei Zimmermädchen, eine Köchin, nur einige Hunde, die jeder 3. B. an Weihnachten ihre kleine Wurst auf weißgedecktem Schemel serviert be-

kamen und sich auch in ihren übrigen Ansprüchen als sehr verständig bewiesen.

„Was kochen wir heute?“ das war die Lieblingsfrage meiner alten Tante. Da ich wußte, daß bei ihr nicht nur die Frage nach dem Küchenzettel in Betracht kam, sondern speziell die Tätigkeit des Kochens ihre tägliche liebste Arbeit war, der man besondere Sorgfalt angedeihen ließ, so hatte ich mir auch Mühe gegeben, mich mit freundlicher Miene und bestem Verständnis jweillen der Frage gegenüberzustellen. Zu Hause dagegen kann es wohl vorkommen, daß mir als einzige Antwort auf diese alte und immer neue Frage ein unmutiges „Wurst wider Wurst!“ ent-schlüpft, aber dann weiß die liebe Fragestellerin schon, daß ich weder für eine der vielen Wurstsorten schwärme, noch dem Thema der gastronomischen Genüsse überhaupt viel Interesse entgegenbringe.

Eins aber habe ich vom philosophischen und praktischen Standpunkt seit einer Reihe von Jahren gelernt und geübt: muß ich den Küchenzettel machen, so weiß ich am Abend schon, was morgen gefocht werden soll. Man erspart sich dadurch un-glaublich viel Zeit, oft auch Ärger und

unnötige Auslagen. Bei uns geht nämlich die Kocherei so nebenher, sie muß sich mit andern Arbeiten, vulgo „häusliche Unternehmungen“ gut vertragen lernen und sich nach diesen richten, nur ausnahmsweise richten sich einmal diese Arbeiten nach der Kocherei. Beides will mir nicht in den Kopf: die ganze Zeit in der Küche zu stehen zum kochen und abwaschen oder daselbst eine wunderschöne Unordnung von ungewaschenem Geschirr zu hinterlassen und davon weg zum Waschhaus oder an irgend eine andere Arbeit zu laufen. Aber wie richtet man sich ein, daß es anders geht, wenn man ein wenig verwöhnt ist?

Am Abend gibt's entweder kalte Küche oder es wird doch nur die Suppe frisch gekocht, daneben läßt sich leicht noch das Gemüse für den folgenden Tag zurüsten. Dann wird genau überlegt, in welcher Reihenfolge man die Speisen am andern Tag zuzusetzen hat (resp. im Winter: was im Ofen oder im Selbstkocher gekocht werden soll, ob nicht etwas schon beim Morgenkaffee vorgekocht werden müßte. Daraus ergibt sich dann als Resultat die ungefähre Zeit, die man sich zwischen den Morgengeschäften und dem Fertigkochen auf Mittag erübrigen kann für diese oder jene Hausarbeit. Zeigt sich, daß alles ohne Herdfeuer gekocht werden kann, so sorgt man beim Morgenkaffee oder im Waschhaus für das nötige Wasser zu eventuellen Wasch- oder Putzarbeiten, die gerade an solchen Tagen leichter und schneller vor sich gehen können. Ist umgekehrt einmal alles auf dem Herd zu kochen nötig oder angezeigt, so wird je nach Bedürfnis rechtzeitig eine Hafersuppe für den Abend oder Knochen zu kräftiger Brühe oder Schleinsuppe in den Ofen gestellt. Oder man legt sich 1—2 Liter Milch mehr zu und kocht einen „Reis im Ofen“, der, wenn nicht am Mittag, doch sicherlich am Abend mit oder ohne Früchte-Sirup oder Kompott sehr willkommen sein wird. — Unser Rezept findet sich an anderer Stelle.

Mit Konserven, speziell Büchsgemüsen geht man im Winter besonders auf dem

Land nicht verschwenderisch um; sie sollen vorrätig sein für den Notfall, man ist oft so froh, schnell etwas holen zu können bei Ankunft von Besuch oder in der schon etwas mageren Zeit im Frühjahr, wo man überdies viel draußen ist und die Abende wieder anders ausgefüllt werden. Jetzt ist noch die Zeit, wo man die verschiedensten Gemüse im Keller hat und auch Mühe findet, sie zu verwerten; die meisten können auf wenigstens zwei Arten, Apfel und Kartoffeln auf sehr verschiedene Weise zubereitet werden. Es ist Übung, zu grünen Gemüsen Kartoffeln in irgend einer Form, zu Äpfeln, besonders wenn sie sehr saftig sind, eher Mehl- oder Eierspeisen oder dann einfach geschwellte Kartoffeln zu servieren. „Halb-Apfel“, Schnitze, Apfelbrei lassen sich zu beliebiger Zeit kochen und nachher wieder warm stellen; andere Zubereitungen der Äpfel, sofern diese mit heißem Fett in Berührung kommen, sollten frisch gekocht und sofort heiß serviert werden; erstere erhalten vor dem Kochen Zusatz von $\frac{1}{2}$ Tasse Zucker und eine kleine Zimtstange (event. statt der letztern Zusatz von Quitten), während letztere in der Regel erst beim anrichten überzuckert werden. Kartoffeln sollte man im Winter stets große Pfannen voll gut zugedeckt auf einmal kochen (nicht zu viel Wasser dazu geben), weil sie sich nachher auf verschiedenste Arten verwenden lassen; eine Suppe von geschwellten, geriebenen, in Butter und Zwiebeln gut gedämpften Kartoffeln, die mit Fleischbrühe oder Wasser und übriger Bratensauce $\frac{1}{2}$ Stunde aufgekocht wird, übertrifft alle Suppen aus rohen Kartoffeln.

