

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

**Band:** 16 (1909)

**Heft:** 8

**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:** 31.03.2025

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



# Hauswirtschaftlicher Ratgeber.

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

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

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

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

N<sup>o</sup>. 8.

XVI. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
24 Nummern.

Zürich, 10. April 1909.

Schick nicht ins Leben spähend deine Blicke,  
Das Glück erwartend mit der Sehnsucht Pein;  
Bau dir zum Glück mit eigener Hand die Brücke,  
Beglücke du, so wirst du glücklich sein.



## Hauswirtschaft in Amerika.

Von Anna Naeff-Gsell.

(Nachdruck verboten.)

Was ist die Ursache, daß die Besorgung der Hausarbeit unsern europäischen Hausfrauen so viel schwerer fällt, als ihren Schwestern in Amerika?

Die Baumeister und Architekten sind wohl in erster Linie dafür verantwortlich zu machen, wenn sie Gebäude mit unpraktischer Einrichtung erstellen. Aber auch das vielverbreitete Vorurteil unserer Gesellschaft, welches jede gröbere Hausarbeit verpönt, ist zum größten Teil schuld daran.

„Arbeit hatte sie geadelt und sie adelte die Arbeit“, sagt Armus Semper von seiner Hilde. In Amerika herrscht nun die vernünftige Ansicht, daß keine Arbeit schändet. Trotzdem die Frau des Mittelstandes dort alle häuslichen Verrichtungen

selber vornimmt, bleibt sie die geachtete Herrin des Hauses. Wie ist es aber möglich, stets ladylike zu bleiben, trotz aller Arbeit, seine Gesundheit zu erhalten, vor allem, nicht neurasthenisch zu werden?

„Gut eingerichtet, ist halb gearbeitet“, sagt ein altes Sprichwort. Auf die zweckmäßige Einrichtung kommt es auch im Haushalt hauptsächlich an. In allen amerikanischen Häusern liegt das Schlafzimmer neben der Küche. In größern Häusern sind zwei Küchen nebeneinander zu finden. Im Sommer steht der erste Kochraum neben dem Schlafzimmer leer, um dasselbe kühler zu lassen. In der zweiten, der sog. Sommerküche, steht der Gasherd; in Einfamilienhäusern führt von dort eine Türe direkt in den Hof. Aber auch ohne Gas-einrichtung im Hause ist es leicht und angenehm zu kochen, z. B. auf dem Kohlenherd, der immer zum Gebrauch bereit ist und auf dem das Feuer nie ausgeht. Jeden Abend vor dem Zubettgehen wird auf das vorhandene Feuer ein Eimer Kohlen geschüttet, die auf der Herdplatte einen Berg bilden. Am nächsten Morgen sind die Kohlen eingesunken und das schönste Feuer ist bereit, um das Frühstück zu kochen;

man muß also mit dem täglichen Feueranmachen keine Zeit verlieren. Heißes Wasser ist auch stets in der Wohnung vorhanden. Hinter oder neben dem Kochherd befindet sich ein großer, zylinderförmiger Behälter, der mit Wasser automatisch gefüllt und durch das Herdfeuer erwärmt wird. Aus diesem Behälter wird das Badewasser mittelst Röhren ins Badezimmer geleitet. Am Wäschetag werden die an der Wand in der Küche sich befindenden, mit Deckel versehenen Waschröge aufgeklappt und mit Wasser gefüllt. Sind die Tröge geschlossen, so können sie als Tisch dienen. Jede Woche, am Montag, wird in der amerikanischen Haushaltung gewaschen, jeden Dienstag geplättet. So ist die Arbeit des Waschens und Plättens nicht gefürchtet und bald erledigt. Viele amerikanische Hausfrauen besorgen ihre Wäsche ohne Hilfe. Weil sie Wasch- und Kocheinrichtung beieinander haben, können sie beides überwachen und ermüden sich nicht durch das Treppauf- und Treppabgehen.

Punkt 12 Uhr ist Lunchzeit. Dann kommt der Hausvater, wenn sein Bureau nicht zu weit entfernt ist, nach Hause und die Kinder aus der Schule. Im Esszimmer, das keinem andern Zwecke dienen muß, ist der Tisch immer gedeckt. Nach jeder Mahlzeit wird er aufs neue in Ordnung gebracht, alles Nötige darauf gestellt und mit einem Sarlatanschleier zugedeckt. Es sieht hübsch aus, wenn das Glas- und Silbergeschirr unter dem duftigen Gewebe hervorblüht. — Eine Viertelstunde vor der Essenszeit zieht die Hausfrau ein sauberes Hauskleid an, um den Gatten zu empfangen.

Nach der Mahlzeit wird die Küche aufgeräumt, dann entweder nötige Einkäufe besorgt oder auch eine Handarbeit vorgenommen.

Um 6 Uhr ist die Zeit des Dinners, welches wiederum die Familie gemütlich um den Tisch vereint. Beefsteak, Eier, Thee sind bald zubereitet, einige Kartoffeln oder irgend ein Büchsengemüse munden herrlich dazu.

