

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

**Band:** 21 (1914)

**Heft:** 10

**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:** 16.03.2025

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



Redaktion:  
Lina Schläfli  
Zürich.

Schweizerische Blätter für Haushaltung, Küche, Gesundheits-, Kinder- und Kranken-  
pflege, Gartenbau und Blumentultur, Tierzucht.

Expedition, Druck und Verlag von W. Coradi-Maag, Zürich 4.

Abonnementspreis: Jährlich Fr. 2. —, halbjährlich Fr. 1. —. Abonnements nehmen die Expedition, Schöntalstraße 27,  
und jedes Postbureau (bei der Post bestellt 10 Cts. Bestellgebühr) entgegen.

N<sup>o</sup>. 10. XXI. Jahrgang.

Erscheint jährlich in  
26 Nummern.

Zürich, 9. Mai 1914.

Wer in den Knospen Blüten sucht  
Und in den Blüten schon die Frucht,  
Der hühet selber seine Eil,  
Ihm wird nicht Blüt' noch Frucht zu teil.

L. Schmitt.



### Die Küche im Mai.

Von U. Burg.

(Nachdruck verboten.)

Unsere Küche verfügt zwar schon seit Februar über schöne rosafarbene, im Geschmack sehr feine zarte Rhabarberstengel, aber die Hochsaison dieses erfrischenden Gerichts fällt doch erst in den Monat Mai, ganz besonders, wenn es sich um die Herstellung von Rhabarber-Marmelade handelt. Denn der vollständig ausgewachsene kräftige Rhabarber eignet sich besser zu diesem Zweck, als der junge, künstlich getriebene, da dieser zu wasserhaltig ist. Zu große Vorräte von Rhabarber-Marmelade einzumachen, ist aber nicht ratsam, weil sie sich, trotz geeigneter Aufbewahrungsräume, doch nicht so lange hält, wie andere Obst-Marmeladen. Wenn die Stengel geschält und in Stücke geschnitten sind, wiegt man sie, wobei man

auf je  $\frac{1}{2}$  Kilo Rhabarber 500—620 Gr. Zucker rechnet. Den Zucker taucht man in kaltes Wasser und gibt ihn nebst dem Rhabarber, dem Saft einer halben Zitrone, der feingehackten Rhabarberschale und 5 bis 6 Gr. geschälten, feingehackten bitteren Mandeln in eine Messing- oder Emailpfanne. Wasser dazu zu geben ist nicht nötig, da der Rhabarber Flüssigkeit genug abgibt. Unter fortwährendem Rühren wird alles recht langsam zum Kochen gebracht, wobei man abschäumt und dann die Masse soweit einkochen läßt, bis ein auf einen Porzellanteller geträufelter Tropfen sofort geleeartig erstarrt. Die Marmelade wird sofort in gut vorbereitete Porzellan- oder Glasdosen oder in Steintöpfe gefüllt. Manchmal gibt man auch, nach englischem Vorbild, auf 500 Gr. Rhabarberstücke die feingehackte Schale von 1— $1\frac{1}{2}$  Orangen und drei in Scheiben geschnittene, von den Kernen befreite Früchte nebst 400 bis 500 Gr. Zucker bei. Oft wird in der englischen Küche auch ein Stück Ingwer mitgekocht, welche Zugabe die Haltbarkeit der Marmelade erhöht.

Eine Nebenbuhlerin in der Beliebtheit für Küche und Tafel besitzt der Rhabarber

im Monat Mai in der unreifen Stachelbeere, die beliebter ist und mehr verwertet wird, als die reife. Man gibt die gut gepuhten, gewaschenen und abgetrockneten Beeren in kaltes Wasser, fügt (auf 500 Gr. Beeren) eine Messerspitze doppeltkohlensaures Natron dazu, läßt alles zehn Minuten kochen, worauf man die Beeren mit dem Schaumlöffel herausnimmt, abtropfen läßt und nun erst mit wenig frischem Wasser fertig zu Kompott verkocht. Erst nachdem die Beeren weich genug sind, süßt man sie (wobei man für Leute mit schwächerem Magen die weich gesottene Früchte durch ein Sieb streichen und das Kompott als Püree servieren kann). Von diesem Brei, gesüßt und mit Wasser vermischt, oder nach Gefallen mit etwas Wein, kocht man mit Hilfe von Kartoffelmehl, Maismehl, Grieß, Sago oder Sago-mehl, auch einen dicklichen Fruchtflammeri, den man in Porzellanschalen oder Formen gießt, kalt und steif werden läßt und mit Milch oder mit Vanillesauce reicht. Ein sehr erfrischendes Gericht für heiße Vorkommertage!

Der Gemüsemarkt stellt sich willig unter die Herrschaft des Spargels. Wer nicht über eigene Spargelbeete verfügt oder den Spargel direkt vom Gärtner kauft, muß darauf bedacht sein, stets möglichst frischen Spargel zu erhalten. In Wasser „aufbewahrter“ wird leicht wasserfaul, eher ist noch das Aufbewahren in einem in kaltes Wasser getauchten und wieder ausge-rungenen Leinentuch anzuraten. Die Kopfblättchen liegen bei frischem Spargel noch dicht an, bei älterem Spargel sind die Blättchen loser, und sobald sich beim Druck mit dem Finger ein klebriger, weißlicher Saft zeigt, hat schon die Zerfetzung begonnen.