Was nun das Fleisch anbelangt, so lassen sich da weniger leicht Regeln aufstellen, da Geschmack und Ansichten zu verschieden sind. Hier deshalb nur einige Winke. Es empfiehlt sich mitunter und ist bei einiger Vorausberechnung eine der sparsamsten Methoden, wenigstens auf dem Lande, das Stück zu Braten oder Kochfleisch etwas größer zu kaufen, als man es braucht, dann hält es entweder für zwei Tage und erspart die Mühe des Kochens am zweiten Tage oder aber man

bekommt ein besseres Stück Fleisch (und einen Knochen à part für sich, der gute Suppen gibt) und schneidet sich von diesem so viel ab, als man am andern Tag zu Gulasch oder dergleichen haben will. Hat man aber einen großen Braten oder Zunge, oder Schinken gekocht, die mehrmals auf willkommene Weise den Abendtisch bereichern helfen, so kann z. B. übriges Kochfleisch auf alle erdenkliche Weise wieder frisch und schmackhaft für den andern Mittag zubereitet werden und es zeigt sich dabei ein doppelter Vorteil: Zeitersparnis, weil man nicht zum Metzger laufen muß, sondern alles nach Belieben einteilen kann und es wird dann, je nach der Zubereitung, meistens nur ein Gemüse dazu nötig sein. Kinder lieben in der Regel solche „Fleischfische“ (Omeletten mit gehacktem Fleisch gefüllt), Rühli, Schnitten, Puddings, Kugeln, Schööpli und wie sie alle heißen, viel mehr als andere Fleischspeisen.

Was den eventuellen Sonntagsdessert oder kalte Abendessen anbelangt, so läßt sich da auch viel vorsorgen, schon in der Hinsicht, daß man sich oder dem Dienstmädchen vielerlei Geschirrabwaschen erspart an diesem Tag, indem man manches tagszuvor bereitet, während man ohnehin in der Küche wäre.

Soll es z. B. ein Apfelfuchen sein, so koche ich etwa am Freitag für Mittag doppelte Portion Apfelmilchbrei, die eine Hälfte wird kalt gestellt (noch mit feinem Zimt glatt gerührt), am Abend oder in der Morgenfrühe wird der Ruchenteig und vor-mittags alles fertig gemacht und gebacken. Von einer größern Portion Milchgrieß, die für Mittag oder Abend gekocht wurde, gießt man heiß einen kleinen Teil auf einen großen, flachen Teller oder Platte, schneidet nachher erkaltet bei Gebrauch kleine Rechtecke davon, die man nach Belieben in Ei und Mehl umwendet, in heißem Schmalze backt und mit Zucker und Zimt bestreut, oder man spült eine irdene Puddingform mit frischem Wasser und gibt den Milchreis oder -Grieß heiß hinein, stellt die Form kalt, stürzt und serviert

mit Himbeer- oder Johannisbeer-Sauce. Hübsche, gekochte Apfelschnitze (ohne Sauce) sind, kalt gestellt, sehr beliebt zum Füllen von frischem Milchreis, der dann in einer glasierten Form (Caramelle) noch schön gelb gebacken wird.

Dies für heute. Eine Fortsetzung dieses wichtigen Kapitels sei für später in Aussicht gestellt. Eine Hausfrau.



Entstehung u. Verhütung der Blutvergiftung.

Von Dr. Schröder.

(Nachdruck verboten.)

Eine Vergiftung des menschlichen Organismus kann auf verschiedene Art und Weise zustande kommen. Man kann an Vergiftung zugrunde gehen durch Einatmung von schädlichen Gasen, wie Kohlenoxydgas, ferner durch Einnehmen von flüssigen und festen Substanzen, z. B. Chankali, oder durch Einführung von Gift unter die Haut, wie es beim Schlangenbiß geschieht. Merkwürdigerweise wirken viele Gifte nur dann, wenn sie in den Magen kommen, während sie ganz unschädlich sind, sobald sie durch eine Wunde in die Blutbahn eintreten, andere wieder verhalten sich umgekehrt. Unser Organismus ist eben ein unaufhörlich tätiges chemisches Laboratorium, das auch viele Gifte unversehens in Arbeit nimmt und in unschädliche Stoffe umgestaltet. Natürlich wird auch hierbei unser Körper um so zuverlässiger seine Schuldigkeit tun, je besser seine chemischen Bestandteile, seine Säfte beschaffen sind.