Nach dem Dinner bleibt der Hausherr in der Regel zu Hause. Für die Familie kommt jetzt die Zeit der Erholung und geselligen Vereinigung. Im anstoßenden Parlour oder Besuchszimmer, wo bequeme Schaukelstühle zum Nichtstun einladen, verstreichen bei Musik oder Lektüre im Nu die Abendstunden. Dadurch, daß die Hausfrau jetzt nicht mehr arbeitet, sondern sich erholt und ausruht, sammelt sie Kräfte für die Arbeit des folgenden Tages.

Am nächsten Morgen gehts frisch und munter ans neue Tagwerk. Bevor der Hausvater an die Arbeit geht, besorgt er den Fleischeinkauf für das Mittagmahl. Er wird sicherlich vom Metzger besser bedient, als wenn ein Kind oder ein dienstbarer Geist das Fleisch einholen würde. Vor dem Frühstück sind schon Bäcker und Milchmann erschienen und haben ihre Produkte in dazu bestimmte Gefäße vor der Haustüre, die auf eine Veranda geht, untergebracht.

Zwischen 8 und 9 Uhr kommt täglich der „Grocer“ (Spezereihändler), um Bestellungen für den Tag aufzunehmen. Im Zeitraum von einer Stunde wird die Ware ins Haus geliefert, so daß sie zur rechten Zeit für die Mittagmahlzeit eintrifft. Alles geht am Schnürchen. Die amerikanische Hausfrau muß nicht hasten und jagen und ihren Kopf übermäßig anstrengen, da sie an den Händlern selbst Gehilfen hat, die sie an alles Nötige erinnern. Wie schwer ist es oft für uns Schweizerhausfrauen, alle Ingredienzen zu einer Mahlzeit bereit zu halten. Wenn man keinen dienstbaren Geist zur Verfügung hat, kommt man leicht in Verlegenheit. In Amerika hat jedes größere Geschäft seinen Wagen oder Fourgon, der bereit ist, auch ein zweites Mal zu fahren, falls man etwas vergessen hat.

Eine Arbeit, mit der hierzulande zu rechnen ist, ist die Besorgung der Böden. Parkettböden brauchen, so schön sie sind, große Sorgfalt. Manches junge Mädchen hat schon beim Blochen Schaden an seiner Gesundheit genommen. Diese ermüdende Arbeit bleibt der Amerikanerin erspart,

denn ihre Böden sind durchwegs mit Teppichen belegt, die Küche mit Linoleum. Jeden Tag werden mit der leicht zu handhabenden Teppichbürste, die in neuester Zeit auch bei uns Eingang gefunden hat, die Teppiche bearbeitet. Jährlich einmal werden sie aufgenommen und einer Reinigungsanstalt übergeben.

Noch ein Wort über die Heizung im Winter. Man findet in Amerika meistens, auch in Einfamilienhäusern, die Zentralheizung. Im Keller oder Erdgeschoß ist ein großer Ofen angebracht, der mit Steinkohlen gespeist wird. In der Wohnung darüber wird, je nachdem ein Zimmer warm sein soll, der Schieber geöffnet, um die warme Luft einströmen zu lassen. Auch hier muß man es lernen, das Feuer zu erhalten; die Mühe des Heizens ist dann gering.

Außer der eingangs erwähnten unpraktischen Wohnungseinteilung und dem vielerorts herrschenden Vorurteil gegen die Hausarbeit möchte ich zum Schluß noch ein drittes Hemmnis nennen, das die leichte Erfüllung unserer häuslichen Pflichten erschwert. Es sind die Besucher, welche um 11 Uhr, wenn es Kochzeit ist, oder gleich nach Tisch erscheinen, wenn das Aufräumen noch nicht beendet ist.

Die Besuche werden in Amerika am Abend gemacht. Nach vollendetem Tageswerk ist man gerne bereit, Freunde zu empfangen und hat Zeit genug, sich mit ihnen zu unterhalten. In dem angenehmen Bewußtsein, nichts zu versäumen, ist man dem Besuche gegenüber lebenswürdiger als am Tage. Es bewahrheitet sich dabei so recht der Spruch: „Nach getaner Arbeit ist gut ruhn!“



### ↔ Der Zimmt. ↔

Der echte oder feine Zimmt, Kaneel, ist die innere, von der Oberhaut befreite Rinde des Zimmtbaumes, eines 6 bis 9 Meter hohen, auf Ceylon heimischen, neuerdings auch auf Java und in Südamerika angebauten Baumes mit glatten, leber-

artigen, 10—12 Cm. langen und 5 Cm. breiten, gewürzhaft riechenden Blättern. Er hat sehr wohlriechende Blüten und braunschwarze, weißgefleckte Früchte von der Größe einer Eichel, die viel ätherisches Öl enthalten und ein wohlriechendes, festes Fett liefern, das von den Eingeborenen zu Salben und Pflastern benützt wird.

