

Zeitschrift: Schweizer Frauen-Zeitung : Blätter für den häuslichen Kreis
Band: 24 (1902)
Heft: 32

Anhang: Koch- & Haushaltungsschule : hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung

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: 15.03.2025

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

Koch- & Haushaltungsschule

Hauswirthschaftliche Gratisbeilage der Schweizer Frauen-Zeitung.

Erscheint am ersten Sonntag jeden Monats.

St. Gallen

Nr. 8.

August 1902

Wie soll der gebildete Mensch essen? Wie leitet eine Mutter ihre Kinder dazu an?

Anstandsregeln werden von Grazie und Takt diktiert. Frauen befolgen sie zuweilen unbewußt, weil diese glücklichen Eigenschaften ihnen öfter angeboren sind. Männer beugen sich vorgeschriebenen Formen meist nur ungerne, weil Willkür und Ungebundenheit in ihrer Natur liegen. Oft befürchten sie auch, daß ungezwungene Natürlichkeit und kraftvolles Selbstbewußtsein unter dem Zwang von Anstandsregeln leiden könnten, obgleich doch beides erst durch völliges Beherrschen äußerer Formen erreicht wird. Der Vorzug schöner und edler Natürlichkeit im Benehmen ist meist eine Folge guter, häuslicher Erziehung. Ihre Aufgabe ist es, den Kindern von frühester Jugend an die Gesetze des Anstandes einzuprägen, derart, daß ihnen dieselben völlig zur andern Natur werden. Von jedem gebildeten Menschen wird ein anständiges, in der guten Gesellschaft geläufiges Betragen bei Tisch verlangt. Viele Eltern und Erzieher sind geneigt, Kindern Verstöße hiergegen zu verzeihen. Da es aber in diesem Falle vorzugsweise heißt: „Jung gewohnt, alt gethan,“ so ist dringend zu empfehlen, das Verhalten der Kinder, sonderlich der Knaben, auch in dieser Richtung streng zu überwachen. Jeder Verstoß ist ernstlich zu rügen, denn er rächt sich im spätern Leben oft bitter. Nicht nur an dem größern oder geringern Verbrauch von Wasser und Seife erkennt man das mehr oder minder gebildete Volk, sondern auch an der Art, wie es ißt.

Ich habe es erlebt, daß ein reiches, vielumworbeneß Mädchen ihre Hand einem jungen Manne versagte, nachdem sie ihn hatte essen sehen. Er beugte sich dabei tief über den Teller, schlürfte geräuschvoll die Suppe, fuchtelte in fataler Lebhaftigkeit mit Messer und Gabel in der Luft umher und schob Saucen und weniger feste Speisen schließlich mit dem Messer in den Mund. Sie erkannte daran den schlecht erzogenen, ungebildeten Menschen, und er war ihr verleidet.