Alle diese Arten von Vergiftung pflegt man aber im Volksmunde nicht als Blutvergiftung zu bezeichnen, meist nicht einmal die durch giftigen Schlangenbiß verursachte, welche doch eigentlich im wahrsten Sinne des Wortes eine solche ist. Vielmehr versteht man unter Blutvergiftung eine von zunächst ganz unschuldigen Wunden ausgehende eiterige Zersetzung der verschiedensten Körperteile, von der wir reden wollen.

Durch die Verbesserung der Mikroskope und durch die Vervollkommnung der

medizinischen Untersuchungs-Methoden haben wir erfahren, daß die ganze organische und anorganische Natur belebt und durchsetzt ist von kleinsten pflanzlichen Lebewesen, Mikroben, Mikrokokken und Bakterien. Luft, Wasser und feste Körper enthalten in großer Zahl solche Gebilde, die sich unter günstigen Verhältnissen sehr schnell ins Ungemessene vermehren. Unter diesen gibt es nun solche, welche in Berührung mit lebenden Geweben stets Eiterung und Fäulnis erzeugen. Kommen solche Bakterien in eine Wunde, so entsteht eben Eiterung.

Bei normalem Wundverlauf bilden sich in den verletzten oder durchschnittenen Blutgefäßen alsbald Faserstoffgerinnsel (Thromben), welche gleichsam das Loch verstopfen und abschließen, die Blutung stillen, nach und nach sich in Gewebe verwandeln und dadurch die entstandene Lücke wieder ersetzen helfen. Kommen aber gleich bei der Verletzung oder bald darauf, solange sich noch kein trockener, schützender Schorf gebildet hat, eitererregende Bakterien auf die Wunde, so tritt alsbald eine Eiterung der oberen Wundfläche ein, welche bei der rapiden Vermehrung der Bakterien schnell nach innen weiter greift und eine eiterige Erweichung, faulige Zersetzung der in den benachbarten Blutgefäßen gebildeten Faserstoffgerinnsel zur Folge hat. Da nun der Blutstrom fortwährend an diesen eiterigen Thromben vorbeifließt, reißt er sehr leicht Teilchen derselben mit sich fort, spült sie von Ader zu Ader, oft in einen weit entfernten Körperteil, bis sie sich schließlich in irgend einer feinsten Verästelung des Adernetzes einkellen. Sofort fangen dort die Bakterien wieder an, sich äußerst rasch zu vermehren und bewirken auch an dieser Stelle eine heftige eitrige Entzündung, ein Geschwür. Jetzt haben wir also schon zwei vereiterte Stellen im Körper. Bald werden nun auch von hier in gleicher Weise wie vorherhin durch den Blutstrom Teilchen der bakterienhaltenden Thromben weitergeschleppt, es entsteht ein neues Geschwür in einem andern Körperteil und so vermehren sich

die Vereiterungen äußerst schnell in ungeheurer Weise, das Blut wird immer mehr zerlegt und verjaucht, der Mensch geht schließlich an „Blutvergiftung“ zu Grunde. Der eben geschilderte Verlauf gebraucht aber immerhin vom Moment der Verwundung an noch einige Zeit, ehe er zum Tode führt, weil wir angenommen haben, daß die Eiterbestandteile nicht in edle Organe gespült wurden. Anders verhält es sich, wenn ein Eiterpflock z. B. in das Gehirn oder in die Lunge kommt; in ersterem führt er sehr schnell den Tod herbei, in letzterem wenigstens eine schlimme lokale Erkrankung.

Gleich nach der Bildung der ersten Eiterherde im Körper zeigen sich bei den Patienten schwere Allgemeinerscheinungen. Es entsteht zunächst ein starker Schüttelfrost von verschiedener Dauer, hieran schließt sich meist ein heftiges Fieber, das bald zu großer körperlicher Hinfälligkeit, Schwäche und Abmagerung führt; unter Zunahme dieser Erscheinungen erfolgt dann meist der Tod.

Die Behandlung einer solchen Blutvergiftung ist ziemlich aussichtslos. Selbst energische operative Eingriffe vermögen den Verlauf der einmal entwickelten Krankheit meist nicht mehr aufzuhalten. Wohl versucht man bisweilen durch Abnahme desjenigen Gliedes, an welchem sich die ursprüngliche Verletzung befindet, den übrigen Körper vor Zersetzung zu bewahren, aber leider meist ohne Erfolg.