Spargelpudding ist ein ganz vorzüglicher Zwischengang bei festlichen Gelegenheiten. Man nimmt dazu dünnen oder mittelstarken Spargel, schält ihn und schneidet die oberen Teile in 2 Cm. große Stücke. Auf 50—60 Stangen Spargel rechnet man 150—170 Gr. Butter, die man schaumig rührt. Nach und nach gibt

man, bei immerwährendem Rühren, 3 bis 4 verquirte Eier, 1—1½ Obertassen Mehl, 3—4 Eßlöffel feingehackten Schinken, Salz, Pfeffer, etwas Milch oder Rahm und die Spargelstücke dazu, so daß ein lockerer Puddingteig entsteht, den man in die mit Butter ausgestrichene, mit geriebener Semmel bestreute Puddingform füllt. Der Pudding muß 1¾—2 Stunden im siedenden Wasserbade kochen, dann wird er ausgestürzt und beim Anrichten mit brauner Butter übergossen. Auch kann man weichgekochten, abgetropften, in ungefähr 4—5 Cm. lange Stücke geschnittenen Spargel nebst gehacktem gekochtem Schinken lagenweise in eine mit Butter fett ausgestrichene Auflaufform schichten. Die eingepackten Lagen übergießt man mit einer Mischung von 3—4 schaumig gerührten Eiern, 3—4 Löffel Milch oder Rahm, feingehackten Kräutern und Champignons, Salz und weißem Pfeffer, bestreut die Oberfläche mit geriebener Semmel, beträufelt sie mit zerlassener Butter, schiebt die Form in den mäßig heißen Ofen und läßt die Oberfläche mäßig goldgelb backen. Der Auslauf wird in der Form serviert.

Im Mai beginnt die Saison der Krebse.

Auf dem Fischmarkt sind die Maifische (Allsen) und die frischen Flundern sehr beliebt. Für die opulente Tafel kommen auch frische Bachforellen in Frage.

Ende des Monats wird das Pfingstfest gefeiert, welches im Gegensatz zu Weihnachten und Ostern keine traditionellen Speisen (auch keine traditionellen Kuchen) hat. So nimmt man denn zum Pfingstbraten, was die Jahreszeit bietet, junge Gans oder Ente oder frisches Rehwild, denn mit Mai hat die Schonzeit auf Rehböcke ihr Ende erreicht. Aber eine echte Pfingstbowl hat man hiezulande: den Maitrank, der mit wirklichem, echtem, im Walde gewachsenen duftig-aromatischem Waldmeisterkraut angefertigt wird.

Dabei sei daran gemahnt, daß man stets nur solches Waldmeisterkraut verwenden darf, das noch nicht geblüht hat, denn sobald es blüht, verflüchtigt sich das eigenartige Aroma. Das richtige Ansehen der

Maibowle ist nicht leicht, besonders soll der Waldmeister nicht zu lange im Weine ziehen. Geschlagener, zu klarem Sirup geläuterter Hutzucker, leichter, aber ganz reiner Weißwein, und das Kraut seien sämtlich von bester Beschaffenheit.



### Zum Kapitel des Tierschutzes.

Der erwachende Frühling lockt an schönen warmen Tagen alt und jung hinaus in Flur und Wald, wo sie sich an den alten und doch immer wieder neuen Reizen des Lenzes ergötzen. Freudig wird jeder sprossende und grünende Busch, jedes noch so einfache Blümchen begrüßt, weil sie die ersten Zeichen des wiedererwachenden Lebens in der Natur sind. Aber auch in der Tierwelt regt sich neues Leben. Die Finken und Amseln lassen wieder ihren schönen Schlag erschallen, die anderen Sänger kehren zurück, beziehen ihr altes Heim oder bauen ein neues. Hervorgelockt durch die Sonnenstrahlen, schwingen sich Schmetterlinge in der Luft, im Grase zeigen sich Schnecken und Käfer, in Gräben und Wasserläufen wimmelt es förmlich von jungen Fischen, Fröschen und Larven in allen Stadien und Größen. Da das Gras noch nicht hoch und das Laub noch nicht sehr dicht ist, so spielt sich dies neue Leben fast ganz offen vor aller Blicke ab. Besonders die liebe Jugend ist es, die ein scharfes Auge für all diese Vorgänge hat. Da gilt es denn, diesen Trieb zur Beobachtung und Verfolgung aller neuen Erscheinungen in die richtigen Bahnen zu lenken.

Ist ein Junge sich selbst überlassen, so wird er in den seltensten Fällen die ihm zu Gesichte kommenden Tiere vorsichtig und mit Teilnahme beobachten, sondern er sucht sie zu fassen oder niederzuschlagen, ohne jede Überlegung. Wie viele Roheiten und Quälereien kommen dabei vor! Kein Schmetterling, kein Käfer, kein Frosch, keine Eidechse, kein Wurm, kein Ameisenhaufen ist sicher vor der Verfolgungs- und Zerstörungssucht der Knaben.

