SLUB
Wir führen Wissen.

sich zum Nachmittag ein gewickelter Kartoffelkuchen mit Marmeladenfüllung oder Plätzchen aus Quarkblätterteil mit Marmeladenverzierung oder -füllung. Die Hausfrau bereitet sich auch leicht aus der Marmelade eine Fruchttunke für Hafergrützen- und Grießpeisen. Mühelos läßt sich mit Hilfe der Marmelade manch Gericht verfeinern, ohne dabei — und das ist in den meisten Haushalten das allerwichtigste! — die Wirtschaftskasse ungebührlich zu belasten. Denn es gibt wieder verbilligte Marmelade!

Wieder gibt das Reich mehrere Millionen Reichsmark aus, um die verbilligte Abgabe von Marmelade zu ermöglichen. Denn die Marmelade soll zu einem wahren Volksnahrungsmittel werden, das mit seinem hohen Nährwert jedem zugute kommt und jedem geldlich zu erschwingen ist. Es ist die vierte Marmeladenaktion, die vom 10. Dezember 1937 bis zum 21. Oktober 1938 läuft. Sie kann dieses Mal im Hinblick auf die gute Obsternte in noch größerem Rahmen als sonst durchgeführt werden. Wurden im Vorjahre 2,4 Millionen Zentner verbilligter Marmelade abgesetzt, so stehen jetzt sogar 3,15 Millionen Zentner zur Verfügung. Die Sorten und Preise sind dieselben wie im vergangenen Jahr. ½ Kilogramm kostet von der Vierfrucht- und Gemischtmarmelade 32 Rpfg., vom Pflaumenmus 28 Rpfg. und von Rübenkraut 18 Rpfg. Neu ist die diesjährige Einführung von Zweifruchtmarmeladen, wobei Erdbeeren oder Himbeeren mit Aepfeln verwandt worden sind. Ebenso sind zwei Apfelgelees neu eingeführt worden. Die Auswahl ist also trotz des Fortfalls von reiner Erdbeer- und Pflaumenmarmelade gegenüber dem Vorjahr noch vermehrt worden, was sicherlich von den Hausfrauen begrüßt werden wird, da die Marmelade derart noch häufiger als bisher zu den Mahlzeiten angesetzt werden kann, ohne daß die Abwechslung dabei zu kurz kommt.

Erprobte Rezepte

Mährenpudding. 750 Gramm Mohrrüben geputzt, in Salzwasser weichgekocht und dann fein gerieben oder durch die Maschine gedreht. Den Gemüsebrei vermischt man mit zwei geweichten und wieder ausgedrückten Weißbrötchen, einem Ei, einem Eßlöffel gehackter Petersilie und Salz. Ist diese Masse nicht fest genug, so fügt man noch geriebene Semmel hinzu. Man gibt das Ganze in eine gefettete, mit Bröseln ausgestreute Puddingform und läßt das Gericht eine Stunde im Wasserbad kochen. Dazu reicht man eine helle Soße (Einbrenne), die man aus Fett, Mehl und Gemüsewasser zubereitet.

Graupen als Gemüse. 375 Gramm feine, in Wasser abgespülte Graupen läßt man in ein Liter gesalzenem Wasser, zusammen mit einigen Scheiben Sellerie halb weich kochen. Dann fügt man noch reichlich Wurzel- oder Würfelbrühe hinzu sowie etwas Fett, läßt die Graupen vollständig gar werden, überstreut sie mit gewiegter Petersilie und reicht sie als Beilage zu Fleisch oder Fisch. Man kann auch in Würfel geschnittene Fleischreste unter die Graupen mischen.

Pikantes Gemüse von Roten Rüben zu Fisch-, Fleisch-, Kartoffelspeisen. Ein Kilogramm geschälte, würfelig geschnittene Rote Rüben schmort man in etwas Fett, zusammen mit einer kleinen würfelig geschnittenen Zwiebel, an. Dann gibt man eine Prise Kümmel, einige Wacholderbeeren hinzu, stäubt einen Löffel Mehl darüber und füllt mit Wasser auf. Nach Geschmack Salz, Essig (oder geriebenen Apfel) und wenig Dill hinzufügen.