Haben wir nun die Ursachen von Leiden irgend welcher Art richtig erkannt, so werden wir natürlich als vernünftige Wesen sie zu vermeiden, ihnen vorzubeugen suchen. Dies gilt namentlich bei der Blutvergiftung und sichert allein unfehlbaren Erfolg.

Hier ein Beispiel. Es hat jemand beim Beschneiden eines Hühnerauges an der Zehe ein wenig die gesunde Haut verletzt, so daß ein Tropfen Blut austritt. Unter normalen Verhältnissen würde das Blut an der Luft sehr bald gerinnen, es würde sich ein schützender Schorf bilden, unter dem der Heilungsprozeß ungestört von statten ginge. Nach einigen Tagen,

sobald sich neue Haut gebildet hätte, würde der Schorf abfallen und die Wunde wäre geheilt. Was geschieht nun aber statt dessen oft? Der Tropfen Blut wird abgewischt und ruhig Strumpf und Schuh angezogen. Die Wunde ist ja zu unbedeutend, meint man, als daß man deswegen Umstände machen sollte. Nun reibt sich aber die verletzte Stelle an den rauhen Fasern des Strumpfes bis zur Entzündung wund, Schmutz von Zehen und Strümpfen und Schweiß und Staub von außen und die allgegenwärtigen Bakterien dringen nicht nur ungehindert in die Wunde ein, sondern werden sogar von der Fußbekleidung gewaltsam hineingetrieben. Bald entsteht Eiterung und der Anfang der Blutvergiftung ist da. Befand sich gar im Strumpfe eine giftige Farbe, so geht dieser Prozeß natürlich noch schneller vor sich.

Natürlich sind immer solche Verletzungen die gefährlichsten, bei denen gleich bei ihrer Entstehung schädliche Stoffe eingeführt wurden. Also sind verrostete Nägel schlimmer als ganz reine; faulige Holzsplitter sind gefährlicher als frische. Aber auch diese anfänglich ungünstigen Momente kann man beseitigen, wenn man von vornherein die einfachsten Vorsichtsmaßregeln einleitet. Es muß nämlich jede, auch die kleinste und scheinbar unbedeutendste Wunde sofort gut ab- und ausgewaschen und dann gegen ferneres Eindringen von Schmutz oder Bakterien luftdicht abgeschlossen werden. Bei den meistens in Betracht kommenden kleinen Verletzungen genügt stets ein Stückchen einfacher Verband- oder Heftpflaster. Es ist dies eine so mühelose Vorbeugungsmaßregel, daß man gar nicht begreift, wie es immer noch Leute geben kann, die sie vernachlässigen und sich dadurch einer Lebensgefahr aussetzen. Man kann dies dadurch erklären, daß unter hundert solcher Verletzungen neun- undneunzig gut ablaufen und die Leute in ihrer Achlosigkeit und Bequemlichkeit bestärken. Es sollte sich doch aber jeder auch bei der geringsten Verletzung die furchtbaren Folgen und Todesqualen vor Augen halten, denen er sich durch Außer-

achtlassung jener einfachen Vorsichtsmaßregel preisgibt. Auch in der Gesundheitspflege belohnt es sich aufs schönste, wenn man selbst in den kleinsten Dingen gewissenhaft ist!



Haushalt.



Das färben der Ostereier. Zum Färben der Eier wählt man selbstverständlich nur solche Farbstoffe, die vollkommen giftfrei sind. Man tut eines der nachstehend genannten Mittel in klares Wasser, läßt es 5 Minuten darin kochen und legt erst dann die zum Färben bestimmten Eier hinein, die etwa 8 Minuten darin sieden müssen. Das Einreiben mit Speckschwarte gibt den Eiern schönen Glanz.

Um rote Eier zu erhalten, gibt man etwas Fernambukholz oder auch gepulverte Cochenille in das Wasser. Blaue Schalen werden durch Lachmus mit einem Körnchen Soda, grüne Schalen durch frischen Spinat erzielt. Getrocknete Malvenblüten geben dunkelgrüne Eier. Safran verleiht den Schalen eine schöne gelbe Farbe. Krapp färbt die Eier braun. Will man sie hellgelb haben, so fügt man dem Kochwasser etwas Zwiebel- oder Mandelschale hinzu. Brennesselwurzeln machen die Eier leuchtend-zitronengelb. Gesprenkelte Eier bekommt man dadurch, daß man zausige Seidenfasern fest um die Eier bindet und mitkochen läßt.

Bereitet man eine Farbbrühe von Fernambukholz und klebt auf die Eierschalen kleine, in Figuren geschnittene Zwiebelschalen, so werden die in solcher Weise gekochten Eier gelbe Figuren auf rotem Grunde zeigen.