Nun würde es in den meisten Fällen vollständig verkehrt sein, solche Unarten und Grausamkeiten ohne weiteres zu strafen. Man wird meist finden, daß die Kinder aus Unkenntnis und Gedankenlosigkeit Tiere quälen. Man muß deshalb das Interesse der Kinder wecken, indem man sie anleitet und ihnen hiezu die nötigen Erklärungen gibt. Wie interessant ist es z. B., den Ameisen zuzusehen, wie sie sich gegenseitig helfen, wie tapfer und ausdauernd sie einen Feind, ob groß oder klein, ob stark oder schwach, angreifen, wie vorsichtig sie seinen Waffen ausweichen. Viel größere Geduld und Vorsicht erfordert die genauere Beobachtung der Vogelwelt. Aber auch das Wenige, das man bei vorübergehender Betrachtung erblickt, wird genügen, die Knaben vor dem Zerstören der Nester abzuhalten, wenn ihre Teilnahme bis zum Wohlwollen ausgebildet wird.

Auf einen Punkt soll aber noch ganz besonders hingewiesen werden. Die meisten Verfolgungen haben die Tiere zu erdulden, die nach der landläufigen Meinung schädlich oder giftig sind, ohne es in Wirklichkeit zu sein. Wir haben nur ein giftiges Tier, vor dem man sich hüten und das man töten muß: die Kreuzotter. Von den meisten Menschen wird aber alles Getier, das auf dem Bauche kriecht, für schädlich und giftig gehalten und unbarmherzig verfolgt. Der Unterricht in der Schule kann hier nicht allein zum Ziele führen, wenn er nicht durch Anleitung zur Beobachtung im Freien von Lehrern oder Eltern unterstützt und fortgesetzt wird.

Ist in den Kindern die Neigung zur Tierwelt geweckt, dann liegt eine andere Gefahr nahe, sie wollen sammeln: lebendig für ein Aquarium oder Terrarium, tot für Schmetterlings- und Käfersammlungen. Das darf nicht geduldet werden, oder nur unter sachkundiger Aufsicht. Wie gedankenlos und grausam werden Käfer, Raupen, Salamander u. a. m. in Flaschen, Dosen und Büchsen eingesperrt und diese fest geschlossen, so daß die Tiere selten lebend nach Hause gebracht werden. Und kommen



sie wirklich lebend an, so fehlt oft jede Einrichtung für eine passende Unterkunft; das Interesse nimmt auch bald ab und die Tierchen kommen langsam um. Die Entschuldigung, die Tiere könnten im Hause besser beobachtet werden, ist nicht stichhaltig, da ein Tier in der Gefangenschaft, wo ihm die wichtigsten Lebensbedingungen fehlen, sich nicht in seinem natürlichen Wesen zeigen kann.

Schule, Familie und Tierschutzvereine müssen zusammenwirken, um den Kindern begreiflich zu machen, wie unrecht es ist, Tiere zu peinigen, oder ihnen die Freiheit und das Leben zu nehmen. Daß durch eine rücksichtsvollere Beobachtung der Natur und menschlichere Behandlung der Tiere der Verrohung der Jugend wirksam entgegengearbeitet werden kann, beweist die Tatsache, daß in England, wo der Tierschutz stark verbreitet ist, seit Jahren die Zahl der jugendlichen Verbrecher abnimmt. Zur Erreichung dieses Zieles auch bei uns sollte jedermann freudig mithelfen. Namentlich die Frauenwelt versäume nicht, ihren Einfluß dahingehend geltend zu machen.

T.



### Amerikanischer Obstbau.

Nachdruck verboten.

Das nordamerikanische Tal Hood River im Staate Oregon ist durch seinen Obstbau berühmt. Speziell seine Äpfel haben Weltruf. Es hat Jahre gebraucht, bis die Züchter zu der heute angewandten Methode der Behandlung und Verpackung der Äpfel gekommen sind und heute noch trachtet man fortwährend nach Verbesserungen.

Das Hood River-Tal hat viel Ähnlichkeit mit schweizerischen Tälern. Die Berge, die es umschließen, der tobende Bergfluß gleichen Namens, der das Tal durchzieht, der breite, majestätische Columbia-Strom, der an der Stadt Hood River vorbei dem stillen Ozean zufließt, erinnert uns lebhaft an das liebe Vaterland.

Südlich von der Stadt hält der Mont Hood Wache über das Tal. Der einzelnen

dastehende Hüter nimmt sich zwar recht einsam aus, wenn man an die schneebedeckten Gebirgsketten der Schweiz denkt. Das Tal ist ausschließlich mit Obstbäumen bepflanzt; weitaus der größte Teil mit Äpfelbäumen. Solche Obstgärten, die ungenügend sorgfältig behandelt werden, in ihrer vollen Blüte zu sehen, ist ein Anblick, den man nicht leicht vergißt. Wenn die Äpfel so groß sind wie eine gut entwickelte Nuß, werden sie verdünnt, damit während des Wachstums keiner den andern berührt.