Schon seit längerer Zeit bringt man von Ceylon und Java aus nur die Rinde junger Schößlinge des sorgsam kultivierten Baumes in den Handel, die sich durch feines und kräftiges Aroma auszeichnet. Die jungen, aus Samen oder Absenkern gezogenen Pflanzen werden reihenweise in lockeren, sandigen Boden eingesetzt und im dritten Jahre schneidet man die Spitze der Stämmchen ab, wodurch die Entwicklung von Schößlingen veranlaßt und große Büsche erzogen werden. Zweimal im Jahr, zur Zeit der lebhaftesten Saftströmung, werden die stärkeren Schößlinge abgeschnitten, die Rinde mit dem Messer in bestimmten Abständen geringelt, dann der Länge nach aufgeschlitzt und vom Holz abgelöst. Man schabt nun von diesen röhrenförmigen Rindenstücken die obere Haut ab und schiebt die Röhren der verschiedenen Zweige ihrer abnehmenden Dicke nach derartig in einander, daß Röhrenstücke von 120—140 Cm. Länge entstehen, die an der Sonne getrocknet und in Bündeln zu 100 Stück in Leinwand eingnäht und versandt werden.

Die einzelnen Rindenstücke haben die Dicke von starkem Papier, sind außen hell bräunlich, gelb bis bräunlich rot gefärbt, mit zarten, etwas helleren Längsstreifen, während die Innenseite eine dunkler braune Färbung zeigt. Sie sind spröde, leicht zerbrechlich, auf dem Bruch splitterig und faserig. Der starke, lieblich aromatische Geruch des Zimmets tritt besonders beim Zerbrechen oder Zerstoßen hervor; der Geschmack ist süßlich gewürzhaft, schwach brennend. Je stärker und dunkler der Zimmt ist, desto wertloser ist er, da diese geringeren Sorten auch einen viel weniger angenehmen, herben, stechenden und brennenden Geschmack besitzen.

Unter den verschiedenen in den Handel kommenden Sorten des echten Zimmets ist der Ceylonzimmt der beste; nach ihm kommt der Javazimmt, der nur ein wenig schwächer in Geruch und Geschmack ist. Der Cayennezimmt ist zum Teil noch mit der Außenrinde bedeckt, riecht und schmeckt stark und aromatisch, aber etwas schleimig und sieht mehr rotbraun aus. Der brasilianische Zimmt ist dunkel zimmetbraun, schmeckt scharf und schleimig und bildet meist flache  $2\frac{1}{2}$ —5 Cm. breite, längsrunzelige Rindenstücke.

Der Zimmt ist, in gehörigem Maß angewandt, eines der feinsten und angenehmsten Gewürze an Mehlspeisen, Backwerk, Saucen, Kompotten, Crèmes, Gelees, Liqueuren und Schokoladen etc. Auch findet das ätherische Zimmtöl in der Parfümerie und Liqueurfabrikation ausgedehnte Verwendung. Die Zimmt-Tinktur wie die Zimmetrinde werden in der Arzneikunde benützt. Man kaufe zum Ruchgebrauch den Zimmt von bester Sorte in ganzen Röhren und stoße ihn nach Bedarf selbst, da der gekaufte gestoßene oder gemahlene Zimmt häufig mit geringen Sorten und anderen wertlosen Bestandteilen verfälscht ist. — Neben dem echten Ceylonzimmt kommen noch verschiedene andere Zimmtsorten in den Handel, vor allem die Zimmtcassia oder der Cassiazimmt, braune chinesische oder indische Zimmt. Die Röhren sind einfach eingerollt, hart, dicker als der echte Zimmt, dunkel zimmetbraun, längsrunzelig und hervortretenden helleren, schiefverlaufenden Streifen, innen dunkler gefärbt, im Bruch eben und korkartig. Der Geruch ist schwächer als beim echten Zimmt, der Geschmack stark gewürzhaft, aber mehr herb als süßlich. In Europa wird der Cassiazimmt wegen seines billigen Preises weit mehr verbraucht, als der echte Ceylonzimmt.

Außerdem gibt es noch den sog. Mutterzimmt, sowie den Malabarzimmt, auch den schwarzen oder Nelkenzimmt von dunkelkastanienbrauner Farbe und nelkenartigem Geruch und heißend gewürzhaftem Geschmack, den weißen Zimmt oder Kaneel.

## Blumenschmuck für die Festtafel.

Wie reizende, gefällige Tafel-Arrangements lassen sich für alle festlichen Gelegenheiten aus selbstgezogenen, und wo dies nicht angängig, aus den in Gärtnereien erhältlichen frischen Blumen herstellen. Auch Wald und Wiese liefern uns schon früh im Jahr Material dazu. Zwei Faktoren sind aber unerlässlich: Schönheitsfönn und Geschicklichkeit müssen zusammenwirken. Mit den einfachsten Blüten und Zweigen lassen sich dann aber geradezu aparte künstlerische Wirkungen erzielen.

Blumen künstlerisch geschmackvoll arrangieren heißt, sie diskret verwenden. Deshalb wähle man einfarbigen, höchstens zweifarbigen Blumenschmuck. Die jetzige Morderichtung bevorzugt flache Tafel-Arrangements, doch wird man sich nie recht mit diesen befreunden können, besonders in großen Räumen sehen solche Ausschmückungen verloren, kompakt, ungraziös und gedrückt aus.

Wer praktisch ist, lasse sich beim Schreiner ungefähr 40 Cm. lange, 8 Cm. breite und 7 Cm. hohe Holzrinnen anfertigen, die beim Spengler mit Zinkeinsatz versehen werden. Man streicht diese Rinnen mit weißer Lackfarbe an und tönt das Ganze mit Goldbronze ab.