Meerrettigtunke zu Kartoffelklößen. Drei Achtel Liter entrahmte Frischmilch, in der man einen Löffel Mehl verquirlt hat, läßt man unter Rühren sämig kochen und danach abkühlen. Dann rührt man eine kleine Stange Meerrettich unter die Tunke und würzt mit etwas Salz und Zucker. Die Tunke wird im Wasserbad nochmals erwärmt. Je nach der Schärfe des Meerrettichs muß man eine größere oder kleinere Menge der geriebenen Wurzel hinzufügen.

Fisch mit Weißkohl in der Form. 750 Gramm gehobelten Weißkohl kocht man in wenig Salzwasser beinahe gar und schmeckt ihn mit Salz, Zucker und etwas Essig ab. 750 Gramm gekochte Pellkartoffeln werden in Scheiben geschnitten. 500 Gramm Seefisch befreit man von Haut und Gräten und läßt den gesalzenen und mit Essig beträufelten Fisch etwa eine Stunde stehen. In eine gefettete Form legt man eine Lage Kartoffelscheiben, darauf eine Lage Kohl, darüber Fisch, dann den Rest Kohl, danach den Rest der Fischstücke und zum Schluß Kartoffelscheiben. Man gießt eine Tasse verquirlte Butter- oder Sauermilch darüber, bestreut mit Weckmehl und evtl. noch geriebenem Käse und läßt im Ofen ungefähr dreiviertel Stunde backen.

Bohnenbratlinge. 250 Gramm Bohnen werden den Tag vorher eingeweicht und am nächsten Tage weich gekocht; sie passieren dann die Maschine, bis der Brei recht fein und glatt ist. Zu diesem kommen dann einige mit Zwiebeln geröstete Semmelbröckel, ein Ei, Salz, Majoran und gehackte Zwiebel. Ist der Teig gut vermengt, formt man Bratlinge daraus und bratet diese, nachdem sie in Ei und Semmel paniert wurden, auf beiden Seiten in heißem Fette braun.

Brotsuppe mit Kümmel. Dazu werden Brotreste am Abend zuvor mit kaltem Wasser eingequollen und am anderen Morgen mit Wasser nachgefüllt, zusammen mit einem Teelöffel voll Kümmel zum Kochen gebracht. Dann die Suppe durch ein Haarsieb gestrichen und evtl. mit heißem Wasser verdünnt. Man schmecke sie mit Salz und etwas Fett ab.

Feine, abgeschlagene Senfsoße. Eine halbe Tasse reinen Weinessig, eine halbe Tasse Weiß- oder Apfelwein, eine halbe Tasse Senf, eine halbe Tasse Fleischbrühe, ein Ei, Salz und Pfeffer, sowie zwei Eßlöffel Zucker, verquirle man gut und schlage das Ganze im Wasserbad dickschaumig. Diese delikat-würzige Soße schmeckt ausgezeichnet zu gebratenem Fisch oder Sülze.

Sauerkrautspeise mit Kochwurst. 500 gr mit Apfelwein, 1 Zwiebel und einen geschälten Apfel halbgar gedämpftes Sauerkraut, schichte man abwechselnd mit Scheiben von Kochwurst in eine gefettete Form, belege die Speise mit Speckscheibchen und fülle 1 Kilo geriebene rohe Kartoffeln, mit Salz, 2 Eiern und 2 Löffel Mehl verrührt, darüber, um sie bei guter Hitze im Ofen 1 Stunde zu backen. Oftmaliges Hineinstecken mit der Spickadel ist nötig, um den Kartoffelteig durchzubacken. Mit zwei breiten Löffeln abgehoben, schneide man ihn, wie eine Torte in Stückchen, die man um den aufgehäuften Kohl gruppiert.