Bevor den Kindern gestattet wird, zum Essen zu gehen, sollte unweigerlich die Nettigkeit des Anzuges geprüft, das Gesicht, vorzüglich die Hände, rein gewaschen werden. Eine sorgsame Mutter lehrt ihre Kinder, besonders die Knaben, sich anständig zu Tisch zu setzen, d. h. nicht zu nah, nicht zu weit vom Tisch ab, gerade in der Mitte vor dem Couvert, mit gehobenem Kopf und freier Brust, aber auch nicht steif und pedantisch, wie der Staatsanwalt bei Gericht. Ruhige, runde, keine eckigen Armbewegungen müssen vorkommen; die Arme dürfen während des Speisens nicht auf dem Tisch ruhen. Die Serviette darf weder im Knopfloch befestigt noch in die Weste geschoben werden, sie wird einfach auf den Schoß gelegt, da sie ausschließlich zum Abwischen des Mundes und der Hände bestimmt ist. Nur am eigenen Tisch faltet man die Serviette sorgfältig nach dem Essen, als Gast im fremden Hause legt man sie nach Aufhebung der Tafel neben das Couvert. Das Brot, welches sich unter der Serviette findet, wird links vom Teller gelegt, nur wenn Butter und Käse serviert werden, bedient man sich des Messers zum Schneiden des Brotes, übrigens sollte es nur gebrochen werden. Jede gebildete Mutter macht ihr Kind darauf aufmerksam, nicht mit vollem Munde zu sprechen, den Löffel nicht zu voll zu nehmen, nicht zu große Bissen in den Mund zu stopfen, langsam und geräuschlos, nicht hastig schnalzend und schmaugend zu essen. Fisch sollte nie mit dem Stahlmesser berührt werden (er büßt dabei auch von seinem Geschmack ein!); wenn kein silbernes Messer vorhanden, bedient man sich nur der Gabel, mit Zuhilfenahme eines Stückchens Brot. Wer Fisch nicht zierlich und geschickt essen lernen kann, sollte, während er dergleichen verspeist, möglichst wenig reden. Eine Gräte ist leicht verschluckt, deren Entfernung schmerzhaft, oft gefährlich ist. Fischgräte, welche etwa beim Essen in den Mund gekommen sind, entferne man daraus in dezenter Weise und lege sie unbemerkter Weise auf den Rand des Tellers. Messer und Gabel sollten möglichst wenig von einer Hand zur andern wechseln. Die Gabel ist in der linken, das Messer in der rechten Hand zu halten. Saucen dürfen nicht mit Brot aufgetuncht werden. Es ist nicht statt- haft, in der präsentierten Schüssel wählend und wühlend herumzusehen. Das nächstliegende Stück muß genommen werden. Mit Ausnahme von Brot, Früchten und Spargel darf nichts Eßbares mit den Fingern berührt werden. Unerlaubt ist es ferner, mit dem eigenen Messer in ein Salzfaß zu fahren oder damit von dem präsentierten Brot, Butter &c. abzuschneiden.

Junge Personen sollten bei Tisch nicht eher essen, als bis die älteren damit den Anfang machten; auch sollten sie nicht eher aufstehen, bis ihnen dazu Erlaubnis wird, d. h. bis der Hausherr oder die Hausfrau das Zeichen zum Aufbruch gibt. Ruhiges, geräuschloses

Sicherheben vom Stuhl, eine kleine Verbeugung gegen den Nachbar wird endlich von jedem wohlanständigen Menschen zum Schluß der Mahlzeit erwartet.

Cacao oder Kaffee.

Cacao oder Kaffee, das ist schon seit langem ein Streitruß auf dem Gebiete der Hygiene, und dieser Streit ist seit Jahren bereits zu Gunsten des Cacao entschieden, dies umsomehr, als es gelungen ist, diesem auch die anregende Würze des Kaffee zu geben. Aber die prüfungslose Masse des Volkes neigt noch immer mehr zum Kaffee, denn so wie die Sünde lockend ausgestattet ist, ebenso lockt auch das Unvernünftige mehr als das Vernünftige und Gebotene. Wie unvernünftig ist es z. B., Kindern den erregenden Kaffee zu geben! Wie schädlich, nervösen oder neurasthenischen Menschen Coffein zuzuführen, das Nerven, Herz, Magen und Darm gleich ungünstig beeinflusst! Da spricht man von dem „Dämon Alkohol“ und veranstaltet gegen ihn Kongresse; aber daß Coffein und Nikotin in unserer nervösen Zeit einzudämmen wären, das wird viel zu wenig betont. Der Popularisierung des Cacao stand bisher allerdings der Umstand entgegen, daß er noch stark ölhaltig war; betrug doch der Delgehalt selbst bei den feinsten Marken bis zu 32 %! Er wirkte aber rasch sättigend und im Verlaufe der Zeit Ueberdruß erregend. Doch dieses einzige Hindernis seiner Popularisierung ist nun ebenfalls beseitigt, und es kann nur eine Frage ganz kurzer Zeit sein, daß der deutsche Cacao, dieses Nahrungs- und Genußmittel, den Kaffee aus der Haushaltung verdrängen wird.

Zur Fleischkonservierung.