Auf diese Weise hat man moderne Gefäße, die den Vorzug haben, daß die mit Wurzeln ausgepflanzten Blumen sich darin vorzüglich halten, auf der Tafel wenig Platz und für die Füllung wenig Blumenmaterial beanspruchen und auch, zwischen Doppelfenster gestellt, den ganzen Winter hindurch, unser Auge erfreuen. Diese Rinnen mit je einer Reihe gleichmäßig hoher roter Tulpen ausgepflanzt und in gefälliger Anordnung auf die Tafel gestellt, sind sehr effektiv. Je zwei Schmetterlings-schleifen in Farbe der Blumen seitlich angebracht, erhöhen die Wirkung.

Für den Schmuck der Ostertafel kommen in erster Linie die Veilchen und Himmels-schlüsselchen, Leberblümchen, Weidenkätzchen und blühende und knospende Zweige zur

Verwendung, wenn man nicht frühzeitig Maiglöckchen dafür angetrieben hat. — Sträußchen aus diesen Blumen auf der Tafel in regelmäßigen Zwischenräumen hingelegt oder in kleinen Vasen neben jedes Gedeck gestellt, nehmen sich reizend aus. Der Tischläufer soll in der Farbe mit den Blüten harmonieren. Die Zweige ordnet man in hohen Vasen gefällig an und leitet schmales rosa oder grünes Band von den schlanken Blumengefäßen zum Ende der Tafel.

Ganz besonders hübsch nehmen sich die Maiglöckchen als Tafelschmuck aus. Hier ein Arrangement:

Eine mit Maiglöckchen und zartem Haarfarn gefüllte Kristallvase dient als Mittelpunkt, von welcher rechts und links zwei zierliche Farnranken ausgehen, deren Enden zwei auf die Vase zusteuernde große weiße Schwäne im Schnabel halten. Der hohle Rumpf der Schwäne wird mit Waldmoos gefüllt und aus diesem heraus wachsen Maiglöckchen. Zu beiden Seiten stelle man wieder kleinere, wie oben gefüllte Vasen, die wieder durch Farnranken verbunden werden, und fahre nun abtufend fort, bis am Ende der Tafel die Vasen nur noch 12 Cm. Höhe aufweisen. Über das Tafeltuch grazios verstreute Farnranken vervollständigen das Ganze.

Rote oder auch rosa langstielige, gefüllte Nelken, Flieder, Margarethen und Rosen erzielen gleichfalls, einheitlich in Vasen geordnet, reizende Effekte. Bei Verwendung von roten Rosen empfiehlt es sich, jeder Vase ein viereckiges, kantiggelegtes rotes Plüschdeckchen zu unterlegen. Auch elektrische Glühlampen in Farbe der Blumen dürfen diskret verwandt werden.

Auch in den einfachsten Verhältnissen sollte man es sich zur Pflicht machen, wenigstens an hohen Feiertagen durch Blumenschmuck unserm Tisch ein besonders festliches Gepräge zu geben. Die Natur bietet uns, zumal im Sommer, in verschwenderischer Fülle das Material dazu; wir brauchen es nur zweckmäßig zu verwerten.

S. Z.



### • Haushalt. •



Ein sehr sinniges Arrangement von weich gekochten Eiern für die Ostertafel ist folgendes: Man nimmt eine flache runde Schüssel, stülpt auf diese eine umgestürzte Untertasse, auf deren Mitte ein Osterhäuschen oder ein Kelchglas mit einem Strauß Frühlingsblüten prangt. Dann bestreut man Untertasse und Schüssel mit einer Salzschicht und steckt in diese die nur weiß oder hübsch bunt gekochten Eier terrassenförmig hinein, die Lücken werden mit krauser Petersilie ausgefüllt.

Im Haushalte wird verdünnte Schwefelsäure (mit Weizenschalen vermengt) zum Reinigen von metallenen Gefäßen benutzt. Die Säure löst die dünne Schicht des Oxids auf, welches die Oberfläche der Gefäße bedeckt und deren Glanz beeinträchtigt hat. Wasserflaschen, in denen sich mit der Zeit eine weiße Schicht von kohlensaurem Kalk angelegt hat, lassen sich sehr leicht mit etwas verdünnter Schwefelsäure reinigen. Die Mörteflecken auf neugelegten Platten werden durch Anwendung von Schwefelsäure entfernt. Die Schwefelsäure findet außerdem in der Medizin und ganz besonders in der chemischen Industrie eine ausgebreitete Verwendung; ohne sie wäre heutzutage die Herstellung vieler Stoffe überhaupt unmöglich. — Schwefelsäureflecken muß man sofort mit Ammoniak behandeln, sonst verursachen sie später Löcher in den Kleidern.

Fälschungen der Muskatnüsse sind leicht nachzuweisen, wenn man sie ins Wasser legt. Die gute Ware sinkt wegen ihrer Schwere zu Boden; die wurmförmigen Nüsse schwimmen auf dem Wasser und die künstlichen Nüsse, aus Ton und Gips nachgemacht, verlieren ihre Farbe.



