

Aufnahmesystem, das bis in die Gegenwart nur noch in Spanien üblich geblieben wurde. Mütter, die sich ihrer Säuglingskinder nicht wußten oder wollten, legten das Kind auf ein hölzernes Scheibchen am Eingangstor des Hauses, die zur Hälfte aus dem Tor herausstand, drehten dann die Scheibe, so daß das Kind nach innen kam, kringelten und entfernten sich danach. Viele Hunderte von Kindern wurden auf diese Weise gerettet, viele Mütter von einer sonst üblichen Mordtat abgehalten. Das Spiel nahm sich in jeder Weise der Kinder an und tut es noch heute. Noch heute steht der Spruch über dem Tore: „Vater und Mutter haben mich verlassen, Gott hat mich aufgenommen.“

Merke! Weisheit.

Das Vorkommen von Erdöl in der Lüneburger Heide war schon um 1500 herum bekannt. Die Bauern benutzten es damals als Wagenfett und Heilmittel. — Die Insel Java hat 85 Millionen Bewohner; sie ist noch einmal so dicht bevölkert wie Deutschland. — In einem warmen, feuchten Sommer kann ein Stechmückenweibchen zur Stamm-Mutter von 50 Millionen Mücken innerhalb fünf Generationen werden, die alle noch in demselben Jahre entstehen. — Der größte Wasserfall der Welt befindet sich im Innern Argentiniens. Es ist der des Iguazu. — Ein Volk von Riesen sind die Tehuelchen in Patagonien. Sie haben ein Durchschnittswachstum von 1,88 Meter. — Wäre die Sonne eine Kugel von einem Meter Durchmesser, so hätte die Erde nur einen Durchmesser von $9\frac{1}{2}$ Millimeter und befände sich in einer Entfernung von 114 Metern. — Die Stadt Winnipeg (Kanada) hatte im Jahre 1871 nur 241 Einwohner, jetzt 180 000. — In den Vereinigten Staaten von Amerika gibt es noch über 305 Millionen Hektar herrenloses Land. Die Hälfte davon liegt in Alaska, das übrige in Nevada, Montana, Neumexiko und Arizona. — In einzelnen Teilen Sibiriens ist die Winternächte so groß, daß die Milch über Nacht gefriert und in Form von Kuchen und flachen Backsteinen verkauft wird.

●●●● Gesundheitspflege. ●●●●

Das Jucken und die Gicht sind neben anderen schönen Dingen in diesen ewig narkotischen Wochen manchem arg in die Glieder gefahren. Der Münchener Arzt Ringseis antwortete jedem Gichtpatienten, der nach dem Ursprung seiner Krankheit fragte: „Die kommt von der Erbünde.“ Geheimrat von Bergmann antwortete schon genauer: „Die Gicht ist eine Krankheit solcher Leute, die Rotwein, Austern und Käse gern haben und sich nicht entschließen können, von den dreien zu lassen.“ Freilich konnte er sich selbst auch nicht „entschließen“. Dr. Karl Ernst Bod mahnte zur Vermeidung jeglicher Gicht ja recht mächtig zu sein, und dabei war er selbst so wohlbeleibt, daß er daheim und draußen stets zwei Stühle zum Sitzen brauchte. Sustus von Liebig meinte: „Die Gicht besteht in der Ablagerung harnsaurer Salze in die Gewebe, namentlich in die Gelenkknorpel.“ Aber fragte man, wieso und weshalb, so antwortete er, wie heute noch alle Ärzte: „Ja, lieber Freund, wenn wir das wüßten!“ Am Ende ist auch hier weder so ein niedliches „Bakterchen“ im Spiel. Es scheint aber nicht. Fest steht jedenfalls so viel: Jeder, der an Gicht leidet, leidet zu gut, insbesondere an er zu viel Fleisch, und ferner: er hatte zu wenig Bewegung! In der Regel wird dann auch die Gicht nicht geheilt, der Körper hat eben eine Neigung für Harnsäurebildung im Überfluß, und diese Neigung ist für die Gicht wie geschaffen. Der Kliniker Karl Gerhardt mag schon recht haben: „Durch Arzneimittel wird ein Gichtkranker nicht geheilt, sondern nur durch eine andere Lebensweise.“ An sechs Tagen lebe man vegetarisch, trinke Wasser mit Fruchtsaft und mache sich viel Bewegung. Das Fleisch braucht man nicht völlig aufzugeben, nur bei Anfällen vermeide man es.

Praktische Winke.

Jucke, von Berrensaft und Obstsaft herrührend, der beim Hautieren an die Finger gekommen ist, verschwindet alsbald durch Waschen mit etwas Zitronen- oder Hefe.

Ein Nagel schlägt sich sehr viel leichter in Holz ein, wenn man ihn zuvor einige Male in ein Stück Seife oder Talg oder Speck eingestochen hat.

Gegen Ameisen hat sich als treffliches Mittel gepulvertes Alaun bewährt. Man streut das Pulver überall, wo die Wege Eingang ins Haus finden können, auch auf die Fen-

sterbretter usw. Sie machen dann unfehlbar Kohrt und kommen auch nicht so leicht wieder.

