

die Stufen und Badsteinhaufen eine harte Bürste. Darauf stellt man sich 2 Eimer kaltes Wasser zurecht, streut auf die nasse Fläche leicht und gleichmäßig etwas Na-Schwefelpulver, reibt damit gleichmäßig und sanft und spült mit klarem Wasser nach. Es bedarf bei dieser Reinigungsmethode nur geringer Anstrengung, um selbst sehr stark verschmutzte und beschmutzte Flächen und Steinflächen wieder wie neu herzustellen.

Wenn das Dörfgemüse wertvolle, gut-schmeckende Mahlzeiten ergeben soll. An-jährliche Hausfrauen kennen vom Dörfgemüse nur die Suppenkräuter, und weil diese nicht ihren Vorkauf finden, verurteilen sie auch alle anderen Sorten. Sie wissen nicht, daß dieses Gemüse auch einer besonderen Be-handlung bedarf, um völlig den Geschmack des frischen Gemüses zu erhalten. So muß es unbedingt 16—18, am besten 24 Stunden weichen, um wieder soviel Wasser aufnehmen zu können, wie es beim Dörren verlor. Zu-vor muß es mehrmals gut abgewaschen, am besten gleich mit kaltem Wasser durchgeseiht werden, um von Schmutz und Staub befreit zu sein. Nun wird es im Einweichwasser langsam zum Sieden gebracht, am besten in die Kochkiste zum Garküchen versenkt und je nach seiner Art mit einer hellen oder dunklen Mehlschwitze, gedämpfter Zwiebel, Fleisch-brühe oder 1 Teelöffel Apfels Suppenwürze, auf 1 Pfund fertiges Gemüse gerechnet, im Geschmack verbessert. Grüne Bohnen, Möh-ren, Wirsing und Kohlrabi sind am besten mit daran gekochten Karotten im Geschmack. Rottkraut, Spinat, Grünkohl und Sellerie mit dazu gereichten Salzkarotten und irgend einer Fleischbeilage.

Schmutz- und Eisenränder im Wasch-ge-richt sind sofort zu entfernen, wenn man sauberes Zeitungspapier mit wenig Rottkraut bestreut und den Rand damit über-reibt.

Schlechte Eier beim Kochen sofort zu er-kennen. Vom Genuß sollten jene Eier un-nachlässig ausgeschlossen werden, die beim Einlegen in kochendes Wasser sofort nach oben steigen. Ganz frische Eier erkennen man daran, daß sie zu Boden sinken. Je mehr sie nach oben steigen, um so weniger frisch sind sie und demzufolge auch ihr Geschmack beeinträchtigt.

Kinderpflege.

Vom Spieltrieb zum Arbeitswillen der Kinder. Wenn jetzt im Frühling jeder Sonnenstrahl unsere Kinder fast gebieterisch ins Freie lockt und zieht, dann leidet gar manche Mutter über die zunehmende Anstrengung ihrer Kinder zu allerlei häuslichen Verrichtungen. Gar manche Hantierung in Haus und Küche, gar manche Einkauf nehmen ihr diese schon ab und helfen ihr damit die Bürde der häuslichen Pflichten erleichtern, die in der Zeit des Dienstbotenmangels oft gar empfindlich drückt. Nun aber ist Frühling geworden. Wie Vögel, die ihrem so lange verschlossen gewesenen Käfig leicht beschwingt entfliehen, so treibt es die Kinder hinaus zu Spiel und Lust, zur Vereinigung mit Gleich-gesinnnten. Kaum daß sie die notwendigen Mahlzeiten zu sich nehmen, so lockt und winkt die goldene Freiheit, die ungebundene, ungehemmte Dugendluft. Wer nun aber die Kinder aufmerksam bei ihrem Spiel im Freien beobachtet, der wird immer wieder feststellen, daß ihnen die Arbeit im Spiel, die Betätigung in irgend welcher Weise, der liebste und begehrteste Zeitver-trieb ist. Mit Schaufel und Eimerchen Wagen und Karren sind die Jüngsten, mit Kessel und Peitsche, Puppenwagen und Puppenhäherei die in den ersten Jahren Schulpflichtigen, mit allerlei Handarbeiten