### • Küche. •



#### Speisezettel für die bürgerliche Küche.

Montag: †Krautsuppe, \*Kalbsragout auf französische Art, gedämpfter Reis, konservierte Heidelbeeren.

Dienstag: Mehlsuppe, †falsche Austern, \*Brunnenkressengemüse Grieskroketten, Orangensalat.

Mittwoch: Erbsuppe, Eßigsfleisch mit Knöpfeln, gedünstete Birnen.

Donnerstag: Suppe mit verlorenen Eiern, †gebakenes Kalbshirn, †Löwenzahn, Osterpubbing.

Freitag: Pantermehlsuppe, \*Kartoffelfleischpastete, Kopfsalat, Rosinenschnitten.

Samstag: Ribelisuppe, Schafsbraten, gedörrte Bohnen, Apfelmus mit einer Kruste.

Sonntag: \*Kräutersuppe, \*Salm mit holländischer Sauce, †Hühnerragout, \*Brunnenkressensalat, Bratkartoffeln, †Ostfladen.

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

**Kochrezepte.**

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

**Kräutersuppe.** Für 6 Personen. Zutaten: 1 gehäufte Teller frische Kräuter, diese können beliebig zusammengestellt oder jedes allein verwendet werden. Es eignen sich Spinat, Körbels- kraut, Sauerampfer, junge Brennesseln, Hopfen- sprossen, als Zugabe, Petersilie, Zwiebelröhrchen, Schnittlauch, 30—40 Gr. süße Butter, 20—30 Gramm entfuchtetes Mehl, geröstete Brotwürfel, 1½—2 Liter gute Fleischbrühe, Muskat, 1—2 Eigelb, nach Geschmack mit Rahm. — Das Grün wird fein gehackt, Hopfensprossen nur kurz ge- schnitten, das Mehl wird in der flüssig gemachten Butter nebst dem Grünen einige Minuten ge- dämpft, mit der Fleischbrühe abgelöscht, 3—5 Minuten durchgekocht, unter Rühren an das ver- klopfte Eigelb gegossen und mit gelb und hart gerösteten Brotwürfeln übersät.

**Gedämpfter Salm.** Der Fisch wird gewürzt, ein wenig frische Butter, Fleischbrühe, Zitronen- saft, ein Stück Gelbrübe, eine Schalotte werden kochend gemacht, der Fisch hineingelegt und unter fleißigem Begießen, je nach Größe ½—¾ Stunden gedünstet. Größere Fische werden über dem Rücken mit Querschnitten versehen. Zu geringen Fisch- arten werden mehr Gewürze, wie Nelken, Pfeffer- körner, Petersilie, Lorbeerblätter gelegt, bei mageren Fischen wird mehr Butter beigegeben, bei fetten bleibt dieselbe ganz weg. Die kurz eingekochte Fischsauce wird durch ein Sieb auf die Butter darüber gegossen. **Illustrierte Reformküche.**

**Holländische Sauce.** Zeit 20 Minuten. 20 Gr. Mehl, 2 Eiblotter, 50 Gr. Butter, 4 Pfeffer- körner, 2½ Deziliter Fleischbrühe, Zitronensaft, Muskatnuß. — Man rührt das Mehl mit etwas kaltem Wasser glatt, gibt die weichgemachte Butter hinein und die übrigen Zutaten, zuletzt die warme Fleischbrühe. Man wählt gleich von Anfang dazu ein Email- oder Kochporzellan-Löffchen, das man nun auf das Feuer bringt. Auf kleinem Feuer und unter beständigem Schwingen mit dem kleinen Schneebesen läßt man die Sauce bis ans Kochen kommen. Kann sie nicht sofort serviert werden, stellt man sie in ein größeres Gefäß mit heißem Wasser (bain-marie). Feine Sauce zu jeder Art von Fischen. Aus „Brittl in der Küche“.

**Kartoffel-fleischpastete.** Zubereitungszeit 1½ Stunden. Für 6 Personen. Zutaten: 500 Gramm gekochte, kalte, mehligte Kartoffeln, 100 Gramm Fett, 2 Eier, Salz, Muskatblüte, 130 Gramm Mehl, 500 Gramm fein gehackter Kalbs- braten, etwas gestoßener Pfeffer, geriebene Zwiebel und ¼ Liter von den Kalbsknochen und Knorpeln gekochte, mit 20 Gr. Liebigs Fleisch-Extrakt ge- kräftigte Bouillon. — Zuerst reibt man die Kar- toffeln und knetet sie mit den Eiern, etwas Salz, 1 geriebene Zwiebel, 100 Gr. Mehl, 50 Gramm

Fett, etwas gestoßener Muskatblüte mit den Händen zu einer guten Knetmasse. Dann werden, je nachdem der Braten fett oder mager ist, 50 Gr. Fett mit etwas Zwiebel und 30 Gr. Mehl auf dem Feuer geschwigt, die Bouillon aus Liebigs Fleisch-Extrakt hinzugeführt und der feingehackte Braten mit etwas Pfeffer, gestoßener Muskatblüte und Salz durchgearbeitet, so daß er eine nicht zu weiche Fleischfarce gibt. Nun gibt man in eine mit Butter ausgestrichene Auflaufform die Hälfte der Kartoffelmehle, dann die Fleischfarce und darauf den Rest der Kartoffeln. Zuletzt bestreicht man die Pastete mit etwas geschmolzener Butter, bäckt sie im Ofen etwa 1¼—1½ Stunden und stürzt sie auf eine heiße flache Porzellschüssel.