Im Laufe des Sommers wird 3—5 Mal ein feiner Regen über die Bäume und Äpfel gesprüht. Das Wasser enthält die Lösung eines bestimmten Giftes, das die Eigenschaft hat, die Würmer zu töten.

Im Herbst, wenn die Äpfel reif sind, werden sie von Hand gepflückt, sorgfältig in einen Korb und von da in die bereitstehenden Kisten gelegt. Die letzteren müssen jeden Abend in das Äpfelhaus oder in die Scheune gebracht werden. Dort werden die Äpfel alle nach Größe, Farbe und Qualität sortiert. Oft werden fünf bis sechs verschiedene Qualitäten ausgesondert. Äpfel, die eine Beule bekommen haben, werden als Kochäpfel in die naheliegenden Städte geschickt zum sofortigen Verbrauch; wurmfressige dürfen laut gesetzlicher Vorschrift gar nicht auf den Markt kommen. Diese wandern nach der Essigfabrik. — Die guten Äpfel werden einzeln in ein Papier gewickelt, das die entsprechende Größe besitzt und das nur zu diesem Zweck hergestellt und verwandt wird. Dann packt man sie in die Versandkisten. Alle Äpfel jeder Kiste müssen die gleiche Größe haben und womöglich die gleiche Farbe. Dann werden die Kisten zugenagelt und mit dem Namen des Züchters abgestempelt. Auch die Nummer des Packers und die Anzahl der Äpfel wird angegeben. Ein guter Packer kann in einem Tag 50—100 Kisten packen. Nach Fertigstellung werden die Kisten nach dem Warenhaus der Gesellschaft gebracht, durch die die Äpfel verkauft werden. Von dort bringt man sie in Eisenbahnwagen, die bei warmem Wetter mit Kühlvorricht-

ungen versehen sind, und verschickt sie nach den verschiedenen Ländern.

Sehr viele von den sogen. „Yellow Newtowns“-Äpfeln kommen nach Deutschland und England.

Mit der Eröffnung des Panamakanals werden noch viele andere Länder Abnehmer dieser berühmten Äpfel werden.

Abonnentin in Hood River.



**Auffrischen polierter Möbel.** Zuerst befreit man die Möbel vom Schmutz, indem man sie mit lauwarmem Wasser unter Beigabe von etwas Salmiakgeist und einem weichen Tuche abwäscht und gründlich nachtrocknet. Dann löst man etwas Salz in feinem Öl auf, taucht einen Wattebausch oder einen Korken hinein und reibt damit eine kleine Stelle der Politur ein. Diese Stelle wird dann mit einem trockenen Wattebausch kräftig nachgerieben, bis sie schön glänzt. Auf diese Weise wird der ganze Gegenstand nach und nach poliert. Auch mit Milch kann poliert werden.

**Der Kampf gegen die Motten.** Sobald uns die wärmeren Tage zwingen, die Winterkleidung abzulegen, denkt die vorsorgliche und sparsame Hausfrau mit Schrecken an unangenehme Gäste, die Motten, und nimmt sofort den sich jedes Jahr wiederholenden Kampf mit diesen unscheinbaren und doch viel Unheil anrichtenden Tierchen auf. Die meisten Hausfrauen beschränken sich darauf, Wolle und Pelzwerk im Mai sorgfältig zu verpacken. Sie wissen nicht, daß die Motten ihre Eier im August in Kleidungsstücke und Möbel legen, aus denen nach zirka 10 Tagen die Mottenraupen auskriechen. Diese zerstören die Stoff-Fasern und richten vom August bis zum Frühjahr durch ihre ungeheure Freßlust den größten Schaden an. Im April verpuppen sie sich und fliegen dann im Mai als Motten umher. Die Hausfrau muß also ihr Hauptaugenmerk darauf richten, im August durch tägliches Abklopfen die Eier und Mottenraupen von Möbeln und herumhängenden Kleidungsstücken zu entfernen, während sie im Mai die fliegenden Motten wegzufangen sucht, wo sie sich zeigen. Alle Behälter, also Kisten oder Schränke, die gegen Motten zu schützende Sachen aufnehmen sollen, müssen zuerst ausgeschwefelt werden. Das geschieht, indem man einen alten Blechteller hineinstellt, auf dem man einige Schwefelfäden anzündet und den Behälter einige Stunden fest verschlossen stehen läßt. Dann klebt man ihn mit Zeitungspapier aus. Nun erst legt man die Sachen, in ein großes Laten

