

# Die Welt der Frau

Beilage zum „Posener Tageblatt“

Nr. 2

Posen, den 19. Januar

1930

## Merkwürdige Hochzeitsreisen.

Immer wieder gibt es Menschen, die vor anderen etwas voraus haben müssen, die sich hervortun um jeden Preis. Diese oft unstillbare Sucht macht bei Menschen von exzentrischer Veranlagung oft selbst vor der Hochzeitsreise nicht halt! Wie weit dieses Streben geht, erfuhr man kürzlich durch eine Meldung aus New York, nach der ein besonders originell veranlagter Bräutigam sich mit seiner Braut in einem Flugzeug trauen ließ, das während der heiligen Handlung über den Wolkenkränern der Hudson-Metropole kreuzte. Höher hinauf geht's nicht, mag sich dieser schnurrige Yankee gedacht haben; aber in Wahrheit ist auch dergleichen schon längst dagewesen.

Als der französische Astronom Camille Flammarion vor 45 Jahren seine Braut vom Altar führte, stiegen sie geradewegs in die Gondel eines Ballons und unternahmen eine längere Fahrt durch die Luft.

„Es ist unmöglich, das Entzückende zu beschreiben“, — so erzählte Frau Flammarion nachher — „das ich fühlte, als ich zwischen den Wolken mit dem Mann zusammen schwebte, dem ich einige Stunden vorher versprochen hatte, durchs Leben zu folgen. Wir fuhren durch gewaltige Wolkenmassen, und unter uns hatten wir andere Wolken, die aussahen wie eine riesige Gebirgslandschaft mit Gipfeln, Gletschern, Fätern und Klüften. Es war ein unbeschreiblicher Anblick.“

Am Tage 1849 verlegte Sir Henry Colville auf diese Weise mit seinem Balloon zu verorten. Mit seiner Gattin stieg er in London im Balloon auf. Ein furchtbarer Sturm raste, und man warnte das Brautpaar vor dem Aufstieg, aber sie sahen nur über alle Warnungen; die Seile wurden gerost, und binnen wenigen Augenblicken war der Balloon den Gasschauern aus den Händen entglitten. Die Heise ging indessen gut vonstatten, und die Braut ertörte nachher, sie konnte sich nichts Spannenderes für die Hochzeitsreise denken. Aber nicht alle Hochzeitsreisen in der Luft haben einen so glücklichen Verlauf gehabt. Als z. B. Hauptmann Carbonnet mit seiner Frau, unmittelbar nachdem sie die Kirche verlassen hatten, in die Gondel stiegen, um woer die Lippen zu küssen, aguten sie nicht, wiegen sich abwärts, bis sie entgegengingen. Am nächsten Tage wurde die Gondel gegen einen Felsgipfel geschleudert und der Hauptmann wurde getötet. Die Braut fand man drei Tage später halbtot vor Kälte und Hunger. Mehr Glück hatte der amerikanische Sportsmann Robertson, dessen lustige Hochzeitsreise, die leicht einen tragischen Abschluß hätte finden können, doch durch einen glücklichen Zufall glatt abließ. Als der Ballon etwa 70 Meter hoch gestiegen war, verlor die junge Braut vollständig die Fassung, sprang aus der Gondel und fiel — in den Tennesseefluß. Kaum ist wohl ein Bräutigam so plötzlich und so rasch, nachdem er sie zum Altar geführt hatte, von seiner Braut geschieden worden. Glücklicherweise war Robertson kein Mann, der sofort den Kopf verlor, und statt, wie es eine weniger kaltblütige Natur vielleicht getan hätte, ihr nachzuspringen, blieb er, wo er war. Bei der rasenden Schnelligkeit, mit der der Ballon flog, hätte er sicher nicht das Glück gehabt, in den Fluß zu fallen. Nun tat er alles, was er tun konnte, um den Ballon zum Halten zu bringen, und einige Stunden später sah er seine Gattin wieder, die ihm ängstlich und über ihre Dummheit schluchzend, aber glücklich darüber, daß alles gut abgelaufen war, entgegenkam.