Gefochte, blaue Eier kann man durch Betuschen mittelst einer in Essig getauchten Gänsefeder mit hübschen roten Figuren schmücken.

Verschiedene Ostereierfarben, das bekannte Mikadopapier und andere Hilfsmittel zur geschmackvollen Ausschmückung der Eier, sind in besseren Spezereiwarenläden und Droguerien erhältlich. Die Gebrauchsanweisung liegt in der Regel bei. Aus „Eierspeisen“.



Küche.



Kochrezepte.

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

Englische Rhabarbersuppe. 5–6 junge, frische Rhabarberstengel werden geschält, in Stücke zerschnitten und in 1–1½ Liter kräftiger Fleischbrühe gekocht, indem man eine mäßig große

Zwiebel und einige geröstete Brotscheiben, sowie etwas Pfeffer und Salz hinzufügt. Man schäumt die Brühe ab und läßt sie so lange kochen, bis die Rhabarberstücke völlig weich sind, worauf man die Suppe durch ein Sieb streicht und über gerösteten Semmelwürfeln anrichtet.

Gitz-Ragout. Zeit 1 Stunde. 1 Kilo Hals, Brust, Leber und Nieren, 50 Gr. Fett, 1 Zwiebel, 1 Karotte, 1 weiße Rübe, 1 Kochlöffel Mehl, 3 Deziliter Fleischbrühe, 2 Eßlöffel saurer Rahm, Zitronensaft, Salz. — Das Fleisch in Vorlegstücke zerschneiden, mit den zerschnittenen Zwiebeln und dem Gemüse in dem heißen Fett angebraten, das Mehl darüber gestreut und zugebedet. Nach 20 Minuten die Fleischbrühe und den Rahm dazu geben und unter Umrühren noch vollends gar dämpfen. Die Zutaten müssen das etwas fade Fleisch kräftiger machen.

Aus „Gritli in der Küche“.

Rinderbraten auf Jägerart. Nachdem man etwa 1 Kilo mürbes Fleisch aus einem von Knochen und Haut befreiten Rippenstück tüchtig geklopft hat, so daß es wie ein großes Beefsteak aussieht, bereitet man ein Nührei aus 1—2 Eiern, 250 Gr. würfelig geschnittenem, magerem rohen Schinken, etwas gehacktem Schnittlauch und streicht es auf das mit Pfeffer und Salz gewürzte Fleisch. Man rollt letzteres so zusammen, daß es die Form eines länglichen Brotes erhält, umbindet es mit Bindfaden, belegt es mit Speckscheiben und brät es in Butter, worauf man die Sauce entfettet und mit kräftiger Fleischbrühe nebst etwas Zitronensaft aufkocht.

Sauerampfer à la crème. Nachdem man den Sauerampfer von den Stielen gestreift und gewaschen hat, wirft man ihn in siedendes, schwach gesalzenes Wasser, läßt ihn 10 Minuten kochen, gießt ihn ab, kühlt ihn in frischem Wasser und läßt ihn auf einem Sieb abtropfen. Hierauf wird er fein gehackt, während man 30 Gr. Stößbrot in 90 Gr. heißer Butter gelb röstet; dann gibt man den Sauerampfer hinzu, dünstet ihn kurze Zeit damit und gießt etwas fetten sauren Rahm an, verkocht das Gemüse unter beständigem Umrühren einige Minuten darin. Dann salzt man es und legiert es mit 1—2 in süßem Rahm zerquirkten Eidottern. Man gibt zu Sauerampfergemüse Lammskoteletten, gedämpftes oder gebratenes Lammfleisch, verlorene Eier, gebratene Kalbsmilch und dergleichen.

Reis im Ofen. Auf 1 Tasse gewaschenen Reis, 1 Prise Salz, etwas Zucker, rechnet man 6 Tassen voll Milch. Eine feuerfeste Platte wird erwärmt, gebuttert, der Reis und alle Zutaten hineingegeben und 1 Stunde oder länger in den Ofen gestellt, bis sich eine schön gelbe Rinde oben und am Rande bildet. Warm oder kalt servieren.

Kohl auf vegetarische Art. Die gewaschenen Kohlköpfe werden halbiert, vom Strunk und harten Rippen befreit, fein nudelartig geschnitten und in einer verschließbaren Kasserole mit etwas heißem

Wasser und Speckwürfeln zirka $\frac{1}{4}$ Stunde gut gedünstet. Dann wird eine feingeschnittene Zwiebel, Salz, etwas heißes Wasser und Zitronensaft beigefügt und der Kohl zugedeckt auf kleinem Feuer langsam gar gekocht. Nach dem Anrichten wird das Gericht noch mit einigen Tropfen Maggisi-Würze gekräftigt; es schmeckt besonders gut, wenn es im Selbstkocher zubereitet wird.