Zu dieser Pastete schmecken Möhren oder Spinat sehr gut, ebenso eine Kapern- oder Sardinensauce.

**Kalbsragout auf französische Art.** 1 Kilo Kalbsbrust oder Bug wird in 4 Centimeter große Würfel geschnitten, diese in etwa 100 Gr. heißem Fett schön angebraten und dann herausgenommen. Im zurückbleibenden Fett werden 50—70 Gramm Mehl bräunlich geröstet, mit Fleischbrühe oder Wasser abgelöscht und aufgekocht. Das Fleisch wird wieder beigegeben, nebst Salz und Pfeffer, und mit 10—12 blanchierten kleinen Karotten oder einigen in Stäbchen geschnittenen gelben Rüben, einem Duzend glaciierter Zwiebelchen und einem Straußchen Petersilie, zugedeckt in ¾ St. auf mäßigem Feuer gar gekocht. Beim Anrichten entfernt man die Petersilie und schmeckt mit einem Gäßchen Maggi-Würze ab.

**Brunnenkressegemüse mit Milch.** Aus Butter und Mehl macht man eine helle Mehlschwitze, löst diese mit ½ Liter Milch, würzt mit Salz und Muskatnuß und läßt dies zu einer wohlgeschmeckenden Sauce aufkochen. Die Blätter der Brunnenkresse werden von den dicken Stielen gepflückt, tüchtig gewaschen und in der Sauce gedämpft. Zuletzt würzt man mit Zitronensaft und quirlt 1—2 Eigelb an das Gemüse.

**Brunnenkressensalat.** Ueber die gut ge- reinigte Kresse drückt man etwas Zitronensaft (eine halbe Zitrone genügt für 3—4 Personen), schwenkt darin die Kresse und läßt den Salat etwa ½ Stunde stehen. Vor dem Servieren gibt man etwas Tafelöl und Salz, nach Belieben etwas Zucker, aber ja keinen Essig darüber.

**Vexierostereier.** Man macht in der Mitte einer Anzahl von Hühnereiern eine kleine Oeffnung und läßt den Inhalt der Eier auslaufen. Die völlig leeren Schalen werden rein ausgespült. Hierauf bereitet man ein steifes Blancmanger, spült die Eierschalen nochmals aus und füllt sie gleich darauf mit der noch warmen Masse. Die Oeffnungen der Schalen werden hierauf mit Stückchen von Pergamentpapier, welche an den Rändern gummiert sind, verklebt, und die Eier auf ein Eierbrett gestellt, wo man sie ab und zu umbreht. Am folgenden Tage schält man sie ab und serviert sie auf einer Schüssel, wo sie die Täuschung wirklicher, geschälter Eier hervorrufen

Eine Vanille- oder Früchsauc kann dazu gereicht werden.

**Osterpudding.** 8 Eier, 150 Gramm Mehl, 100 Gr. Butter, 100 Gr. Zucker mit Vanillegeschmack,  $\frac{1}{2}$  Liter Milch. — Das mit Zucker vermischte Mehl wird mit der Milch sorgfältig angerührt und in einer Pfanne, in welcher vorher die Butter zerlassen wurde, auf dem Feuer gequirlt, bis ein steifer Brei entsteht. Dann läßt man ihn auskühlen, rührt ein Eigelb um das andere gleichmäßig dazu und zuletzt das zu steifem Schnee geschlagene Eiweiß. Nun wird diese Masse in eine oder zwei bereit gemachte Formen gegeben, welche aber nur halb voll sein dürfen und im Wasserbad eine Stunde gekocht. Wenn alles in einer Form ist, so muß der Pudding  $1\frac{1}{2}$  Stunden kochen. Der Teig kann auch mit Zitronenschale oder Zimt gewürzt werden. Der Pudding wird warm gestürzt und sofort mit süßer Sauc serviert.

Reformkochbuch von J. Spühler.



### Gesundheitspflege.



So wohlthätig die meisten Würz- und Gewürzstoffe auf die Verdauung und das Nervensystem im allgemeinen wirken, so sind sie nicht unter allen Umständen harmloser Natur, sondern müssen immer mit gewisser Vorsicht und Auswahl, in einem dem Organismus angepassten Maße angewendet werden. Denn Individuen mit empfindlichem, reizbarem Magen und Nervensystem dürfen sie entweder gar nicht oder nur in sehr beschränktem Grade in ihrer Diät verwenden. Auch ein relativ gesunder, kräftiger Magen kann durch Mißbrauch derselben allmählich schwer geschädigt und krank gemacht werden. Denn durch die fortwährende Ueberreizung der Magenschleimhaut muß nach kürzerer oder längerer Zeit eine Erschöpfung des Drüsenapparates, sowie eine Erschlaffung der Magenmuskulatur entstehen und als weitere Folge werden abnorme chemische Zerlegungen des Mageninhaltes, Magenkatarrh, Magenatonie, Magenverweiterung, nervöse Verdauungsstörung (Dyspepsie) mit allen ihren farbenreichen Bildern nicht ausbleiben. Außerdem verursacht die mit Eiweiß und Fett, sowie scharfen Gewürzen überladene Kost intensiven Durst, weil ihre chemische Umsetzung im Stoffwechsel sehr viel Wasser erfordert, das dann meist in Form geistiger Getränke, Bier, Wein eingeführt wird, ein Umstand, der nicht selten zum chronischen Alkoholismus verleitet.