geschlagen, hinein und verteilt dazwischen kleine Säckchen mit Kampfer und gemahlenem Pfeffer. Ein gutes Mittel gegen Motten ist auch der Geruch von Fuchtleber, dessen Abfälle man beim Sattler erhält und zwischen Pelzwerk verteilt. Wintermäntel und -kleider hebt man in einem dazu bestimmten Schrank auf Bügeln auf, weil sie auf diese Weise am besten die Form behalten. Sie werden mit einer Leinwandhülle versehen, in die Taschen und Ärmel legt man Kampfersäckchen. Auch können sie so mühelos zum Klopfen herausgenommen werden. Vor allem vergesse die aufmerksame Hausfrau nicht, auch ihren Flickkasten gegen Motten zu schützen, denn es kommt häufig vor, daß man einen Flicker, der dringend gebraucht wird, hocherfreut hervorholt und ihn dann ganz und gar von Motten zerfressen findet. — Das beste Mittel gegen Mottenschaden ist das wiederholte Lüften und Klopfen der in Frage kommenden Gegenstände. In diesem Falle sind Beigaben von Kampfer- und Pfeffersäckchen überflüssig. F.



#### Speisezettel für die bürgerliche Küche.

- Sonntag:** Pilzsuppe, † Huhn in eigener Sauce, † Spargelgemüse mit Schinken, Gemischter Salat, \* Vargauertorte.
- Montag:** Spinatsuppe, † Überzogenes Rindfleisch, \* Grießtaler, Zwetschgen.
- Dienstag:** Einlaufsuppe, Beefsteak, \* Grüne Nudeln, † Feiner Rhabarberkuchen.
- Mittwoch:** Geröstete Grießsuppe, \* Gefülltes Kalbsherz, Karotten mit Erbsen, Orangensalat.
- Donnerstag:** Prinzess-Suppe, \* Gedünstetes Schweinefleisch, Petersilien-Kartoffeln und \* Krautstengel.
- Freitag:** Grünkernflockensuppe, \* Gebackene Flundern, Kopfsalat, Neue Kartoffeln, † Raramel-Röpfchen.
- Samstag:** \* Suppe aus geriebenem Milchbrot, Geschnezelte Leber, † Krautkoteletten, \* Rhabarbermais.

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 wasserverdünnten Sirup, und zu sauren Speisen durch Zitronensaft ersetzt werden.

**Suppe aus geriebenem Milchbrot.** Man kocht eine kräftige Pflanzenbrühe mit Kräutern und Wurzeln, Petersilie, Lauch, Sellerie, Karotten, auch etwas Rohl. Hat die Brühe eine Stunde gekocht, wird sie abgeseiht und wenn sie wieder kocht, zwei Milchbrötchen hineingegeben und etwa 10–15 Minuten mit einem Stück Butter gekocht. Die Suppe wird mit Eigelb legiert. Aus „Vegetarische Küche.“



**Gebäckene Flundern.** Ein frischer Fisch wird ausgenommen, geschuppt, von Flossen und Kiemen befreit und in Stücke zerschnitten; kleinere Fische läßt man ganz. Dann reibt man sie tüchtig mit Salz ein, stellt sie zwei Stunden beiseite, trocknet sie ab, wendet sie in geschlagenem Ei und Brosamen, bäckt sie in Butter, heißem Öl oder zerlassenem Speck und garniert sie mit ausgebackener Petersilie.

**Gefülltes Kalbsherz.** Zeit 2 Stunden. 1 Kalbsherz, 30 Gr. Fett, 1 Kochlöffel Mehl, 1 Zwiebel, Petersilie, 2 altbackene Brötchen, 2 Eier, 2 Löffel Rahm, 2 Dezil. Fleischbrühe, Salz, Gewürz. Das Herz wird rein gewaschen und alles Blut entfernt, von oben etwas ausgehöhlt und mit einer Farce gefüllt und zugenäht. Dann wird das Herz in einer Rastrolle in Fett gelb angebraten, mit Mehl bestäubt, Zwiebel, Petersilie, event. Schwämme hineingegeben und mit der Fleischbrühe zugedeckt langsam weich gedünstet. Zuletzt wird der Rahm beigefügt.

Aus „Gritli in der Küche“.

**Gedünstetes Schweinefleisch.** Für 3 Personen: 500 Gramm Schweinefleisch,  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser,  $\frac{1}{2}$  Eßlöffel Salz, Sellerie, Lauch, Gelbrübe, Zwiebel,  $\frac{1}{2}$  Zitrone,  $\frac{1}{2}$  Glas alkoholfreies Weißwein. Nicht zu fettes Schweinefleisch vom Löffel oder Rücken wird mit Salz eingerieben, mit den geschnittenen Sellerie, Lauch, Gelbrübe, Zwiebel und Zitrone auf Feuer gestellt und so viel heißes Wasser zugegossen, bis das Fleisch davon bedeckt ist. Nun läßt man das Fleisch gut zugedeckt langsam weich dünsten, bis nur noch wenig Saft ist. Dieser wird passiert, mit etwas Wein vermischt, das Fleisch noch einige Minuten darin gedünstet und zu Salzkartoffeln angeordnet. Zubereitungszeit: 1 Stunde.

Aus „Gr. Schweizer. Kochbuch“.