Spargel en petit pois, auf französische Art. Man wählt hierzu grüne, nicht sehr dicke Spargel, puzt sie, schneidet sie, soweit sie zart sind, in erbsengroße Stückchen, kocht dieselben in wallendem Salzwasser einmal auf, seigt sie ab und dünstet sie in einem Kasserol mit etwas frischer Butter über gelindem Feuer unter häufigem Umschwenken weich. Man würzt sie mit Salz, einer Prise Zucker und etwas Muskatnuß, bestäubt sie mit Mehl, gießt Fleischbrühe zu und dämpft sie noch ein wenig damit durch.

Kalte Sago Speise. 125 Gramm blanchierter Sago werden in $\frac{1}{2}$ Liter kochendem Wasser mit einem Stückchen frischer Butter und einer kleinen Prise Salz dick gekocht; sobald der Sago halb gar ist, schüttet man nach und nach $\frac{1}{2}$ Liter Weißwein an, tut 100 Gr. Zucker, an dem man vorher die Schale einer kleinen Zitrone abgerieben hat, hinzu, quillt die Masse recht steif aus, schüttet sie in eine mit Wein ausgespülte oder mit Mandelöl bestrichene Form, am besten in eine Melonenform, und läßt die Speise im Kalten mehrere Stunden erstarren. Man stürzt sie aus, spickt sie über und über mit geschälten, in dünne Streifen geschnittenen Mandeln und verzert sie außerdem mit eingemachten Kirschen oder Johannisbeergelee.

Ostereier mit Pralinémasse. Frische Eier werden vorsichtig an ihrer Spitze geöffnet, entleert, etwas ausgebrochen und sauber gereinigt. Inzwischen kocht man auf gelindem Feuer 250 Gr. feingesiebten Zucker mit 125 Gr. kleinwürfelig geschnittenem Zitronat und 6 Eßlöffeln voll Wasser auf, gibt nach 10 Minuten 250 Gr. geriebene Schokolade und 250 Gr. gewiegte süße Mandeln unter stetem Rühren hinzu und füllt die ziemlich steife Masse in die Eierschalen, die man bis zum Erkalten aufrecht hinstellt.

Zimttorte. 250 Gr. Zucker und 250 Gr. rohe, mit etwas Rosenwasser gestoßene Mandeln werden mit 12 Eidottern recht schaumig gerührt, worauf man 24 Gr. gestoßenen Zimt, die abgeriebene Schale einer Zitrone, 70 Gr. feingeschnittenes Zitronat und zuletzt den steifen Schnee von 6—8 Eiweißen hinzumischt und die Torte in einer gut ausgestrichenen Form bei mäßiger Hitze langsam bäckt. Sie wird schließlich mit einer Zimt- oder Wasserglasur überzogen.



Ostereier-Spruch.

Ostereier' darf heul' nicht ruhn,
Hat ganz schrecklich viel zu tun,
Denn die Mädchen und die Knaben
Wollen bunte Eier haben.

Krankenpflege.

Ein bedeutender Londoner Nervenpezialist veröffentlicht in einer englischen medizinischen Zeitschrift seine Ansicht in Bezug auf die verschiedenen Arten von **Kopfschmerzen**. Jeder Kopfschmerz hat seine Ursache und diese läßt sich sofort an der Art oder vielmehr am Sitz der Schmerzen erkennen. Empfindet man einen unangenehmen Druck in der Stirn über den Augen und hat dabei über Schwindelanfälle und Appetitlosigkeit zu klagen, so ist weiter nichts als ein verdorbener Magen die Ursache. Eine kleine Hungertur ist hier das beste Mittel. Ist der Schmerz in der Stirn sehr heftig und von Fiebererscheinungen begleitet, dann ist eine schlimmere Krankheit im Anzuge und man tut am besten, einen Arzt zu Rate zu ziehen. Ohne Fieber, Schwindel zc. deutet ein andauernder Schmerz in der Stirne darauf hin, daß mit der Lunge etwas nicht in der Ordnung ist. Hat man häufig über Schmerzen im Hinterkopf zu klagen, so ist es nötig, die Leber untersuchen zu lassen, da man dadurch langwierigen Krankheiten vorbeugen kann. Ein stechender, bohrender Schmerz zeigt Blutarmut an, während heftiges, einseitiges Kopfschmerz stets ein Zeichen von hochgradiger Nervosität ist und sich nur durch einige Stunden Ruhe in völliger Stille und Dunkelheit lindern läßt. Sitzt der Schmerz ganz oben im Kopf, so daß man das Gefühl hat, als ruhe einem ein Zentner auf der Schädeldecke, dann kann man mit größter Sicherheit annehmen, daß geistige Ueberanstrengung die Ursache ist. Treten die Schmerzen mit kurzen Unterbrechungen auf und ziehen sich durch den ganzen Kopf, so sind sie rheumatisch und infolge von Erkältungen und Zugluft entstanden. Hier hilft nur Warmhalten des Kopfes und ein tüchtiges Schweißbad. W.