Winterliche Eintopfgerichte

Folgendes billiges Eintopfgericht schmeckt ganz ausgezeichnet. Fragen Sie einmal Ihre Familienangehörigen, wieviel Suppenfleisch wohl darin enthalten ist, und dann verraten Sie ihnen, daß die Zutaten nur 1 Kilogramm geschnittenen Mohrrüben, ¾ Kilogramm Zwiebeln, 3 Brühwürfeln, 1½ Kilogramm rohen Kartoffelscheiben, etwas Milch (am besten Dosenmilch) und Petersilie bestehen. In Fett werden erst die Zwiebelringe, dann damit zusammen die Möhren angeschwitzt. Ein wenig Wasser nur nebst den Brühwürfeln kommt dazu und zum Schluß die Kartoffelscheiben. Das Ganze stellt man am besten für 3 Stunden zum Garen in die Kochkiste.

Bei uns zu Hause essen wir auch besonders gern Zwiebelkartoffeln, die ebenfalls gut und billig sind. Ein halber Suppenteller grobgeschnittener Zwiebeln wird in Fett nur ganz hell geschwitzt. Dazu kommen 3 Eßlöffel Mehl, die ebenfalls nicht braun, sondern nur hellgelb werden dürfen. Diese lichte Einbrenne wird mit Bouillon aufgefüllt, daß es keine dicke sondern nur angesämte Soße gibt. In diese werden warme, dünne Kartoffelscheiben eingeschnitten. Das Ganze läßt man nicht mehr aufkochen, sondern nur ziehen. Zum Schluß kommt viel feingehackte Petersilie daran.

Etwas anderes ist auch einmal Geflügelklein mit Graupen, Reis oder Kartoffelstückchen. Zutaten: Ein Gänse- oder Entenklein (Kopf, Hals, Flügel, Magen, Herz, Füße). 2 Liter Wasser, knapp 2 Eßlöffel Salz, 1 mittelgroße Zwiebel, Suppengrün, 375 Gramm Perlgraupen oder 250 Gramm Reis oder 1½ Kilogramm Kartoffelstückchen.

Einfach zuzubereiten sind die sogenannten Wiener Kartoffeln. In eine mit Fett ausgeschmierte Backform werden in Scheiben geschnittene gekochte Kartoffeln geschichtet und mit einer Soße aus 125 g Quark, saurer Milch, einem Ei und 2—4 feingehackten Sardellen übergossen. Das Gericht wird dann überbacken.

Nicht viel Mühe macht der Hausfrau auch der schmackhafte Räucherfisch-Eintopf. Man braucht dazu ¾ Kilogramm Räucherfisch, ganz gleich welcher Art (am billigsten sind wohl große Bücklinge), 1½ Kilogramm Kartoffeln, 1 Löffel Fett, 1 Zwiebel, Salz, Suppenwürze und einige Löffel saurer Milch. — Die geschnittene Zwiebel wird in dem Fett lichtbraun geschwitzt. Die gekochten, in Scheiben geschnittenen Kartoffeln und der zerpflückte Räucherfisch werden schichtweise in eine Auflaufform eingefüllt und die einzelnen Lagen mit reichlich Soße aus der Zwiebelschmitze, der sauren Milch und der Suppenwürze übergossen. Dieses Eintopfgericht wird ebenfalls überbacken.

Schmackhaft und billig sind auch Tomaten- oder Selleriekartoffeln. Tomatenscheiben oder rohe Selleriewürfelchen werden in Fett angeröstet und mit etwas Mehl bestäubt. Dazu kommen rohe Kartoffelscheiben; das ganze Gericht wird mit so viel Wasser, daß es gerade nicht anbrennt, weichgedünstet. Kurz vor dem Auftragen überstreut man es mit gehackter Petersilie.

Zum Schluß noch ein süßes Eintopfgericht, und zwar Quarkauflauf mit Aepfeln. Die Zutaten sind 500 Gramm Quark, ½ Kilogramm geschnittene Aepfel, 125 Gramm Zucker, 3 Eier, 1 Zitrone, 4 Eßlöffel Grieß, ½ Paket Backpulver. — Die geschnittenen Aepfel werden mit dem Saft der Zitrone beträufelt und mit etwas Zucker bestreut. Der durch ein Sieb gestrichene Quark wird mit den Eigelben und dem restlichen Zucker schaumig gerührt, dann kommt die Zitronenschale und der mit dem Backpulver vermischte Grieß dazu. Zum Schluß werden die Apfelschnitze und der steifgeschlagene Eierschnee daruntergezogen. Der Auflauf wird in einer eingefetteten Form etwa eine Stunde gebacken.