**Grüne Nudeln.** 2 Eier, Salz, etwas lauwarmes Wasser und übriggebliebenes Spinatgemüse werden mit dem nötigen Mehl zu einem festen Nudelteig verarbeitet, den man  $\frac{1}{2}$  Stunde ruhen läßt. Nachher wälzt man ihn messerrückendünn aus und läßt ihn etwas trocknen. Man schneidet kleinere Kuchen davon, bestreut sie leicht mit Mehl, rollt sie locker zusammen und schneidet mit einem scharfen Messer ganz feine Nudeln, siedet diese in reichlich kochendem Salzwasser und nimmt sie heraus, wenn sie obenauf kommen. Man bestreut sie lagenweise mit geriebenem Parmesankäse, übergießt sie mit brauner Butter und gerösteten Brosamen oder (wie es die Italiener tun) mit einer guten Tomatensauce. Die Nudeln müssen ganz grün aussehen. Man ißt sie in Italien als Minestra besonders gerne.

Aus „Bruschga“ von Frau Wiget-Thoma.

**Krautstengel (Mangold).** 2 Kilo Krautstengel, 80 Gr. Fett, 2 Deziliter Wasser, 20 Gr.

Mehl, wenig Zwiebel, wenig Muskat und Salz. Die gewaschenen Stengel werden in 2 Zentimeter lange Stücke geschnitten und mit  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser und Salz zugedeckt auf Feuer gegeben. Sie ziehen ziemlich Wasser und werden im eigenen Saft weich gekocht. Im heißen Fett dämpft man das Mehl und die Zwiebeln, gibt das Salz über die Stengel und würzt noch mit ganz wenig Muskat. Man läßt die Stengel etwa  $\frac{3}{4}$  Stunden kochen und wenn sie am Schluß noch eine zu wässerige Sauce haben, so deckt man sie ab und läßt sie so sämig kochen, oder richtet sie über gebäckene Brotschnittchen an. Eine gute Zugabe ist der Saft einer Zitrone, besonders wenn das Mehl braun geröstet wird.

**Rhabarbermais.** (Für 6 Personen.) 1 Kilo Rhabarber, 2 Dezil. Wasser, 500 Gr. Zucker, 200 Gr. Mais. Die Rhabarberstengel werden gewaschen, ganz fein geschnitten und mit dem Wasser und Zucker auf Feuer gebracht. Hat der Rhabarber etwa 5 Minuten gekocht und genügend Saft gezogen, so rührt man den Mais hinein und läßt alles unter öfterem Rühren noch  $\frac{1}{2}$  Stunde kochen. Dann wird die Masse in eine kalt ausgespülte und mit Zucker ausgestreute Form gefüllt und zum Erkalten beiseite gestellt. Will man sie stürzen, so stellt man die Form etwa 5 Minuten in heißes Wasser.

**Rhabarberkalttschale.** 750 Gr. Rhabarberstengel, 500 Gr. Zucker,  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser,  $\frac{1}{2}$  Liter Milch. Man bereitet ein Rhabarbermus und quirlt, wenn es erkaltet ist, die kalte Milch darunter und gibt nach Belieben noch gebäckene Brotschnitten hinein.

„Reformkochbuch“ von J. Spühler.

**Margauer- oder Rübliorte.** Zeit 2 Std. 250 Gr. Zucker, 250 Gr. Mandeln, 250 Gr. geriebene gelbe Rüben, die feingeschnittene Schale und der Saft einer Zitrone, 5 Eier, 1–2 Löffel Rum oder Rirschwasser, 1–2 Löffel Kartoffelmehl oder Maizena. Zucker und Ei gelb eine halbe Stunde schaumig rühren, die geriebenen gelben Rüben dazugeben und nochmals tüchtig rühren. Dann die übrigen Zutaten, zuletzt den Eierschnee beifügen, die Masse in ein gut mit Butter bestrichenes, mit Mehl bestäubtes Blech einfüllen und die Sorte bei mäßiger Hitze eine Stunde backen.

Aus „Gritli in der Küche“.

**Maitrank-Essenz** (um auch im Winter Bowle machen zu können). 6 Büschel Waldmeister werden mit den Wurzeln gewaschen, in eine Schüssel gelegt, mit 1 Liter alkoholfreiem Weißwein (Meilener) übergossen und über Nacht stehen gelassen. Dann werden  $1\frac{1}{2}$  Pfund Zucker in Stückchen zerschlagen, mit dem Kräuterwein übergossen, wenn der Zucker aufgelöst, ein paarmal aufgekocht, in Flaschen gefüllt, gut verschlossen und gut aufbewahrt. Aus „Wie kocht man ohne Alkohol“.

## Gesundheitspflege.

**Sonnenbrand** bekommen die Menschen, wenn an ultravioletten Strahlen reiches Licht intensiv auf ihre Haut einwirkt. Es sind eben die Lichtstrahlen, nicht, wie man früher annahm, die Wärmestrahlen, welche zu der Rötung und Schwellung im Gesicht, am Nacken, an den Schultern, Armen, am Handrücken führen. Das geschieht gewöhnlich im Sommer an heißen, sonnenreichen Tagen.