Aber nicht nur in der Luft haben Neuvermählte Strapazen mit lachender Miene ertragen. Nicht wenig abenteuerlich war z. B. die Hochzeitsreise, die Major Bowel Cotton und seine junge Frau durch das dunkelste Afrika machten. Mehrere Monate durchwanderten sie einsam die Urwälder, umgeben von Menschenfressern. Vor einigen Jahren versuchten der amerikanische Millionär Mag Fleischmann und seine Frau eine Hochzeitsreise zum Nordpol zu machen.

Daß sie dabei nur ein Stück in die arktischen Eismassen hinauftamen, ist noch erinnerlich. Sie übten die Jagd aus und kleideten sich in die Felle der Tiere, die sie aßen. Frau Fleischmann schoß selbst zwei Eisbären, und daß das Unternehmen erfolgreich war, dafür zeugte die Rückkehr des Paares. Die Hochzeitsreise war die 350 000 Mark wert, die sie gekostet hatte.

Eine der merkwürdigsten Hochzeitsreisen die man kennt, unternahm ein Schweizer mit seiner Gattin. Das Paar hatte sich vorgenommen, um die Welt zu reisen und alle Hauptstädte zu besuchen. Durch Ägypten und weiter hinunter durch Afrika kamen sie nach Kapstadt. Von dort reisten sie nach Indien, das sie kreuz und quer durchfuhren; dann wurde der Kurs auf Australien gerichtet, wo ihr erstes Kind geboren wurde. Von Australien fuhren sie nach San Francisco und dann zu allen wichtigen Städten in Nordamerika. Als sie nach drei Jahren nach Bern zurückkamen, hatten sie 50 000 Kilometer zurückgelegt und 100 000 Mark ausgegeben. St.

## Milch bei Zuckerkrankheit.

Die Kost bei Zuckerkrankheiten ist, nach wie vor, auch bei den modernen Behandlungsarten, der Mittelpunkt der ganzen Lebensführung. Was kann nun der Zuckerkranke mit Milch und ihren Erzeugnissen anfangen? Milch selbst enthält Milchzucker, ist also kohlehydrathaltig, und Kohlehydrate können vom Zuckerkranken nur in bestimmter Menge vermerkt werden. Allerdings ist der Zuckergehalt erträglich, da 250 Gramm Vollmilch erst 20 Gramm Weißbrot hinsichtlich ihres Kohlehydratgehaltes entsprechen. Auch andere Milcharten, saure Milch, Joghurt usw. sind in ihrem Kohlehydratgehalt der gewöhnlichen Vollmilch ungefähr gleichzusetzen. Dagegen enthalten Kefir und Rahmgemenge weniger Milchzucker. Es gibt ferner eigens hergestellte Milcharten für Zuckerkranken, die unter Vermeidung von Milchzucker zusammengesetzt sind.

Bei bestimmten Zuständen sind auch bei Zuckerkranken Milchkuren am Platze. v. Noorden, der bekannte Erforscher der Zuckerkrankheit, hat von der Einschlebung reiner Milchtage Vorteile bei akuten Magentatarrhen, bei fieberhaften Zuständen, bei anderen dazwischentretenden Krankheiten, auch bei überfütterten Zuckerkranken und bei Kreislaufstörungen gesehen. Bei solchen Milchkuren werden anfänglich etwa 800 Kubikzentimeter Milch am Tag gegeben und diese Menge allmählich auf 1500 Kubikzentimeter gesteigert; während dieser Kur ist Bettruhe angezeigt. Von Kefir könnte infolge des geringeren Zuckergehaltes etwa die doppelte Menge genossen werden. Derartige reine Milchtage bewirken eine Entfettung, Entwässerung und Zuckersenkung im Körper, so daß sie für diesen eine erhebliche Entlastung bedeuten. Rahmzusätze, auch in Form von saurem Rahm, lassen die Kost des Diabetikers (Zuckerkranken) bedeutend abwechslungsreicher gestalten, und das ist gerade bei derartigen längerwährenden Stoffwechselfstörungen praktisch von besonderer Bedeutung.

