

wird bereitet aus 18 Tropfen ätherischem Senföl und $5\frac{1}{5}$ dg Alkohol.

Alpaka. In Südamerika heimisches Wollthier. Es hat ein 3—4 kg schweres Bließ von seidenartig feiner, glänzender, 16—20 cm langer Wolle, welche sehr geschätzt ist.

Alpakas. Stoffe, zu denen Alpakawolle als Einschuß verwendet worden ist.

Alpdrücken. Mit Druck, Angstgefühl, Athemnoth verbundener Traumzustand. Nach langem Kampf erwacht der Träumende mit einer Erinnerung an die Schreckgestalten seines Traumes. Ursache ist in den meisten Fällen Ueberladung des Magens. Man soll deshalb nicht zu spät vor Schlafengehen, nicht zu viel und namentlich nichts Schwerverdauliches essen.

Alpen- oder Felsenpflanzen. Zierpflanzen, die mageren, sandigen, steinigen Boden in sonniger Lage lieben, hohen Grad von Trockenheit vertragen und sich deshalb zur Verzierung von Felsenanlagen in Gärten, zur Bekleidung von Mauern oder kahlen Stellen eignen. Zu den Alpen- oder Felsenpflanzen gehören: Johannisblättriger Spießstrauch, Veilchen, Bohnenstrauch, Bibernelle, Alpenrose, Weißklee, Bergklee, Feldenzian, Hauswurz, Mauerpfeffer, Steinbrech, Himbeere, Küchenschelle, Fingerkraut, Judenkirsche, Walderbse, Vogelmilch, Tigerlilie, Leinkraut, Bergjohanniskraut, Enzian, Storchschnabel, Schachblume, Alpenglockenblume, Flockenblume, Eberwurz, Traganth, rother Fuchsschwanz, Glockenblume, Alpenaster, Bergwohlverlei, Rejeda, Kapuzinerkresse, Akelei, Fingerhut, Natterkopf, Löwenmaul, Steinkraut, italienischer Süßklee, Achillea, Nachtkerze. Arten, die mehr Schatten und Feuchtigkeit lieben, pflanzt man an schattige Stellen. Die Nordseite wird am besten mit Farrnkräutern besetzt. Die Spalten der künstlichen Felsen, in welche gepflanzt werden soll, sind vorher mit einer Mischung von 1 Theil Dammerde und 2 Theilen Moor- und Heideerde unter Zusatz von hinlänglichem Sand auszufüllen.

Alpenrose. In den höheren Bergen der Schweiz und Italiens wachsende Zierpflanze, verträgt die Winter Deutschlands ohne Bedeckung, bildet schöne Lauben, Pyramiden und Mauerbekleidungen. Im Frühjahr wird sie im Verhältniß der Stärke ihrer Triebe (die schwächsten Nebenweige am meisten) auf ein paar Augen, die langen starken Triebe gar nicht oder nur die Spitzen beschnitten. Das älteste Holz ist zuweilen ganz zu entfernen.

Alpenveilchen, siehe „Cyclamen“.

Alraun. Pflanze, aus deren rübenartiger

Wurzel früher Männchen geschnitten wurden; im Besitz derselben, sollte Segen in's Haus einkehren.

Alse. Flußfisch, sehr fett und wohlschmeckend, aber schwer verdaulich. Man kann ihn kochen, backen und braten.

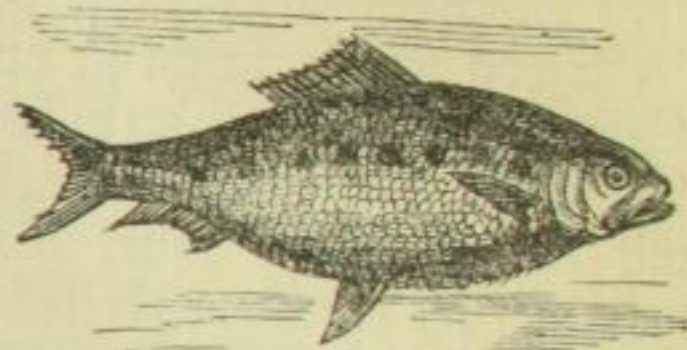


Fig. 14. — Alse.

Alströmerie.

Zierpflanze. Man nimmt im Herbst die Knollen aus der Erde, legt sie unter eine helle Stellage im Kalthaus auf Sand und bedeckt sie mit klarer Kohle. Sobald die Blüthenschäfte große Knospen treiben, werden sie in Töpfe mit leichter Erde gesetzt. Die Alströmerie läßt sich auch in jedem nicht zu warmen Zimmer treiben. Viel Kälte, besonders im Winter, ist der Pflanze schädlich.

Altdutsche Suppe. In dünne Scheiben geschnittenes Schwarzbrot wird in steigender Butter härtlich geröstet, in die Terrine gethan und kochende Fleischbrühe darauf gegossen.

Altenburger Rahmkäse. Von der gelabten und geronnenen, frischen, süßen Milch wird die Molke rein abgegossen, und die Käsemasse in Zwischenräumen von je $\frac{1}{2}$ Stunde 3 mal fest durch die Hände gedrückt. Darauf salzt man sie und drückt sie so fest als möglich in mit vielen Löchern versehene Holzformen. Auf jede Form wird ein hölzerner Deckel gelegt und dieser mit einem Stein beschwert. Täglich 3 mal in Zwischenräumen von je 2 Stunden wendet man jeden Käse um. Ist er genug gepreßt, so nimmt man ihn aus der Form, reibt ihn auf allen Seiten mit Salz ein und legt ihn zum Trocknen auf ein Bret.

Alterschwäche. Die dem Greisenalter zukommende natürliche Abnahme der Kräfte. Altersschwache Personen haben in jeder Beziehung vernünftig zu leben, um ihre Gesundheit bis zum Tode zu bewahren, und damit die Schwäche nicht durch eigenes Verschulden gesteigert wird. Sie müssen jede körperliche Bewegung vermeiden, die zur Ermattung führt, zeitig schlafen gehen, nächtliche Schweiß durch angemessene Diät und Vermeidung zu schwerer Federbetten verhüten, ebenso schwächende Durchfälle. Die Kost soll nährend, leicht zu kauen und zu verdauen sein. Ein kräftiges, gut abgelagertes Bier oder kräftiger, alter Wein, mäßig getrunken, ist allen andern Getränken vorzuziehen.

Alterversicherung, siehe „Rentenversicherung“.