die großen Mädchen, mit Bastarbeiten oder durch selbst hergestellten Karren „Zwei-füßler“ oder allerlei „Kampferat“ die größe-ren Jungen beschäftigt. Arbeit im Spiel, wir werden sie immer wieder dort finden, wo gesunde, lebensfrohe Kinder, voll Tat-kräft und Energie, ihr junges Dasein ge-nießen. Mächtig vor sich hinstauernde, stän-dig unbeschäftigte Kinder sind nie vollständig gesund, irgendwo „hupert“ es immer bei ihnen. Das gesunde Kind will und muß täglich seine Kraft üben, seinen Geist beschäf-tigen. Es kann gar nicht untätig sein, es muß die Gebilde seiner Phantasie irgendwie in die Wirklichkeit umsetzen und ergreift freud-ig jede Gelegenheit, selbsttätig zu sein. Freilich will es zur Arbeit an sich nicht ge-zwungen werden. Sie soll ihm ja nur Spiel sein oder Abwechslung in dieses bringen. Die Montessori hat mit ihrer Lehrmethode den Beweis glänzend erbracht, daß selbst die kleinsten schon freudig täglich kleine Pflich-ten erfüllen, wenn diese ihnen als Spiel nahe gebracht werden und entsprechendes Lob die in ihnen schlummernde Tatkraft immer wieder kräftig anregt. Unsere Mütter, die sich so gern von ihren Kindern bald hier, bald dort unterstützt und geholfen sehen möchten, sie sollten es lernen, die kleinen täg-lichen Pflichten ihren Kindern als eine An-nahmlichkeit, nicht als einen Zwang nahe zu bringen und lieb zu machen. Es wirkt ganz sicher anders auf diese, wenn sie sagen: „Deine Blumen ver-dursten bald und warten schon lange auf dich!“ als wenn sie, wie es so oft geschieht, barsch befehlen: „Gieße mal rasch deine Blumen, sie sind schon fast vertrocknet.“ Auch weniger angenehme Beschäftigungen, wie Staub-, Stiefel- und Messerputzen, Waren einholen usw., werden gern übernom-men, wenn der Wunsch nach Erlebung die-ser Pflichten mehr als die Gewährung einer dem Kinde erwünschten, als wie die Förde-rung einer von dieser unbedingt zu leistenden Arbeit geäußert wird. Nichts ist für ein Kind mehr Antrieb zur Arbeit, als der Stolz auf die selbstständig vollbrachte Leistung und die Freude der Mutter oder Eltern, der beste Anreiz zur freiwilligen Eilegerung der-selben.

Knabenhilfe im Haushalt. In welcher Fa-milie wäre es nicht Sitte, daß die heran-wachsenden Kinder der Mutter bei ihren vielerlei Pflichten und Arbeiten hilfreich zur Hand gehen! Und das mit Recht, denn ge-rade durch solche kleine Hilfsleistungen wird den Kindern das Leben lieb, ihr Selbstbe-wußtsein hebt sich in dem Gefühl, auch schon etwas zu leisten, und dazu wird in ihnen gleichzeitig noch ein anderes Gefühl geweckt, was sie in ihrem späteren Leben so gut brauchen können, ja sogar unbedingt nötig haben, wenn sie vorwärts kommen wollen: das Pflichtgefühl. Nun ist aber leider die Ansicht weit verbreitet, daß für häusliche Arbeiten nur das Mädchen geeignet sei, der Knabe dagegen davon frei bleiben müsse. Keine Ansicht ist aber törichter als diese. Warum soll denn nicht der Knabe der Mutter auch behilflich sein? Der Wille dazu ist doch in den meisten Fällen sicher vorhanden, warum dann diesen gewaltigen Unterschied zwischen den beiden Geschlechtern, wo von Natur aus keiner besteht! Im Gegenteil ist es ganz ratsam, dem Knaben soweit es geht, einmal häusliche, d. h. Mäd-chen-Arbeit zu überlassen, denn um so besser wird er dann einst als Mann die Arbeit seiner Frau abschätzen und achten können. Und klingt es an sich schon so reizend, wenn ein kleiner Bube gar stolz berichtet, wie er seiner „Mutter“ in der Küche half, so be-sonders, wenn er gemeinsam mit anderen Knaben und Mädchen in kinderreicher Fam-

lie den großen ergiebigen Wert, jeden der zwei Geschlechter frühzeitig vor falscher Ueberhebung des einen über das andere zu bewahren. Dieser Punkt allein aber genügt m. E. schon vollkommen, um Knabenhilfe im Haushalt zu rechtfertigen und angebracht er-scheinen zu lassen.

Gesundheitspflege.