Butter ist ein Hauptnahrungsmittel des Zuckerkranken. Es ist ausgiebig in seinem Nährwert durch seinen großen Kaloriengehalt, enthält wenig Eiweiß und noch weniger Kohlehydrate. Milch (Ruh-Vollmilch) enthält beispielsweise in 100 Gramm 4,7 Gramm Kohlehydrate, Butter dagegen in 100 Gramm nur 0,5 Gramm Kohlehydrate. Eine Einschränkung kann sich ergeben, wenn es sich um Kranke handelt, die gleichzeitig an Fettsucht leiden. Wo das aber nicht der Fall ist, wird Butter immer einen Grundstock der Ernährung von Zuckerkranken bilden.

Käse bildet gleichfalls bei Diabetikern einen Hauptbestandteil der täglichen Ernährung, doch ist ein unbeschränkter Genuß wegen des hohen Eiweißgehaltes, der gleichfalls

bei Zuckerkranken einer Abgabung bedarf, nicht am Platz. Die Kohlehydrate im Käse sind gering und betragen bei Vollfettkäse etwa 2 Prozent. Im allgemeinen wird eine Menge von 50 Gramm Käse am Tag nicht überschritten. Die Kranken gewöhnen sich dabei sehr rasch daran, den Käse allein, ohne Brot, zu genießen, und empfinden das in keiner Weise als störend. Frische Sührämkäse wird man vermeiden, weil sie mehr Zucker enthalten, und das ist unnötig; bei älteren Sorten ist das bereits ausgeglichen. Im allgemeinen können alle Käsearten genossen werden, je nach der Liebhaberei des Patienten. Frischer, stark mit kaltem Wasser ausgewaschener Sauermilchkäse gibt die Möglichkeit zur Herstellung der verschiedensten Käsegerichte. Die Kochbücher für Zuckerkranken enthalten eine ganze Reihe derartiger schmackhafter Speisen.  
Dr. W. Sch.

## Diätbehandlung der Tuberkulose.

Von Privatdozent Dr. med. Hans Bischoff, Kofstod.

Durch die Tagespresse sind Vorträge über eine neuartige erfolgversprechende Behandlung der Tuberkulose in weiteste Kreise der Öffentlichkeit gedrungen. Das Problem der Heilung dieser furchtbaren Volksseuche unserer modernen Kultur war damit in den Brennpunkt des Interesses aller gerückt. Zwar wurde durch Richtigstellung mancher Punkte von seiten der Vortragenden selbst — in wirklich dankenswerter Weise — der allzu große Enthusiasmus Unerfahrener gedämpft, doch blieb das Interesse an der Frage nach der diätetischen Behandlung mit Recht weiter bestehen. Kurz zusammengefaßt: Die moderne diätetische Behandlung der Tuberkulose nach Gerson-Herrmannsdorfer-Sauerbruch hat nach den bisherigen Erfahrungen anscheinend günstigen Einfluß auf Haut- und Knochentuberkulose. Dagegen kann ihr ein besonderer Wert bei der Bekämpfung der Lungentuberkulose wohl nicht zugesprochen werden.