Durch nachfolgendes Verfahren kann Fleisch am einfachsten, billigsten und schmachhaftesten aufbewahrt werden. Man verschaffe sich einen nötigenfalls mehrere Bottiche von ca. 50 Centimeter Durchmesser und 75 bis 100 Centimeter Höhe, entferne an dem zum Konservieren bereitgehaltenen Fleisch die hervorstehenden Knochen und halte zum Ein-salzen eine Mischung von 1 Teil feingeriebenem Zucker und 2 Teilen Salz — nebst einem genügenden Büschel Brennesseln — bereit. Nun bedeckt man den Boden mit einer dünnen Lage Messeln und darüber ein wenig Salzmenge, hierauf kommt eine dünne Schichte Fleisch. Hierauf wieder Salz und dem Rand des Bottichs nach Messeln und so fort, bis das oder die Gefäße voll sind oder man kein Fleisch mehr hat. Zuletzt kommt auf das Fleisch eine Lage Messeln, dann der Deckel,

welcher schwer mit großen Steinen belastet wird. So wird das Fleisch monatelang lang frisch und ungemein wohlschmeckend aufbewahrt.

Rezepte.

Erprobt und gut befunden.

Milzsuppe. Eine Kalbsmilz wird mit dem Messerheft geklopft, dann mit dem Messerrücken ausgestreift, in Butter gedünstet, mit Mehl bestäubt, mit Fleischbrühe aufgefüllt und noch kurze Zeit gekocht. Beim Anrichten wird die Milzsuppe durch ein Sieb oder einen Schaumlöffel an Eigelb gerührt und geröstete Brotwürfel oder Schnitten der Suppe beigegeben.

*

Gute Suppeneinlage. Fleischreste, sowohl von Braten, als auch von Siedfleisch werden mit Sellerieblättern und Petersilien fein verwiegt, 2 Milchbrötchen in Wasser eingeweicht, wieder fest ausgedrückt und mit dem Fleisch in Butter gedünstet. Nach dem Erkalten wird Salz, Muskatnuß und so viele Eier daran gerührt, daß, wenn man in kochendes Wasser ein Probeklößchen legt, dieses weder zerfährt noch zu fest wird. Es werden nun dünn ausgewalzte Nudelflecke genommen und von der Fülle kleine Häufchen darauf gelegt, ringsum mittelst eines Pinselchens mit Eigelb angestrichen, der Nudelfleck überschlagen, und die Häufchen angedrückt und ausgeschnitten. Wenn alle gemacht sind, werden sie in Salzwasser gekocht und dann in heißer Fleischbrühe angerichtet. An Fasttagen wird das Fleisch weggelassen und statt diesem mehr Grünes genommen und in Wasser, in welchem die Klößchen gekocht wurden, aufgetragen. (Dem Wasser in diesem Falle ein Stückchen süße Butter beifügen.)

*

Kaiserschnitzel. Für eine Person rechnet man ein schönes Schnitzel. Das in schöne Scheiben geschnittene Fleisch wird von aller Haut, Sehnen u. s. w. befreit. Dann spickt man die Schnitzel mit feinen Speckstreifen, wendet sie in zerlassener Butter und läßt sie übereinandergeschichtet eine halbe bis dreiviertel Stunden liegen. Hierauf bestreut man die Schnitzel mit Salz und Pfeffer und wendet sie in Mehl. In einer Bratpfanne läßt man ein großes Stück Butter heiß werden, gibt die Schnitzel hinein und läßt sie auf beiden Seiten rasch goldgelb braten, fügt dann etwas Fleischbrühe zu und läßt sie, ganz auf der Seite des Herdes, vollends weich dämpfen. Eine Viertelstunde vor Tisch gibt man einen Kaffeelöffel angerührtes Mehl der Sauce bei, sowie 2—3 Eßlöffel sauren Rahm und ein Gläschen Weißwein. Nun läßt man die

Sauce nochmals aufkochen und würzt nach Geschmack mit Salz und Pfeffer, sowie mit einer Messerspitze voll Liebig's Fleischextrakt.

