

lassen, gießt dies in den großen Topf zum Dunstsaft, rührt gut durch und läßt die Birnenschwizze unter Beigabe von Zucker darin aufkochen. Die Soße muß rahm- dick sein.

Apfelquarkspeise. 500 Gramm sehr festes Apfelmus wird mit $\frac{1}{4}$ Liter geschlagener Sahne und dem Schnee von einem Eiweiß gründlich verrührt. Man reibt alsdann die Schale einer halben Zitrone ab und gibt sie als Würze der Apfelmasse bei, vermischt nunmehr 250 Gramm fetten Käsequark mit guter Milch, würzt mit Vanillezucker und streicht ihn durch ein Sieb. Apfel- und Quarkmasse werden durch tüchtiges Schlagen vermischt und in eine Glasschale gefüllt. Suppenmatronen umkränzen die Schüssel.

Weißweinpunsch für kalte Tage. Vier Eidotter und drei ganze Eier werden zu Schaum geschlagen und gleichzeitig mit 200 Gramm Zucker verfeht. Dann gibt man die abgeriebene Schale einer halben Zitrone und $\frac{1}{4}$ Flaschen Weißwein hinzu, setzt das Gemisch auf Feuer und schlägt so lange tüchtig weiter, bis die schaumige Masse zu steigen beginnt. Der jetzt fertige Punsch ist möglichst rasch noch heiß zu servieren.

Die Entfernung von Kesselstein aus Koch- und Waschkesseln, Teekochern und Wassergeschirren geschieht am besten mit Salzsäure, und zwar in der Weise, daß man auf je einen Liter Wasser mindestens zwei bis drei Eßlöffel Salzsäure zugibt und mit dieser Mischung die zu behandelnden Geschirre auskocht. Wo diese Behandlung nicht ausreicht das Übel zu beseitigen, ist das Verfahren zu wiederholen. Die Steinbildung in solchen Geschirren mit Messern, scharfen Eisen u. dgl. abzustößen, geht meist nicht ohne Beschädigung des Geschirres ab. Reigt das betreffende Wasser sehr zum Ansatz von Stein, so läßt sich der mineralische Niederschlag dadurch vermeiden, daß man die Geschirre und Kessel nach jedesmaligem Gebrauch mit scharfem Sodawasser und Bimssteinseife reinigt. Ein wohlbewährtes, in der Handhabung weniger gefährliches Mittel als Salzsäure ist scharfer Essig. Füllt man damit die mit Kesselstein belegten Gefäße und läßt die Flüssig-

keit 12 bis 15 Stunden einwirken, dann wird der Essig trübe und lehmig, hat also den Steinabsatz gelöst. Die Kesselsteinansätze, besonders in Waschk- und Kochkesseln, sind möglichst oft zu entfernen, damit diese Schichten nicht bei zunehmender Stärke den Kochprozeß erschweren.

Gesundheitspflege.

Die Schädigung der Augen im Winter. Sorgfältige Sehprüfungen haben die wichtige und bemerkenswerte Tatsache ergeben, daß im allgemeinen die Kinder vor Beginn des Winterhalbjahres Gegenstände von bestimmter Größe in weiterer Entfernung deutlicher zu erkennen vermögen als um Ostern herum. Das hat der Sitzwag und das viele Sehen auf die Lesebücher und Schreibhefte während des langen Winterhalbjahres sowie das Zuhauseitzen während des kalten nassen Wetters verursacht. Ärztliche Augenuntersuchungen der Erwachsenen würden gleichfalls entsprechend geringere Sehleistungen ergeben. Die Augen besitzen von Hause aus ein bestimmtes, zahlenmäßig feststehendes Sehvermögen, das zwar durch Übung nicht gesteigert werden kann, andererseits aber auch durch vielen Gebrauch an sich nicht leidet, sondern nur dann, wenn es bei schlechter Beleuchtung und falscher Körperhaltung stundenlang überanstrengt wird. Aus diesem Grunde sollen die Eltern auf eine gute Haltung des Kindes beim Lesen und Schreiben sehen. Die Entfernung zwischen Augen und Buch oder Heft soll 25 bis 30 Zentimeter betragen, und die Tischplatte soll möglichst etwas geneigt sein, so daß die Entfernung auf der ganzen Buch- oder Heftseite dieselbe normale bleibt. Vor allem sollen die Eltern darauf achten, daß die Kinder nicht in der die Augen verderbenden Dämmerung lesen oder schreiben. Wenn einmal das Augenlicht durch solche längere Mißhandlung geschwächt und die Sehkraft herabgesetzt ist, so kann dieser Schaden selbst durch längere Schonung der Augen nicht wieder autgemacht werden, sondern bleibt ein dauernder.



Deutschlands Weihnachtswunsch: Friede und Ehre!

Die diesjährige Weihnachtsplakette des Lauchhammer-Werkes, die nach einem Entwurf des Bildhauers Enche in Eisenkunstguß geschaffen wurde, zeigt die symbolischen Gestalten, die die Grundrichtung des heutigen Deutschlands verkörpern: Friede und Ehre!



Zu Neujahr 1935

hat eine oberjüdische Kunstgießerei, die zu jedem Jahreswechsel eine Plakette in Eisenkunstguß herausgibt, einen Entwurf gewählt, dessen figürlicher Inhalt als Symbol für das Jahr der Saarbefreiung gilt. Einem saarländischen Bergmann reicht sein deutscher Arbeitskamerad die Hand zum ewigen Treuegelöbnis: „Deutsch die Saar immerdar!“