



billigste Weg — natürlich darf man keine Mühe scheuen! Auch Platten verstehe ich mit verhältnismäßig geringem Geldaufwand geschmackvoll und ausgiebig herzurichten! Sardellen, harte Eier, Tomaten, krause Petersilie zum Schmuck — Sardellen- oder Schinkenbutter, selbst angemacht — kalter Braten aufgeschnitten — sind hier die kleinen, lebenswürdigen Variationen. — Ein reizvoller und preiswerter *Nachtisch*, den man allen Jahreszeiten anpassen kann:

Der Obstsalat — Äpfel, Apfelsinen — Weintrauben, Mandeln, Bananen, — alles fein geschnitten und gesäubert, und darüber zur geschmacklichen Abrundung ein paar Tropfen Rum. Oder ich nehme aus meinem Rumtopf, dem großen, geheimnisvollen, dem Heller aus vielen winterlichen Nöten, Früchte (ohne Soße) so viel, als notwendig sind, um den Boden einer Glasschale reichlich zu decken.

Darüber reine, ungesüßte Schlagsahne, und fast mühelos ist eine ganz feine Süßspeise bereitet. Die Sauce verwende ich im Laufe des Winters als Zutat zum Rotkohl!

Sie fragen mich, wieviel von meinem Gesamtwirtschaftsgeld durchschnittlich auf das Konto Geselligkeit entfällt? Im Winter ca. 80 Mark, im Sommer freilich wesentlich weniger. Übrigens sind wir sechs Personen im Hause: mein Mann, ich, unsere drei Kinder und die unentbehrliche Stütze.“

Eine Meisterin in der Kunst, aus wenigem viel zu machen, erlaubt mir einen Blick in

ihre Hausfrauen-Werkstatt. Sie lebt allein mit ihrem Mann, hat keine Kinder, keine Hausangestellte, — setzt ihren ganzen Ehrgeiz in die vollendete Erfüllung ihrer häuslichen Pflichten! Das ist ihr Beruf. Auch für nur zwei Personen ist es gewiß nicht so einfach, mit **2,50 Mark täglich** auszukommen, will man die Liebe des Gatten, die einem alten Spruch zufolge immer noch „durch den Magen geht“, gewinnen — und erhalten.

Wie macht sie es nun? Man höre, staune und folge, wenn man Lust hat, dem guten Beispiel! Eine Woche Speisezetteln;

Am Montag eröffnet sie das Programm mit der kräftigen Erbsuppe und Wurst als Beilage. Am Dienstag: gebackener Fisch — das kostet 1,20 M. Mittwoch: das Losungswort vegetarisch: Kartoffelpuffer mit Apfelmus. Donnerstag: falscher Hase, mit einem Ei, durch Semmel sehr gestreckt.

Freitag: Kartoffelsuppe mit Fleischklößen. Am Samstag kocht sie ein Pfund ganz mageres Rindfleisch mit Knochen und $\frac{1}{2}$ Pfund Reis. Am Sonntag gibt es aus dem übrigen Fleisch ein Fleischgericht mit saurer Soße. — Des Abends bringen Heringe, Wurstsalat, Kartoffeln in Speck Abwechslung in das trockene Gleichmaß der

Brotmahlzeiten. — Auch ein billiges Kuchenrezept verriet mir die sparsame Hausfrau: sie begnügt sich mit einem Ei, $\frac{1}{8}$ Pfund Butter, $\frac{1}{2}$ Pfund Mehl, $\frac{1}{4}$ Pfund Zucker, $\frac{1}{2}$ Backpulver und ein wenig abgeriebener Zitrone. Der Teig wird abgerollt und mit einem Pfund Kochäpfel, geschält und geschnitten, bedeckt. Man sieht — viele Wege führen nach Rom, und auch zum Haushalt ge-