Für die G.-H.-S.-Diät wird ein Kostzettel mit genauer Aufzählung der verbotenen, beschränkt erlaubten und erlaubten Speisen angegeben. Allerdings bereitet die technische Durchführung der Diät sehr große Schwierigkeiten und hat weiter den Nachteil, daß sie, wie von allen Seiten betont wird, sehr teuer ist. Die Diät beruht auf reichlichem Eiweiß- und Fettgehalt bei relativ geringen Kohlehydratmengen und äußerster Einschränkung von Kochsalz. Dagegen sollen Mineralien, wie Kalium und Kalzium, und Vitamine in großer Menge dem Körper zugeführt werden. Hohen Vitamingehalt können wir durch Kohlkost erreichen; deshalb sind rohes Obst und rohe Gemüse — letztere in Form von Preß-Säften — gefochtem Obst und Gemüse vorzuziehen. Außerdem vermag man aber die Vitamine weitestgehend zu erhalten durch Beschränkung der Back-, Brat- und Kochzeit der verwandten Nahrungsmittel; Gemüse sollen also nur gedämpft, nicht gebrüht werden. Durchaus erlaubt sind aber dennoch Kompott, Marmelade, Fruchtgelee und ähnliches. Von tierischen Nahrungsmitteln sollen etwa 600 Gramm frisches Fleisch pro Woche genossen werden, dazu Eingeweide, wie Hirn, Bries, Lunge, Leber, Nieren, Milz. Erlaubt sind frische Fische, nie gesalzene oder geräucherter. Eine wichtige Rolle spielt die in der Ernährung Tuberkulöser von jeher hoch geschätzte Milch. Von ihr sollen 1—1½ Liter täglich genossen werden, wenn möglich, d. h. wenn die Bezugsquelle einwandfrei ist, in rohem Zustand. Die Milch wird gern als Getränk genommen und ist durch ihren reichen Kaloriengehalt obendrein ein wertvolles Nahrungsmittel für den Kranken. Sie beschwert nicht den Magen, am wenigsten bei bettlägerigen Patienten. Ihren besonderen Vorzug verdient sie aber für die G.-H.-S.-Diät durch ihre Kochsalzarmut. Auch kann die Milch nach Belieben in Form von saurer Milch, in Milchkafao usw. verwandt werden. Desgleichen sollen die Milchzerzeugnisse, wie Sahne, Kefir, salzreicher Käse, Quark, Topfenkäse, herangezogen werden. Zu beachten ist, daß Butter nur als ungesalzene Butter Verwendung finden soll. Von den anderen Fetten sind Olivenöl, Schweineschmalz und salzloser Speck gestattet. Als letztes aus der Reihe der animalischen Nahrungsmittel seien als erlaubt genannt die Eier, in jeder üblich zubereiteten Form. Alle erlaubten, beschränkt erlaubten oder verbotenen Speisen aufzuzählen, ist nicht Zweck dieses Artikels, sie müssen, wie die erlaubten Gewürze, ärztlicher-

seits besonders verordnet werden. Ebenso verhält es sich mit Medikamenten, wie Phosphor-Lebertran und einem Mineralsalzgemisch, das reich an Kalk und Magnesium ist.

## Wenn Frauen sich schmücken...

Wenn Frauen sich schmücken, sollten sie in erster Linie den Spiegel und nicht die Mode befragen. Legt man hundert Frauen die Frage vor: „Warum trägst du Schmuck und warum gerade diesen?“, wird man höchstwahrscheinlich hundert verschiedene Antworten bekommen. Ob die richtige Antwort: „Weil dieser Schmuck zu mir paßt!“ dabei sein wird? —