Gartenbau und Blumenzucht.

Ein Vergleich der verschiedenen Arten von Gefäßen für den Balkon wird immer zugunsten des **Holzkastens** ausfallen, in dem sich die Erde am besten frisch erhält und in dem die allem Wind und Sonne ausgesetzten Pflanzen am besten gedeihen. Die Luft, die für die Wurzeln so notwendig ist, kann durch das Holz durchdringen. Ton ist zwar auch porös, Holzgefäße haben aber vor Tongefäßen den großen Vorzug, daß man sie viel leichter aus einem Raum in den andern befördern und daß man sie auch in eine Form bringen kann, die der Form des Balkons angepaßt ist. Man kann aus Holz größere und zusammenhängendere Gefäße herstellen und das ist für die Pflanzenkultur sehr wichtig. Je größer die Gefäße sind, desto weniger, und je kleiner sie sind, desto schneller trocknet die Erde aus. Auf den zugigen, allen Luftströmungen ausgesetzten Balkons trocknet die Erde so wie so schon viel zu schnell aus. Der Holzkasten aber in jeder Größe trocknet

verhältnismäßig am wenigsten aus. Weiter kommt hinzu, daß die Sonne, die die Gefäße bescheint, auf Holz lange nicht eine so große Wirkung ausübt, wie auf Ton zc. An heißen, trockenen Tagen kann es vorkommen, daß die Wurzeln in den erhitzten Tontöpfen geradezu verbrennen, während sie in Holzkästen frisch und gesund bleiben. Also: Wind und Sonne schaden den Pflanzen in den Holzgefäßen lange nicht so viel, als den Pflanzen in Tongefäßen.

Tierzucht.

Milch und Hafer waren von altersher die populärsten und auch richtig angewandt die besten **Nahrungsmittel zur Aufzucht von Kücken**. Wenn aber doch nicht immer Erfolge damit erzielt wurden, so war gewiß die Art und Weise der Verabreichung dieser Futtermittel ein wichtiger Faktor dabei. Durch die Firma **Witschi A.-G.** in Zürich kommt nun neuestens ein Futtermittel, „**komplettes Milchersatzmehl**“, in den Handel, welches bereits bei der Aufzucht und Mast von Jungvieh, Ziegen, Schweinen, Hunden und Kaninchen mit gutem Erfolg benützt wurde. Da dasselbe in der Hauptsache aus Milch und Hafer besteht, so ist anzunehmen, daß es auch in der Geflügelzucht, besonders bei der Aufzucht, mit gleichem Erfolg könnte angewandt werden. Um aber die Sache gleich von Anfang an richtig und mit Aussicht auf Erfolg anzupacken, bedarf es auch eines zweckentsprechenden Futter- resp. Trinkgeschirrs.

Ein Trinkgeschirr zur Verabreichung von Milch oder Milchersatz an kleine Kücken soll so beschaffen sein, daß es leicht zu reinigen ist, daß eine Verunreinigung des Inhaltes durch die Kücken unmöglich ist, daß sich die Kücken nicht naß machen können und daß es den Kücken möglich ist, den Inhalt bis auf den letzten Tropfen zu erreichen. Es soll aber auch nicht teurer sein und doch solld. Alle obigen Vorteile bietet das **Kücken-Trinkgeschirr** von H. Hauser in Pfundweid-Kempten in vollem Maße und ist dieses daher ein empfehlenswertes Geräte für jeden Geflügelzüchter.

Neueste Untersuchungen haben ergeben, daß bei Fütterung von Erdnuß-Weichfutter und Brot die Eier von Hühnern im verschlossenen Raum für Trinkeier verwendet werden können, was bisher nur bei Freilauf möglich war.

Frage-Ecke.

Antworten.

22. Die Obst- und Weinbauschule Wädenswil, oder die landwirtschaftlichen Schulen Strickhof in Zürich, Plantahof in Landquart, geben auf solche Anfragen den **Obstbau** betreffend, kostenlos Antwort. Holen Sie sich also Belehrung an der richtigen Quelle. Abonnentin.

23. Die Filiale der Firma A. G. Ofenfabrik Sursee, Langstraße 6, Zürich, dient Ihnen auf Wunsch gerne mit Preislisten für Kochherde. Die Firma Derimann & Cie., Mercatorium, Bahnhofstraße 51, Zürich, soll speziell sparsam brennende Kochherde für Kohlen und Holz führen und kombinierte Herde für Kohlen- und Gasfeuerung.
Marie.