Dr. H. Bötscher

„Wie erhält man seinen Magen gesund“.



### Kinderpflege und -Erziehung.



**Die Windpocken.** Diese häufige sonst aber ungefährliche Kinderkrankheit ist gekennzeichnet durch kleine rote Fleckchen, die zuerst am Rücken,

am Kopfe, dann im Gesichte und später am ganzen Körper vereinzelt auftreten. Auf diesen roten Flecken bilden sich Bläschen, die zuerst einen hellen, dann trüben Inhalt haben, bis sie abtrocknen und abfallen. Zumeist zeigt diese Erkrankung keine besonderen Anzeichen. Die erkrankten Kinder bleiben lustig, haben guten Appetit und kaum Fieber. Wenn solches auftritt, so steigt es auf  $38^{\circ}$  C und dauert höchstens einen Tag, um dann wieder zu verschwinden.

Man bringe die Kinder bis zum Abtrocknen und Abfallen der vertrockneten Pusteln ins Bett, verhüte das Kratzen der juckenden Pusteln, wobei es gut ist, gegen den Juckreiz Reizmehl auf die Haut zu stauben und gebe leichte Diät. Nach überstandener Krankheit soll das Kind 2—3 mal gebadet werden. Ungeimpfte Kinder sollen isoliert werden, da bei solchen die Windpocken, auch „Schafblattern“ genannt, einen schweren Verlauf nehmen können.



### Gartenbau und Blumenzucht.



J. Böttner schreibt in „Ballongärtnerei und Vorgärten“: Fuchsien lassen sich als Ampelpflanzen auf Balkonen, Veranden etc. sehr gut verwenden. Man kann dazu die gewöhnliche Fuchsn nehmen, die man nicht direkt in eine Ampel, sondern in einen aus Draht gefertigten Ballon pflanzt.

Diese Ballonkultur der Fuchsien ist vorbildlich für die Kultur von Ampelpflanzen überhaupt. Wir beschaffen uns im Frühjahr kräftige Fuchsien mit Topfballen, füllen zunächst in unsere Drahtgestelle eine Lage halbverrotteten Düngers (Kuhdünger oder auch alten Pferdebünger), legen die Wurzeln der Pflanzen darauf und füttern die Wurzeln in gut verrottetem Dünger ein, dann kommen wieder Pflanzen darauf und so fort, bis der Ballon gefüllt ist. — Die Fuchsien, die für diesen Zweck gut vorbereitet sein müssen, gedeihen in der Düngerpäckung, wenn sie stets feucht gehalten werden. Ein Versauern der Wurzeln, wie es sonst in feuchter Düngerpäckung eintritt, wird durch die lustige Beschaffenheit des Ballons verhütet und die Pflanzen werden mit einem Reichtum blühen, wie wir ihn in anderen Verhältnissen kaum finden, denn sie genießen selten so viel Luft, Licht und Nahrung, vereint mit einer stets gemäßigten Feuchtigkeit.

Es empfiehlt sich, für die Kultur von sämtlichen Ampelpflanzen, soweit es irgend angängig ist, eine Erde zu verwenden, die größtenteils aus halbverrottetem, speckigem, feuchtem Dünger besteht. In diese werden die Wurzeln leicht und fröhlich eindringen und wir haben nur noch für tägliches Gießen zu sorgen. Bei der Kultur der Ampelpflanzen müssen wir jedenfalls viel aufmerksamer sein, als bei der Kultur im Kasten.





## Tierzucht.

**Die Aufzucht der jungen Gänse.** Die junge Brut wird mit gekrümeltem Brote, feingehackten Nesseln und hartgekochten Stern gefüttert. Nach und nach geht man zu größerer Nahrung, wie geschälten und zerdrückten, gekochten und gesalzenen Kartoffeln, mit Grünem, Kleie oder Milch vermengt, über. Bei warmem Sonnenschein läßt man die kleine Schar auf gute Weide, wo sie mit Lust die Graspitzen abrupft. Man schütze die Jungen in der ersten Zeit vor Kälte und Regengüssen; wenn ihr Flaum durchnäßt wird, erkälten sie sich und gehen ein. Ebenso schädlich sind den jungen Gänschen die jungen Körner des abgeblühten Roggens, die sie sehr lieben. Reichliches Wasser ist den Gänsen Bedürfnis, aber erst wenn sie Federn bekommen, dürfen sie dasselbe aufsuchen. Sobald sie die Flügel schließen, ist keine besondere Pflege mehr nötig, man versäume aber nicht, sie morgens und abends noch zu füttern.