Eisenreiche Frühjahrskräuter. Der be-rühmte Hygieniker und Ernährungstheoretiker Prof. Rubner hat einmal in seinen Schrif-ten ausgeführt, daß er niemals die Folgen der Bleichsucht, die auf Eisenmangel beruht, durch Zuführung metallischen Eisens kurieren würde. Nur jenes Eisen kann für den Kör-per den gewünschten Heilwert haben, das von ihm assimiliert, also aufgenommen wird. Nun haben aber auch eine ganze Reihe un-serer Frühjahrskräuter und -Gemüse einen hohen Gehalt an Eisen. So besonders Spinat mit 23,07 bis 39,1% und Karotten mit 8,8%. Auch Lattich, Kopfsalat, Bren-nesse, Waldmeister, Waidblätter usw., entweder als Salat, Gemüse oder Tee ge-nossen, sind als Gaben der neu verjüngten Natur für die bleichsuchtige Menschheit, na-menlich unserer jungen Mädchen, ein wahres Segen und verhelfen ihnen bei längerem Genuß mit zur erhofften Stärkung und Ge-nehung.

Pflichtlich aufsteigende Nasenröte zu besei-tigen. Jene Menschen, die an plötzlich auf-steigender Nasenröte beim Genuß heißer Getränke oder bei schroffem Temperatur-wechsel leiden, sollten zur raschen Beseiti-gung dieses Uebels stets ein kleines Gläs-chen gereinigtes Benzol und etwas Watte bei sich tragen. Nur mäßig angefeuchtet auf die gerötete Nase gelegt, vertreibt dieses Mittel die Röte wieder von dieser, ohne doch die Haut irgendwie zu reizen. Natür-lich müssen die Augen während der Anwen-dung geschlossen und Lippen und Nasen-innere von einer Berührung mit Benzol ge-schützt werden.

Wenn nach Angabe des Arztes irgendeine Mischung hergestellt werden soll und es feh-len die erforderlichen Maße im Haushalt, so bediene man sich dazu folgender Dinge: Eine Literflasche faßt 1000 Gr. Wasser, ein e Weinflasche (¾ Liter) 750 Gr., eine halbe Weinflasche 375 Gr., ein Bierseidel von ½ Liter 500 Gr. und ein Bierseidel von ¼ Liter 250 Gr. Inhalt 400 Gr. Was-ser. Ein Eßlöffel nimmt ungefähr 15 Gr., ein Teelöffel 7,5 Gr. und ein Teelöffel 4 Gr. Flüssigkeit auf.

„Feuchte Hände“ und die Beseitigung die-ses Uebels. Wenn auch das Vorhandensein feuchter Hände auf stark gestörtes Allgemein-befinden schließen läßt, das eine durchgrei-fende Behandlung des Körpers und intensi-ve Hautpflege erfordert, so gibt es doch dafür auch verschiedene kleine Hausmittel. So em-pfiehlt es sich, zur Kräftigung der erschlaff-ten Schweißdrüsen der Hände diese mehr-mals täglich in kaltes Wasser zu tauchen und danach mit rauhem Tuche zu frottieren. Wenn irgendmöglich, sind auch länger währende Sandbäder von 5—10 Minuten Dauer zu nehmen, um die lokalen Schweißdrüsen zu kräftigen. Gilt es aber für besondere Ge-legenheiten, wie Anfertigung feiner Näh- und Handarbeiten, die Hände von ihrer läst-igen Feuchtigkeit zu befreien, so sollten sie öf-ter mit leichtem Aluunwasser gewaschen oder mit feinem Reispudding nach vorübergegan-nem Abwaschen und Grottieren eingerieben

Redaktion: C. Rudwig in Heilbronn a. M.



Der Praktische Ratgeber

für Landwirtschaft und Tier-zucht, Obst- und Gartenbau, Familie und Haus.

Beilage zur

Sauerländer Zeitung

Druck und Verlag v. Hans Albrecht, Brilon.



Nr. 9.

1921

Wie pflanzt man Gurken und Melonen.

Es ist häufig üblich, Gurkenkeimlinge in Töpfen und Frühbeeten zu ziehen und sie dann ungefähr Mitte Mai ins freie Land zu bringen, wenn die Pflänzchen bereits 3 Blät-ter gebildet haben. Meines Erachtens nach ist die Pflanzung hierzu schon zu alt, so daß beim Anwachsen Rückschläge entstehen, denn der Wurzelhals ist schon verhärtet und kann sich demzufolge nur schwer bewurzeln. Der weiche Wurzelhals hingegen hat die Eigen-schaft, schnell Wurzel zu schlagen, wenn er mit lockerer, weicher und nährstoffreicher Erde in Berührung kommt.