24. Lesen Sie die Antwort auf Frage 12 in Nr. 5 des Ratgebers.
Abonentin.

25. Die vegetarische Küche verzichtet auf die Verwendung von Fleisch. Sie beschränkt sich auf Gemüse, Obst aller Art, Bodenfrüchte, auch Mehl- und Eierspeisen kommen auf den Tisch. Ganz rigorose Vegetarier genießen nur Kohlkost, trinken keine Milch, essen keine Eier. In der Regel wird nur Butter zum Kochen verwendet; man würzt auch nur wenig. Ich habe die Erfahrung gemacht, ohne Vegetarierin zu sein, daß man sich ohne Fleisch ausgezeichnet nähren kann, nur muß man seinen Tisch dabei nicht gar zu mager besetzen. Ich möchte fast behaupten, daß gerade die Vegetarier die eigentlichen „Feinschmecker“ sind.
Melante.

26. In meinem Kochlexikon, der sonst auf alle Küchenfragen Antwort gibt, finde ich die genannten Rezepte nicht. Das läßt der Vermutung Raum, daß sie vielleicht unter anderem Namen in der Küchensprache existieren — aber unter welchem? Ich denke, es wird Ihnen irgend eine andere Abonentin besser entsprechen können als
Anna.

27. Wenden Sie sich an die Firma Forster & Altorfer, Müttschihaus, Theaterstraße 4, Zürich. Sie finden dort ein sehr schönes Lager in Linoleum.
Zürcherin.

27. Ich habe es von jeher sehr vorteilhaft gefunden, Böden mit Linoleum belegen zu lassen; sie geben bedeutend weniger Arbeit, als wenn sie gewischt werden müssen. Unsern Bedarf decken wir gewöhnlich bei der Firma Meyer-Müller, Stampfenbachstraße 4, Zürich. Diese altbekannte Firma hält ein großes Lager in diesem Artikel.
Frau A.

Fragen.

28. Würde mir jemand aus dem werten Leserkreise aus Erfahrung mitteilen, wie man sämtliches neues Koch-, Back- und Bratgeschirr anbraucht? Hauptsächlich Eisenpfannen, Zinn, Messing, Guß, Aluminium, Email u. s. w. Ferner auch Kuchen- und Tortenformen. Wie ich mir denke, kann man nicht alles Geschirr vor dem Gebrauch gleich behandeln. Kann man vielleicht bezügliche Anleitung in Kaufläden haben? Für gütige Auskunft dankt zum voraus bestens
Eine Abonentin.

29. Mein kleiner Garten, der sich nicht für Gemüsebau eignet, soll mir möglichst viele Gartenkräuter liefern zu Suppen und Saucen. Was pflanze ich noch neben Petersilie, Schnittlauch und Gartenkresse? Wie verwendet man Estragon

Thymian u. c.? Kauft man die Sämereien in jeder Samenhandlung und wann ist die Zeit des Säens in etwas wenig besonntem, aber geschütztem Gartenrev'er? Für guten Rat dankt freundlich
Viola.

30. Kann man irgendwo eine Anleitung zur sachgemäßen Besorgung der feineren und größeren Wäsche bekommen? Ich finde, gerade dieser Punkt wird in den Anleitungen zur Führung eines Haushalts zu wenig gründlich behandelt.
Eine Lernbegierige.

31. Wie kann man Kanarienvögel von Läusen befreien? Für gütigen Rat dankt im voraus bestens
Abonentin in Davos.

32. Wo bekommt man Hafermehl in prima Qualität? Es darf nicht vom feinsten sein, da mein Mann dieses nicht liebt. Auch eine gute Bezugsquelle für Tapioka möchte ich in Erfahrung bringen! Wir brauchen namentlich von ersterem sehr viel in unserem Haushalt und wären froh, wenn uns von Zeit zu Zeit eine kleine Sendung gemacht werden könnte.
Hausfrau im Süden.

33. Gibt es kein anderes Mittel als das Brennen, um die Haare schön lockig zu machen und längere Zeit so zu erhalten? Die Haare unserer Kleinen sehen trotz energischem Bearbeiten mit der Bürste immer so steif und widerspenstig aus. Um gütige Ratschläge bittet
Eine eitle Mama.

Kaufen Sie
Ihrer jungen Frau
Ihrer Braut
Ihrer Tochter
Ihrer Schwester
Ihrer Freundin
Ihrem Dienstmädchen
die Bücher:

Gritli
in der
Küche
von Emma Coradi-Stahl.
Bestes, genauestes und billigstes
Kochlehrbuch der Neuzeit.
Zu beziehen beim Verlag des
„Schweizer Frauenheim“ in
Zürich, durch den Kommissions-
verlag Buchhandlung Rascher
& Cie. in Zürich, sowie durch
alle Buchhandlungen (Preis
kartoniert Fr. 2.80, elegant
Leinwand Fr. 3.80), wo auch
der erste Teil

Wie Gritli
haushalten
lernt

in 3. Auflage stets vorrätig ist
(brosch. Fr. 1.50, elegant Lein-
wand Fr. 2.—).