Ilse Brüninghaus.

Die praktische Hausfrau

Blätter für weibliche Interessen

Kleider- und Wäschebestände schont Reinigung

Um die Kleider- und Wäschebestände der Familie recht lange gebrauchsfähig zu erhalten, bedarf es, neben deren größter Schonung, auch einer sorgsamen Behandlung bei ihrer Reinigung. Wird diese unsachgemäß und mit ungeeigneten Mitteln ausgeführt, so können dabei Werte vernichtet, Schäden verursacht werden, die sich zahlenmäßig auch nicht annähernd angeben lassen, aber sowohl dem einzelnen Verbraucher, wie der Gesamtheit unseres Volkes außerordentlich fühlbar werden.

Auch die Flecken der verschiedensten Art, von denen sich niemand dauernd schützen kann, spielen als Wertminderer oder gar -zerstörer an Wäsche- und Kleidungsstücken eine große Rolle. Bald sind es die Kinder, bald die Erwachsenen, die durch eigene oder Unachtsamkeit anderer Flecke der verschiedensten Art an ihrer Kleidung erhalten, und die Hausfrau kann noch von Glück sagen, wenn sie sofort davon Kenntnis erhält und die Art der Substanz, die sie verschuldete, erfährt, um danach das in Frage kommende Reinigungsmittel zu wählen.

Sie weiß aus Erfahrung, daß sie, auf frischer Tat beseitigt, meist nur ganz geringer Mühe und einfachster Mittel, wie z. B. sehr oft nur reinen kalten oder heißen Wassers bedürfen, und veraltete und verhärtete Flecke und solche unbekannter Herkunft oft nur schwer zu entfernen sind. Die mildesten und unschädlichsten Mittel, wie z. B. Gallseife, Benzin und Benzol, sollten dann versuchsweise stets zuerst angewendet werden, um ihre Wirkung zu erproben.

Das muß jedenfalls die Hausfrau wissen, daß es kein Universal-Flecken-Reinigungsmittel gibt und nie geben kann. Jede Substanz, die einen Flecke an Wäsche und Kleidung verursacht, bedarf, abweichend von anderen, besonderer Lösungsmittel, und nur einige wenige vermögen, dank ihrer Zusammenstellung, eine ganze Reihe artverwandter Flecke spurlos zu tilgen.

Wenn nun auch fast alle Stoffe in bezug auf mechanisches Reiben eine ziemlich energische Behandlung vertragen, so ist doch bei Seidenstoffen (Rein- und Kunstseide) in dieser Hinsicht Vorsicht geboten. Wohl aber wird eine gute Waschseide, wie Pongé oder Crepe-de-Chine, sich schon besser dazu eignen. Der Name Waschseide sagt schon, daß eine haltbare Qualität vorliegt.

Jedenfalls sollte jede Hausfrau außer den Reinigungsmitteln alle notwendigen Hilfsmittel zur Fleckenentfernung stets vorrätig halten. Zu diesen gehört ein Schwamm, eine weiche Bürste, ein Stück Fensterleder, und bei Anzügen und Mänteln, wie überhaupt bei allen farbigen, jedoch farbechten Kleidungsstücken, möglichst ein Stück vom gleichen Stoff oder von naturgrauem Flanell. Ferner sollte ein ungestrichenes Brett als Unterlage beim Ausreiben der Flecken und ein großer Bogen weißes Löschpapier bereitliegen, der, unter die beschmutzte Stelle gelegt, die gelöste Substanz rasch aufsaugt. Bei schon längerer Zeit gebrauchten, also leicht angeschmutzten Kleidungsstücken, empfiehlt es sich, nach der Fleckenentfernung, zur Verhütung heller Stellen an der geriebenen Stelle, das ganze Stück strichweise mit geballtem Flanellappen, den man ständig gewechselt, mit Galleifenlösung leicht anfeuchtet. Ueber einen Bügel gestreift, möglichst in Zugluft getrocknet, um es unter feuchtem Leinentuch zu bügeln, erscheint es wieder wie neu.