Es kann aber auch in kalten Regionen, auf hohen Bergen zu derselben Folge kommen, wenn viel Schnee auf ihnen liegt, wenn die weißen Gletscher von den auf sie fallenden Sonnenstrahlen die ultravioletten in besonders reichem Maße reflektieren. Wenn man hier die Anomalie als „Gletscherbrand“ bezeichnet, tut das der Identität der Affektionen keinen Abbruch.

Dieselbe Entzündung sieht man übrigens auch, wenn Menschen sich sehr lange intensiv leuchtendem, elektrischem Bogenlicht oder dem therapeutisch verwendeten Eisenlicht respektive Quecksilberlicht aussetzen. Stets ist es dieselbe Lichtentzündung der Haut.

Der Sonnenbrand, der eine heftige, oft bis zur Blasenbildung sich steigende Hautentzündung darstellt, schwindet bald unter Schuppung der Haut und unter Zurücklassung einer dunklen Färbung, die aber auch nicht lange anhält. (Dr. Jessner.)

## Krankenpflege.

Die erste Hilfe bei den verschiedenen Arten von Vergiftung gestaltet sich je nach der Natur des Giftes und seinen Wirkungen natürlich verschieden. Je nachdem wird man versuchen müssen, durch ein Brechmittel ungefährlicher Art, was schnell zur Hand ist, das Gift aus dem Magen zu entfernen. Man kann dazu nehmen: warmes Wasser mit Öl oder Seifenwasser, und kann die Brechwirkung beschleunigen oder verstärken durch Ritzen des Gaumens mit einem eingeführten Finger. Scharfe Säuren lassen sich abtumpfen (neutralisieren) in ihrer Wirkung durch Kalkwasser, geschabte Kreide, Zuckerkalk, gebrannte Magnesia, Soda; umgekehrt werden ätzende Laugen neutralisiert durch verdünnte Säure, wie Essigwasser oder Zitronensaft. Einhüllend wirkt bei ätzenden Stoffen aller Art das Trinken von Milch oder Haferschleim in reichlicher Menge. Bei Bewußtlosigkeit sind Erregungsmittel am Platze, wie kalte Abergießung, Frottieren, Auslegen von Senfpapierblättern oder Senfteig auf die Herz- und Brustgegend; starke Riechmittel; bei Hinfälligkeit und Ohnmachtgefühl, aber noch vorhandenem Bewußt-

sein, erregende Getränke, wie: Glühwein, Punsch, Cognak, starker Kaffee. Bei starker Bewußtlosigkeit, kleinem Puls und Aussetzen der Atmung kann die Ausföhrung künstlicher Atmung sich nötig machen. — Stets aber ist sofort zum Arzt zu schicken!

## Kinderpflege und -Erziehung.

Ofters hören wir den vorzeitigen Abschluß der Ernährung mit Muttermilch damit begründen, daß die Brustmilch dem Kinde nicht bekomme. Das Kind leide an Verstopfung oder Durchfällen, sei unruhig, breche u. s. w. Wenn die Mutter sich hierbei auch ärztlich beraten lassen muß, so will ich doch betonen, daß dem gesunden Säugling die Brustmilch wohl ausnahmslos befömmlich ist. Irgendwelche scheinbar beunruhigenden Erscheinungen erklären sich gewöhnlich aus der Art der Darreichung, Zahl der Mahlzeiten, Kürze der Trinkpausen u. a., manchmal auch aus der angeborenen Eigenart, der „Konstitution“ des Kindes. Andere Gründe leiten sich aus dem Befinden der stillenden Mutter her. Die Mutter fühlt sich schwach, klagt über Kreuzschmerzen. Auch in diesen Fällen ist es leichtsinnig, ohne ärztliche Beratung, nur dem weisen Rat der Nachbarin oder Großmutter folgend, abzustillen.

Wie beim Baby im ersten Lebensjahre allerlei Beschwerden auf das „Zahnen“ bezogen werden, so begründet die stillende Mutter ihre vielleicht aus ganz anderer Quelle stammenden Schmerzen mit dem Stillen.

Dr. S.

## Gartenbau- und Blumenzucht.

**Schädigt der Efeu das Mauerwerk?** Zu dieser gewiß nicht unwichtigen Frage, die schon oft erörtert und bald verneint und bald bejaht wurde, äußerte sich J. J. S. Holm in der Zeitschrift „Aus der Natur“ in objektiver, die Vorteile und Nachteile des Efeus als Wandbekleidung genau abwägender Weise. Daß Mäuse, selbst Ratten und anderes Ungeziefer gelegentlich in dem Efeubelag willkommenen Unterschlupf finden können, schlägt er nicht sehr hoch an, ebensowenig ist ernstlich zu befürchten, daß der im Gezweig sich ansammelnde Unrat, Tierkot, faulende Blätter usw. durch ihr Verwesen eine erhebliche Gefahr für das Haus bedeuten. Schon der Umstand, daß an manchem Gemäuer Efeu seit Jahrzehnten oder seit mehr als hundert Jahren geduldet wird, ohne daß er Nachteile gebracht hätte, spricht dafür, daß man den Efeu nicht ohne weiteres verwerfen darf, auch fehlt es nicht an Beispielen für die Nützlichkeit des Efeubelages.