*

Geschmorte Ochsenchwänze. Die Ochsenchwänze werden in den Gliedern zerschnitten, sauber gereinigt, mit Butter oder Rindertalg, Salz, Wurzelwerk, Lorbeerblatt und Pfefferkörnern angeschmort, alsdann fügt man kochendes Wasser hinzu und läßt das Fleisch weich kochen. Ist dies geschehen, nimmt man die Ochsenchwänze aus der Brühe, verkocht diese mit Braunmehl, streicht die Sauce durch ein Sieb, würzt sie mit Paprikapfeffer, legt das Fleisch wieder hinein und läßt das Ganze noch etwa 10 Minuten dämpfen.

*

Roastbeef. Das Roastbeef wird nicht gewaschen, nicht geklopft, wo es nötig abgeschabt, gut nachgesehen, alles Fett daran gelassen. Die Knochen werden mit einer aufgeschnittenen Zwiebel abgerieben. Eine reine Bratpfanne wird mit Speckschwarten, einem Löffel würfelig geschnittenem Speck, einigen Scheiben Schinken, 1 Mohrrübe, 1 Sellerieknollen, 2 Nelken, 6 Pfefferkörnern, 1 Lorbeerblatt, 1 Strauß Petersilien, etwas Butter belegt, das Roastbeef hineingelegt, mit dem nötigen Salz bestreut, je nach der Größe in recht heißem Bratofen 2—3 Stunden unter sehr fleißigem Begießen gebraten. Das Roastbeef muß im Sommer 4, im Winter 8—14 Tage vor Gebrauch hängen.

*

Fleisch-Salat. Vorbereitungszeit 1 Stunde. Für 4 Personen. Zutaten: $\frac{1}{2}$ Kilo gekochtes Suppenfleisch, 1 Eßlöffel Provenceroil, 1 Eßlöffel Essig, 1 Eidotter, 1 Theelöffel Senf, 15 Gramm Liebig's Fleischextrakt, 3 Eßlöffel sauren Rahm, Pfeffer und Salz. Das Fleisch wird in feine, dünne Stückchen geschnitten; von den andern Bestandteilen wird eine Sauce gerührt, 15 Gramm Liebig's Fleischextrakt, in einem Eßlöffel kochendem Wasser aufgelöst, mit durchgerührt, das ganze über das Fleisch gegossen und damit gründlich vermengt.

*

Birnen in Essig und Zucker. Erforderlich: 3 Kilogramm Birnen, $1\frac{1}{2}$ Liter Essig, 750 Gramm Zucker, 5 Gramm Zimmt. Die Birnen werden geschält, in der Mitte durchgeschnitten, ausgeschnitten und in Wasser gelegt. Der Zucker und Zimmt werden geschäumt, die Birnen nach und nach gekocht, bis sie sich leicht durchstechen lassen, in ein Glas gelegt und der Saft darüber gegossen.

*

Rheinische süße Sommerspeise. Diese süße Speise, die aus saurer entrahmter Milch bereitet wird, ist trotz der einfachen, billigen Be-

reitung von vortrefflichem Geschmack, sie ist besonders an heißen Sommerabenden erfrischend und bekömmlich. Die dicke saure Milch wird in ein gebrühtes Tuch gebunden, welches man aufhängt, nach und nach fester bindet, dann in ein passendes Sieb legt, darin beschwert und über Nacht auf einer Schüssel kühl ruhig stehen läßt, damit alles Wässrige der Milch entfernt wird. Die körnige Masse, die man erhält, wird mit einer Reibekeule in tiefer Schale glatt und eben gerührt, mit etwas süßer Milch versetzt und durch ein Sieb gerieben. Man zerquirt dicken sauren Rahm mit feinerstoßener Vanille und feinem Zucker und vermischt damit die Masse, die eine cremartige Beschaffenheit haben muß. Man richtet sie in einer Glasschale an, stellt sie eine Stunde kalt, bestreut sie beim Anrichten mit gröblich gestoßenen Makronen und gibt Kirschkompott, kleine Zwiebäcke und ein Glas leichten Rotwein zu der Speise.