Ein besseres Verfahren ist, wenn man die noch junge kleine Pflanze bis zur Hälfte des Wurzelhalses ins Erdreich bringt. Der Wurzelhals ist derjenige Teil von der Wur-zel den Stengel hinauf bis zu den Keim-blättern. Sobald das erste Laubblatt sich zu ent-wickeln beginnt und die Keimblätter völlig ausgebildet sind, ist die beste Pflanzzeit ge-kommen. Unsere Abbildung zeigt ver-schiedene Stadien von Gurkenpflanz-lingen: zu hoch, zu tief und richtig gesetzte Pflänzlinge.

Bei Gurken, Melonen und Kürbissen un-terscheidet man zwei Blütenformen: männliche und weibliche. Die ersten erscheinen an den Ranken zuerst, werden aber nach kurzer Zeit weggelassen und fallen dann ab, geben also keine Frucht. Später entstehen dann an den Spigen der Ranken die weiblichen Blüten. An dem langgestreckten Fruchtstiel ist schon deutlich die Form der späteren Gurke zu er-kennen. Wer Gurken unter Glas baut, lasse nicht außer Acht, daß dieselbe ein Insekten-blütler ist. Deshalb lüfte man während der Blütezeit reichlich. Häufig fällt dieselbe in eine nässliche Witterung, wo eine Uebertra-gung des Blütenstaubes durch Insekten aus-fällt. Es muß dann eine künstliche Befruch-tung eintreten. Man wählt zu diesem Zweck die wärmste Tageszeit, bestreut mit einem Haarpinsel oder Wattestäbchen

die männlichen und die weiblichen Blüten. Die Fruchtbarkeit der Gurkenpflanze hängt hauptsächlich von der Mehr- oder Minde-rzahl der weiblichen Blüten ab. Je früher diese erscheinen, um so größer ist die Frucht-barkeit.

Zum Schluß seien noch einige altbewährte Gurkenforten genannt. Für die unter Glas zu züchtenden Gurken sind hervorzuheben Prestoits Verbefferte und Königsdorfer Un-ermüdbare. Für die späte Treiberei unter Glas kommt vor allem Moos Treibgurke in Betracht. Für den Freilandbau sind Anitum und die Berliner Nagurke empfehlenswert. Die Grüne-Grochlicher eignet sich besonders zum Einlegen, und die russische Traubengurke ergibt eine vorzügliche Pfeffergurke.

Was über den Anbau der Gurke gesagt wurde, gilt auch für Melonen und Kürbisse, als Verwandte der Gurke. Danison.

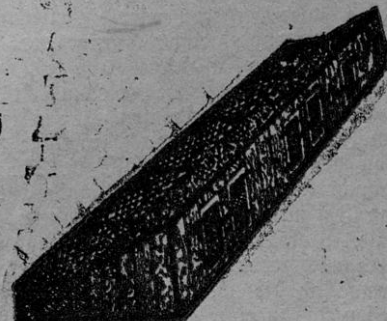
Die Angelfischerei im Mai.

In den Mai fällt die Reizzeit aller un-serer Fische. Wir wissen, daß in der Teich-wirtschaft das Erreichen des Raupfens nur dann von Erfolg begleitet ist, wenn günstige Witterungsverhältnisse bei diesem wichtigen Vorgange herrschen. Wird das Weiter nach dem Raupstadium plötzlich kühl und stürmisch, dann schlüpft die Brut nicht aus, und unsere Binnengewässer erhalten wenig Nachwuchs. Besonders empfindlich gegen widrige Witte-rungsverhältnisse ist der Brachsen. Es ist darum gar nicht selten, daß dieser Fisch in manchen Gewässern plötzlich verschwindet, eben weil infolge stürmischen Wetters beim Raupstadium der Nachwuchs fehlt und die gro-ßen Schilde weggelassen werden. Der Brach-sen ist äußerst scheu, und sein Gang darum nicht leicht. Auch der Gang des Rotauges mit der Angel gestaltet sich schwierig. Han-tiert der Angelfischer in Gewässern, wo diese beiden Fische vorkommen, so kann ihm nur geraten werden, jegliche Dedung anzuneh-men. Beim Gang dieser beiden karpfenähn-lichen Fische soll nur leichtes Angelzeug Ver-wendung finden. Der Gang der Bachforelle wird nimmer auch von jenen Angelfischern lebhaft betrieben, die allzuwagliche Feger sind. Während dieser Salmonide gegenwärtig in den Gewässern mehr die leichten Stel-len bevorzugt, zieht er sich späterhin in grö-ßere Wassertiefen zurück und ist dann beson-ders unter hohen Ufern, Brücken, an den Vorsprüngen des Ufers angutreffen. Der Angelfischer, der auf Bachforellen fischt, soll sich möglichst weit vom Ufer bewegen, am besten ist es, wenn sein Schatten nicht auf die Wasseroberfläche fällt. Unter Fisch erdugt den Angler sofort und wird dann miß-träulich. Bei ungetrübtem Wasser verspricht die künstliche Fliege oder der Spinner wenig Erfolg, dann greife man zum Regenwurm.