Der leicht verwitternde Reupersandstein der runden Bastei in der Nürnberger Stadtmauer ist, wie der Verfasser ausführte, dort am wenigsten verwittert, wo er lange Zeit mit Efeu bekleidet war. In der Tat wissen wir, daß die Form der Blattspreiten an den höheren Efeustämmen durchaus dafür geschaffen ist, das Wurzelgeflecht und die Unterlage desselben trocken zu halten, um eben die sonst eintretenden Zerstörungen möglichst zu verhindern und den Haftwurzeln möglichst feste Anhaltspunkte zu geben. Da der Efeu sein Laub auch im Winter behält, kann er in dieser Weise ein besonders geeigneter Schützer der Mauern werden. Auch ist bekannt, daß die Haftwurzeln der Pflanze an sich keinerlei Sprengung ausüben, da sie sich nur an der Oberfläche der Mauern festsaugen. Wenn der Efeu doch hier und da als Sprenger des Mauerwerks sich betätigt, so ist dies, wie Holm mit Recht hervorhebt, nur da möglich, wo vorhandene Risse im Mauerwerk dem Efeu den Eintritt gestatten oder wo infolge schlechten Bindematerials (Mörtel, Lehm usw.) es ihm leicht gemacht wurde, dieses zu zerstören. Bei sachgemäßer Beobachtung seines Wachstums jedoch muß es leicht möglich sein, etwa drohenden Gefahren rechtzeitig vorzubeugen.



### Antworten.

35. Mit Schoch-Doggwilers **Haarpomade** erzielten zwei Bekannte von mir sehr guten Erfolg. Die beiden Mädchen aus diesen Familien erhielten nach andauerndem Gebrauch des erwähnten Mittels einen wirklich prächtigen Haarwuchs. Es ist auch sehr gut gegen Schuppen und Haarausfall. Herr Schoch verfertigt die Pomade aus heilkräftigen Kräutern und kennt das Mittel schon seit Großmutter's Zeiten als gut. Abonnentin in Zürich 6.

36. Bis jetzt hat sich noch kein Mittel bewährt, das als „Stahlspäne ersekend“ angepriesen wurde. Ich habe fast jedes durchprobiert und wandte schließlich wieder die alte Methode an, die darin besteht: alle acht Tage gründlich mit Stahlspänen aufreiben, mit wenig, aber guter Bodenwische, der ich noch etwas Serpentin beifüge, anstreichen, gut trocknen lassen und dann glänzen. Unter der Wochebürste ich die etwas schmutzigen Stellen mit einer harten Bürste. Damit fahre ich gut und habe schöne, helle Fußböden. R. G.

37. Die Artikel über Generalreinigung des Hauses, die im Laufe des Winters im Ratgeber erschienen sind, geben gewiß auch Ihnen in Bezug auf den Umzug wertvolle Rat schläge. Ist, wie dort angegeben, alles Entbehrliche rechtzeitig ausgeschaltet worden, so bekommen Sie einen Überblick über alles um-

zugsfähige Material, können dabei Notizen machen, wie und wo Sie es später einräumen wollen, kurz, Sie erleichtern sich die Arbeit ungemein und sind nicht abgehängt zu einer Zeit, da Sie alle Kraft für die Hauptarbeit des Umzugs nötig haben werden. Lisa.

38. Farbe für **Korbmöbel** bekommen Sie in jeder Droguerie. Das Anstreichen ist keine große Kunst. Ich würde ein helles Braun wählen, wenn die Möbel in einem Wohnzimmer stehen sollen, für Veranda aber weiß oder ganz hellgrün. Minna.

39. Zum Auffrischen alter Möbel eignet sich „Splendol“ sehr gut; man reibt mit diesem ein, wartet eine Weile und dann poliert man mit weichen Leinen- oder Wolltüchern. Auch Olivenöl eignet sich trefflich zum Auffrischen polierter Möbel; das Verfahren ist wie oben. R. G.

### Fragen.

40. Wer gibt mir ein paar **Speisezettel** für 3-4 Personen an von Gerichten, die sämtlich im Selbstkocher gekocht werden können (also das ganze Mittagessen). Es handelt sich darum, Zeit zu ersparen auf diesem Wege, aber man möchte doch gut genährt sein (mit oder ohne Fleisch). Für guten Rat dankt herzlich Minna.

41. In einer Zürcher Zeitung wurde ein neuer **Waschapparat** „Das kleine Wunder“ angezeigt und es fanden Waschproben in der Stadthalle statt. Hat eine Leserin des Frauenheim denselben beige wohnt und was hält sie von diesem Apparat? Ist er empfehlenswert? Abonnentin.



Jede Art

## Vorhänge

grösste Auswahl, nur prima Qualität, konkurrenzlose Preise, da kein Laden. **Frau Egli**, Stockerstr. 41, 1. Stock, Zürich.