## Frage-Ecke.

### Antworten.

24. Aus wärmern Zonen kommenden oder sonst vollblütigen Personen dienen unsere Federbetten nicht. Anstatt der Federbetten gibt man Steppdecken und an Stelle der Federkissen fertigt man solche aus Kopshaar an und legt darüber mehrere Lagen Baumwollwatte, die man mit einigen Stichen festbestet (wie die Kopfpolster von Seegras). Diese Kopshaarkissen überzieht man wie die Federkissen; sie erzeugen weniger Hitze im Kopf und gewähren angenehmeren Schlaf.

Abonnentin in L.

29. Gedörrte Kastanien werden über Nacht eingeweicht, am Morgen geschält, mit kaltem Wasser und Salz aufgesetzt und 2—3½ Stunden gekocht. Wenn nicht ein Stück Fleisch beigelegt wird, bedarf es natürlich einer Zugabe von Fett. Gießen Sie so viel Wasser an, daß es bei ruhigem Kochen eingekocht ist, wenn die Kastanien weich sind. Im Selbstkocher werden sie sehr gut.

Martha.

30. Vielleicht enthält Ihr Bratfett Bodensatz, was das Fett sehr gerne zum Schäumen bringt beim Einlegen des Backwerks. Bringen Sie solches möglichst trocken in das Fett. Das Fett muß rauchheiß gemacht werden, bevor z. B. Fische eingelegt werden; wo dies nicht beachtet wird, kommt das Fett sehr gern zum Schäumen.

Köchin in B.

31. Wie ich höre — wir selber machen das Gas nutzbar — ist das Glätten mit Spiritus insofern empfehlenswerter als das Glätten mit Kohlen, als die Handhabung sauberer ist, aber der Spiritusgeruch ist nicht viel angenehmer und gesünder für die Glätterin, als die Ausbünstung der Kohlen.

Emmy.

32. Ich nenne Ihnen nachstehend einige Menüs, die mir aus meinen letzten Ferien erinnerlich sind und fast durchweg Anerkennung bei den Gästen fanden: 1. Einlaufsuppe, Rindsbraten, Kartoffelcroquettes, Käsepastetchen, Spinat, Brotpudding. 2. Gerstensuppe, Zunge in Sauce, Maccaroni, Beefsteaks, gebratene Kartoffeln, Kopfsalat, Erdbeertorte. 3. Gemüsesuppe, Fische mit Mayonnaise, Schweinsbraten, Bohnen, Kirschoufflé. Geben Sie so viel als möglich Obst, frisches gedämpftes und Dessert in Verbindung mit Beeren und Früchten. Nur nicht zu viel schweres Backwerk, namentlich am Abend. Ich hoffe, Sie werden von anderer Seite bessere Auskunft erhalten, als von

Lisy.

32. Das Lexikon der Küche, herausgegeben vom Verlag Weber in Leipzig, umfaßt in seinen zwei Bänden nicht nur alle Gerichte, die in der bürgerlichen und feinen Küche gekocht werden, sondern es gibt auch Menüs für alle Tage des Jahres. Die Bücher kosten meines Wissens 20 Mark, dürften sich aber bald bezahlt machen.

Anna.

33. Wenn Ihre Berliner Pfannkuchen breit und wie Sie sagen doch luftig werden, ist wohl der Grund darin zu suchen, daß sie zu dünn ausgegallt sind. Ich walle den Teig bis zu einer Dicke von 2 Cm. aus. Dann steche ich die Kuchen mit einem kleineren Weinglase aus. Wenn sie schön aufgegangen sind, so fange ich an zu backen. Daß die Pfanne während dem Einlegen vom Feuer genommen und erst wieder aufs Feuer gesetzt wird, wenn sie obenauf schwimmen, werden Sie wissen?

Köchin in B.

### Fragen.

34. Kann man Parkettböden wirklich unbeschadet einmal im Jahr aufwaschen?

Abonnentin in B.

35. Schon oft hörte ich vom Selbstkocher bekam aber noch nie einen zu Gesicht. Wäre eine Abonnentin so freundlich, mir denselben zu beschreiben (Preis etc.) und zu sagen, ob einer Haushaltung von 2—4 Personen damit gebient wäre? Unterzeichnete ist Lehrerin, hat einen weiten Schuh, weg und somit ist die Möglichkeit ausgeschlossen in so kurzer Zeit (1½ Stunden) ein gehöriges Essen zubereiten zu können. Was ist nicht vorhanden.

Abonnentin.

36. Meine Freundin, ein junges Fräulein, hat ihre letzte Wäsche nach der vielgerühmten neuen Methode mit Persil gewaschen, ganz nach Vorschrift, nur daß sie sie vorher in gutes Seifenwasser einweichte, was nach ihrer Meinung doch unmöglich schaden konnte. Als sie aber die Wäsche aus dem Kessel zog, o weh! da waren die Flecken ganz eingebraunt. Was gibt es nun für Mittel, die, ohne die Stoffe zu sehr anzugreifen, sie wieder rein machen? Für gütigen Rat ist sehr dankbar

Harriet.

**Frauen u. Mädchen** sind von der eminenten Wirkung von Groliohs Heublumenseife überzeugt