Ein guter Abder ist die Larve der Frühlings-fliege (Eggenwurm). Damit kann man tat-sächlich ein Forellengewässer leerfischen. Im Mai kann sich auch der Krebsfischer erfolg-reich betätigen. Wer es aber gut meint, der fange den Krebs noch nicht, denn die Weib-chen schleppen jetzt die ganz entwickelten Eier mit herum. Diese letzteren sind aber für manche Ledermäuler leider eine große De-likatesse. Der Krebs wechselt jetzt den Pan-zer, wobei die Männchen den Anfang ma-chen. Ist er dann zum Butterkrebs gewor-den, so hat er alle Ursache, sich vor seinen Feinden verborgen zu halten, denn alle ha-ben ihn in dieser hilflosen Lage „zum Grei-fen gern“. Besonders der Aal liebt diesen garten, weichen Hapen. Der Aalfang wird lohnender, auch die Nachschmäre versprechen größere Erträge als im Vormonat. Seinen Höhepunkt erreicht der Aalfang aber erst im Juni und Juli. — In der Wildfischerei hat die Kontrolle der künstlich hergerichteten Raichplätze zu erfolgen. Ihnen wird noch gar zu wenig Beachtung geschenkt. Viele Gewässer würden einen besseren Fischbestand aufweisen, wenn künstliche Raichplätze herge-richtet würden. Es beginnt der Brachsen-fang mit Soden, Negen und weimaßigen Garnen. Die Raichzeit des Raupfens nimmt ihren Anfang. Ist das Wetter andauernd warm, dann muß die Fütterung verstärkt werden. Der Kleinteichwirt soll auch in diesem Jahre wenig oder gar kein Ausstutten geben, zumal kleine Teiche in der Regel reich an Naturnahrung sind. Also nur in „or-men“ Teichen füttern! Praktikus.

Ein praktischer Buchtitel für Kaninchen-züchter.

Wohl von allen Haustieren wird das Ka-ninchen, was die Behausung anbetrifft, noch immer am schlechtesten behandelt. Ir-gend eine Riste in irgend einer Ecke ist für



dieselbe noch gut genug. Daß dann die Ent-wicklung der Tiere manches zu wünschen ü-brig läßt, ist nicht selten die ganze Sache zu-grunde geht, ist wohl kaum zu verwundern. So einfach es das Kaninchen zu halten ist,

Fliesen und Steinfußböden auf leicht-
 Weise zu scheuern. Beim Hausputz fürcht-
 die Hausfrau namentlich das beschwerliche
 und zeitraubende Reinigen von Fliesen und
 Steinfußböden, mit denen ja vielfach nicht
 nur Küchen und Vordstuben, sondern auch
 Hausflure und Hauseingänge bedeckt sind.
 Die Granit- und Sandsteinstufen aber, die zu
 vielen Häusern emporführen, haben zumeist
 während des Winters derart in ihrem Aus-
 sehen gelitten, daß sie noch mehr wie je
 größter Kraftanstrengung bedürfen, um wie-
 der ihr ursprüngliches gutes Aussehen zu er-
 langen. Sind Kalkarsenide auf Fliesen
 oder Steinfußböden beim Erneuern der
 Randschalen entstanden, dann müssen diese
 zuvor mit Spachtel, Messerrücken oder auch
 einer Kupfermünze entfernt werden, ehe man
 das eigentliche Scheuern vornimmt. Nur
 nimmt man für Fliesen und Steinfußböden
 am besten einen Etch- oder Pastellstein, wie
 oder zugewonnenhalttes, altes Seidenleinwand.