*

Schneeauflauf. 100 Gramm Mehl werden mit 64 Gramm Butter und nicht ganz $\frac{1}{2}$ Liter Milch auf dem Feuer zu einem glatten Brei zerrührt. Wenn derselbe erkaltet ist, mischt man 4 Eßlöffel gestoßenen Zucker, etwas Vanille, 8 Eidotter und den Schnee von 8 Eiweiß darunter, füllt alles in eine mit Butter bestrichene Form, backt es eine kleine Stunde und serviert es warm mit Obstsaucen.

*

Aprikosen-Torte. Von Buttermilch wird ein Boden mit einem Rand bereitet, mit einer handvoll grob geriebenen Mandeln bestreut, mit den schön reifen, von ihren Steinen befreiten, halbierten Aprikosen im Kranze belegt, mit Zucker bestreut und im heißen Ofen gebacken.

*

Zwetschkuchen. Man rolle einen Blätterteig aus, belege das Blech damit und bestreue ihn reichlich mit geriebenem Zwieback. Die Früchte werden ausgesteint und halbiert und sehr dicht auf den Teig gelegt, mit geriebenen Mandeln, Zimmt und viel Zucker bestreut. Schiebe den Kuchen darnach zum raschen Backen in einen sehr heißen Ofen. Oder auch: Die Zwetschgen werden abgerieben und ausgesteint; dann wird eine Platte mit einem Buttermilch belegt, derselbe mit reichlich Zwieback bestreut, die Zwetschgen, offen, dicht darauf gelegt und mit Zucker und Zimmt bestreut. Nach dem Backen noch einmal Zucker darauf.

*

Zwetschgenmus zu kochen. Man entsteint zunächst die Zwetschgen und bringt sie dann in einen gut verzinnten Kessel, wo sie bei mäßigem Feuer unter starkem Rühren so lange gekocht werden, bis das Fleisch ein gleichförmiger Brei geworden ist. Hierauf treibt man die Masse durch ein Sieb, wobei die Schalen zurückbleiben, und kocht das Ganze

unter Zusatz von Essig und Zucker, wodurch die Haltbarkeit sehr gewinnt, sowie von etwas Zimmt und einer Anzahl Wallnüsse mit ihrer grünen Schale zur gehörigen Dicke ein. Es hält sich solches Zwetschgenmus mehrere Jahre und ist eine vortreffliche Zuspeise.

*

Zwetschgenauflauf. Sechsbageschälte, altgebackene Mundbrote werden in zerlassene Butter leicht getaucht; diese dann in eine gut bestrichene Form gelegt, daß der Boden damit bedeckt ist, gekocht, dürre Zwetschgen von den Steinen befreit, etwas gewiegt, mit Zucker und Zimmt vermischt und auf die Semmelscheibe fingerdick gestrichen. Die übrigen Semmelschnitten werden ebenfalls in Butter getaucht, auf die Zwetschgen gelegt und die Speise in der Röhre gebacken. Wenn der Auflauf fertig gebacken ist, wird er in eine tiefe Schüssel gestürzt, die heiße Zwetschgenbrühe, welche mit Zucker und nach Belieben mit etwas Obstwein gemischt ist, darübergegossen und nachdem sie angezogen hat, aufgetragen.

*

Ruchen aus Weggli und Weißbrot. Man weicht die ein paar Tage alten Reste in Milch ein und drückt sie dann aus, gibt einige Eier, Rosinen und Zucker hinzu. Gut gemischt, doch darf es nicht dünn sein, wird das Ganze auf ein mit Fett bestrichenenes Ruchenblech gebreitet und 15—20 Minuten bei mäßiger Hitze gebacken, bis es schöne gelbe Farbe zeigt. Solcher Ruchen paßt vortrefflich zu Thee oder Kaffee und hilft zu zweckmäßiger Verwendung der oft unliebsamen Brotreste.