Rosinen im Kuchen sind bedeutend ergiebiger, wenn man sie nach gründlicher Reinigung in Wasser weicht, abtropfen läßt und dann erst dem Teig hinzufügt.

Wachsteinwand, die während des Krieges in vielen Familien zur Ersparung von Tischwäsche in Gebrauch genommen wurde, wird mit der Zeit unansehnlich. Man frischt das Tuch dadurch wieder auf, daß man es zunächst mit Wasser und Seife gründlich reinigt und nach dem Trocknen mit wenig Bohnerwachs abreibt.

Bürgerlicher Küchensettel.

Montag: Steinpilzgemüse mit dickem Reis.

Dienstag: Holundersuppe, Kartoffelmus mit gebratenen Tomatenscheiben.

Mittwoch: Pilzsuppe*), Schellfisch mit Senfbeiguß und Salzkartoffeln.

Donnerstag: Kartoffelsuppe, Quartkälchen mit Birnentompost.

Freitag: Rotkraut mit Äpfeln und Salzkartoffeln.

Sonnabend: Heringskartoffeln, Salat von roten Rüben.

Sonntag: Blumenkohl- und Sauerkrautbraten mit vogtländischen Röhren, Apfel-Gebäckenes.**)

*) Pilzsuppe wird besonders gut, wenn man sie aus dem fogen. Futter der Steinpilze, das aber noch nicht alt und dunkel, sondern hellgrün sein muß, zubereitet. Das Futter wird vielfach weggeworfen, und gerade das macht die Suppe sämig und gut. Man kocht es mit reichlich Wasser, etwas Zwiebel, Salz und Pfeffer mindestens eine Viertelstunde lang, schlägt dann alles durch ein grobes Sieb und macht diese nahrhafte Suppe mit einer hellen Mehlschwitze dick.

**) Apfel-Gebäckenes. Zutaten: 1 bis $1\frac{1}{2}$ Pfund säuerliche Äpfel, dazu 3 Eßlöffel Zucker, 1 Ei, 1 kleine Obertasse Milch (oder Wasser), reichlich $\frac{1}{2}$ Pfund Mehl, etwas Zitronenschale, 3 Eßlöffel Zucker, $\frac{1}{2}$ Päckchen Backpulver, etwas Margarine. Die Äpfel schält man, schneidet sie, nachdem man das Kernhaus entfernt hat, auf dem Gemüsehobel in Stifchen, untermengt sie mit dem Zucker und läßt sie einstweilen so stehen. Dann rührt man das Ei mit dem Zucker schaumig, fügt unter Rühren die feingewiegte Zitronenschale, abwechselnd Milch und Mehl zu und schlägt den Teig mit dem Holzlöffel, bis er Blasen wirft; zuletzt mischt man noch das Backpulver darunter. Dann füllt man die Äpfel in eine mit Fett ausgestrichene Auslauf- oder Backform, füllt den dickflüssigen Teig darüber, verteilt einige Flöckchen Butter oder Margarine darauf und läßt die Speise in einer mäßig geheizten Röhre, möglichst hochgestellt, ungefähr $\frac{3}{4}$ Stunde backen. Man kann das Apfel-Gebäckene in einer Auslauf-Form gleich warm auftragen; es läßt sich aber auch, wenn man es fünf Minuten stehen läßt, nachdem es aus dem Ofen genommen ist, gut stürzen und steht dann aus wie eine Apfeltorte. Vor dem Auftragen zuckert man das Gebäckene; es schmeckt warm und kalt sehr gut.

Kürbis-Marmelade. Zutaten: 5 Pfund Kürbis (geschält und ausgepuht gewogen), 1 Pfund säuerliche Äpfel, 1 kleine Obertasse voll guten Weinessig, 2 bis $2\frac{1}{2}$ Pfund Zucker. Man nimmt zur Marmelade am besten gelben Kürbis; der ist weicher im Fleisch und kocht besser musig als der grüne. Den geschälten Kürbis, ohne das weiche Innere, treibt man am besten durch die Fleisch-Hackmaschine, oder man schneidet ihn auf dem Gemüsehobel fein. Dann vermischt man ihn in einem Ton- oder Porzellangefäß mit dem Zucker und läßt ihn zugedeckt über Nacht stehen. Am nächsten Tag wird der Essig darüber gegossen, und so läßt man das Ganze wieder über Nacht stehen. Am dritten Tag tut man die Äpfel, die man halbiert, von Blüte, Stiel und Kernhaus befreit und mit der Schale gehobelt hat, mit zu dem Kürbis und kocht nun das Ganze bei wenig Feuer unter öfterem Umrühren zwei Stunden lang, bis es ein dickes Mus ist. Nach Geschmack kann man auch Gewürz, Ingwer, Zimt und Nelken beifügen und mit kochen lassen. Die dick eingekochte Marmelade füllt man heiß in erwärmte Gläser und bindet diese mit Pergamentpapier zu. Diese Kürbismarmelade hält sich gut den ganzen Winter durch; will man sie zu schnellem Verbrauch zubereiten, so kann man weniger Zucker nehmen und auch das weiche Innere, natürlich ohne die Kerne, mit verwenden.