L. E.

Von einer großen Kunst

Warten können zur rechten Zeit

Die Qual des Wartens kennt wohl jeder Mensch. Und doch — lassen wir uns nicht manchmal zu früh von Ungeduld beherrschen? Lassen wir vor allen Dingen nicht oft zu zeitig Gefühle in uns großwachsen, die nachher ungerecht und voreilig sind? Es ist nicht schön, wenn ein Besuch nicht zur bestimmten Stunde eintrifft; aber ehe wir uns in Aerger und Zorn versetzen, sollten wir nüchtern überlegen, daß ja auch eine Ursache da sein kann, die nachher das Zuspätkommen rechtfertigt. Auf jeden Fall sollen wir den Besuch, der zu spät kommt, nicht gleich mit bösen Worten überfallen, sondern erst abwarten, was er zu sagen hat.

Manche Ehefrau, die an Pünktlichkeit ihres Mannes gewöhnt ist, wird zornig, wenn er sich einmal verspätet. Damit kann sie ihn so verärgern, daß er ein zweites Mal sich verzögert; so lange, daß aus ihrem Zorn die Angst wird, die ein Unglück fürchtet. Das kann — ihr Glück sein. Jetzt wird sie ihren Mann nicht mit Vorwürfen, sondern voll Freude empfangen, daß er gesund wieder da ist. Und nach einer friedlichen Aussprache wird die Frau den Entschluß fassen und auch halten, nicht mehr übereilt unguten Gefühlen Raum zu geben.

Am meisten Angst stehen wohl Mütter aus, wenn ihre Kinder unpünktlich sind. Hier ist auch größte Berechtigung dazu da. Kinder, die an Gehorsam und Pünktlichkeit gewöhnt sind, kommen meistens rechtzeitig heim. Verspäten sie sich dennoch hin und wieder, wollen wir aber nicht gleich Schlimmes denken. Ein gewisser Zeitraum muß ausgefüllt werden mit sachlichen Gedanken: eine Schulstunde kann vorverlegt sein; ein Verkehrsunfall kann gewesen sein, und unser Kind steht und schaut . . . Meistens kommt es dann auch nach der ungefähr berechneten Zeit, und wir freuen uns, unsere Nerven nicht sofort mit den schwärzesten Gedanken strapaziert zu haben. Wenn natürlich auch nach diesen Möglichkeitsterminen unser Kind noch ausbleibt, müssen wir der Ursache nachgehen. Im Sinne des Wortes: nachgehen! Denn Warten allein, nur seinen quälenden Gedanken und Vermutungen ausgesetzt, ist dann das Nutzloseste.

Ein Mensch, der eine Zeitlang ohne zu starkes Mitschwingen des Gefühls warten kann, wird viel Nervenkraft sparen; sich und seinen Mitmenschen.

Wer warten kann in den kleinen Dingen des Lebens, wird auch in größeren und großen Geschehnissen abwarten können. Vieles im Leben braucht seine Zeit zur Reife. Der Landmann weiß, wie weit die Spanne zwischen Saat und Ernte ist; der Städter hat es häufig vergessen. Er vergißt zu oft, die natürliche Entwicklung abzuwarten und zerstört in seinem Drang zur Eile. Manche Frau und Mutter hat es schon büßen müssen, wenn ein Mann ungeduldig wurde, weil sie krank war. Er wollte seine Ordnung wiederhaben und ließ es deutlich merken, daß das Abwarten ihm unbequem sei. Die Frau steht viel zu früh auf und bleibt dann ein stetig kränkelnder Mensch.

So oft wollen wir, es gut meinend, eingreifen in einen Ablauf der Dinge, der uns zu langsam scheint: Vielleicht eine Bindung zwischen einem Paar beschleunigen, vielleicht eine Versöhnung