*

Praktische Kühlung für den Speiseschrank im Sommer. Die mit Gaze bekleideten Speise- oder Fliegenschränke, die in kühler Jahreszeit sich zur Frischerhaltung von Speisen und Getränken trefflich eignen, erfüllen ihren Zweck weniger im heißen Sommer, wo in ihnen die Luft zu warm ist. Man kann diese Schränke praktisch und einfach abkühlen, wenn man sie frei im Keller oder in einem nach Norden gelegenen Raum für die Sommermonate aufhängt und die Wände innen mit dickem Flanell verkleidet, der mit kleinen Drahtstiften leicht an der Gaze zu befestigen ist. Auf den Boden des Schrankes stellt man eine tiefe Schüssel mit frischem Wasser, das man tagsüber dreimal erneuert und eine genügend große Schale mit einem großen Eisstück, das dicht in Flanell gewickelt wird, wobei man dafür Sorge tragen muß, daß diese letztere Schüssel genügend Raum für das abfließende Eiswasser bietet. Man braucht in heißen Tagen 2 Kilo, in kühleren Tagen 1 Kilo Eis, um den Schrank genügend kühl zu halten, so daß die Speisen frisch bleiben. Auf die Schüssel mit Eis stellt man die Butter und legt unten Getränke hinein, die durch das Eiswasser trefflich gekühlt werden. In die Wasserschale

stellt man Milch und Rahm, die darin gut bleiben, zumal das Wasser mehrere Male durch frisches, kaltes Wasser ersetzt wird. Wer keinen Eisschrank besitzt, vermag auf die angegebene Weise sich zwar keinen völligen Ersatz dafür, wohl aber einen praktischen Helfer zum Frisch-erhalten von Speisen zu schaffen. *

Gläserverschluss für eingemachtes Obst. Ich schneide das Pergamentpapier, das zum Verschließen der betr. Gläser dienen soll, zuerst für diese zurecht und löse dann einige Blatt weißer Gelatine in etwas kochendem Wasser auf. Die Masse muß für den Gebrauch noch etwas dick sein, damit sie gut klebt. Nun tauche ich den äußeren Rand der Pergamentscheiben auf beiden Seiten in die Klebelösung, decke die Scheibe über das zu verschließende Glas und drücke den Rand fest an, so daß er sich gut an das Gefäß anlegt und mein ebenso einfacher, als reinlicher und fester Einmachgläserverschluss ist fertig! Auch halte ich zwei Blechdeckel, zu meinen Einmachgläsern passend, vorrätig, wie man solche zu Kaffee-Extraktgläsern bekommt, die zum Verschließen der schon angebrochenen Gelees und Marmeladen vorzügliche Dienste leisten. Einmachtöpfe decke ich mit dickem Papier zu (wie es mir die alten Hestumschläge meines Aeltesten liefern), doch nicht, ohne vorher eine Lage Pergament unterzulegen und verschließe dieselben durch ein gut passendes Gutgummiband, eine Art des Verschlusses, die sich bei dem öfteren Herausnehmen aus diesen Töpfen sehr gut und bequem handhaben läßt. *

Obstflecke in bunten Stoffen lassen sich leicht entfernen, indem man die frisch besleckte Stelle über einen Topf hält und oben aus einem Gefäß einen dünnen Strahl kochenden Wassers darauf durchlaufen läßt. Bei waschechten und weißen Stoffen vermeide man stets Seife. Heiße Milch statt Wasser durch den Stoff gegossen, leistet noch bessere Dienste. Später kann man die Flecke mit warmem Wasser in gewöhnlicher Weise vollständig und leicht auswaschen. *

Schirme, Strohhüte etc. wasserdicht zu machen. Schirme von Alpaca-stoff werden beim Regen schwer und bedürfen längere Zeit zum Trocknen. Man nehme 1 Teil Paraffin und löse dasselbe in 10—15 Teilen Benzol in einem Glase. Nun spanne man den Schirm auf und übergieße den Stoff rasch in Spirallinien, von der Spitze angefangen, mit der Paraffinlösung. Man führt die Arbeit am besten bei Tag aus, da wegen der Benzoldämpfe kein brennendes Licht in der Nähe sein darf. Farbe, Weichheit und Haltbarkeit des Stoffes bleiben unverändert, und die Regentropfen rollen darüber hin, so daß man den Schirm nach der Benutzung im Regen sofort wieder zusammenschlagen kann.