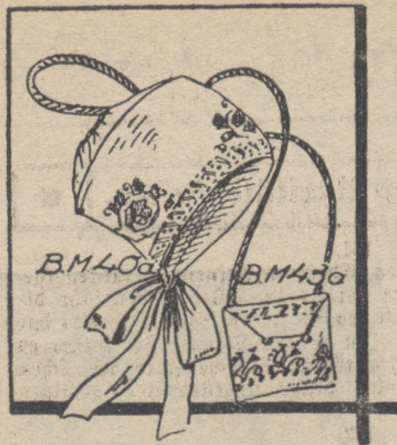
Das hat nun nichts damit zu tun, ob man phantastischen, mit Edelsteinen reich besetzten, außerordentlich wertvollen Schmuck trägt oder ein bescheidenes, vielleicht sogar unechtes Ketten. Nicht der Wert eines Schmuckstückes ist maßgebend — sondern der Geschmack. Denken wir z. B. an Ringe. Jede Hand verlangt einen anderen Ring. Dicke, fleischige Hände läßt man am besten „unberingt“ (ein Ehering ist natürlich gestattet) und lenkt nicht die Blicke anderer auf die Hand, indem man sie mit möglichst großbesteinigen Ringen schmückt. Im Tragen von großen Steinen sollte man selbst bei den bestgeformten Händen die größte Vorsicht walten lassen; ganz besonders, wenn es sich um Brillanten handelt, denn „Brillant“ kommt nicht von „brüllen“ her. Es wird immer vornehmer und eleganter wirken, mehrere kleine Steine als Ringschmuck zu tragen, als einen übertrieben großen. Der heutige Goldschmied arbeitet so individuell, daß sich zu jeder Hand und jedem Geschmack ein passender Ring finden wird. Strenger und schwerer Schmuck gehört ebensowenig an eine zarte wie niedlicher an eine ausgeprägte, gut entwickelte, starke Frauenhand.

Noch mehr als im Tragen von Ringen sündigen viele Frauen in der Wahl ihrer Ohrhinge gegen den guten Geschmack. Es ist geradezu entsetzlich, was man da oft sehen muß! Ob die Frauen keinen Spiegel besitzen, die es fertig bekommen, ein breites, nichtsagendes Gesicht mit langen, möglichst auffallenden Ohrgehängen einzurahmen? Ohrhinge verlangen von ihrer Trägerin den größten Geschmack! Ein noch so hübsches Bild kann durch den Rahmen entstellt werden. — Ohrhinge müssen sich dem Gesicht, der Frisur, dem Kleid und der Tageszeit (man trägt am Vormittag am besten gar keine Ohrhinge) anpassen, um ihren Zweck, die Frau zu schmücken, erfüllen zu können.

Während man sich früher mit einem feinen Ketten ums Handgelenk oder einem schmalen Armband begnügte, schreibt jetzt die Schmuckmode der Dame geradezu eine Panzerung der Arme vor. Man schmückt sich mit Armbändern in allen möglichen und unmöglichen Variationen und tut heute leider meist hier viel zu viel. Mit wenig, das Wort gilt auch hier, würde meist mehr erreicht werden.

Trägt man nun viel oder wenig Schmuck, das eine soll immer maßgebend sein: Nicht der Wert des Schmuckes soll entscheidend sein, sondern der Geschmack. — Man kann viele Schlüsse daraus ziehen, wie eine Frau sich schmückt. Seit es Frauen gibt, haben sie auch Liebe zu Schmuck gehabt, um sich damit zu schmücken: für den Mann, für etnander, für sich selbst oder auch in der reinen Freude am Schönen. Und so wird es bleiben, so lange es Frauen gibt. Es ist auch gut so, denn wenn Geschmack, Fräulichkeit und Kunstsin in der Wahl der Schmucksachen vorherrschen, wird es immer schön und erfreulich wirken, wenn Frauen sich schmücken. —  
Armaard Taschenbera.

Auf den Mißbrauch der Schokolade kann nicht oft genug hingewiesen werden. Es besteht hier und da die Ansicht, daß die Ernährung des Kindes ohne Kafao oder Schokolade überhaupt nicht vollständig sei, und oft genug richten unvernünftige Eltern an den Arzt die Frage, von welchem Alter an und wieviel Schokolade das Kind täglich erhalten darf. Darauf läßt sich nur die eine Antwort geben, daß weder Kafao noch Schokolade in der Ernährung der Kinder notwendig sind. Ueberhaupt wird deren Nährwert allgemein überschätzt. Daß die Schokolade den Kindern gut schmeckt, ist kein Grund, sie als notwendiges Nahrungsmittel zu betrachten. Wer nicht nur auf die Ernährung, sondern auch auf die Erziehung der Kinder bedacht ist, wird die Schokolade mehr für den letzteren Zweck bereithalten. Es gibt im Leben jedes Kindes Augenblicke, wo der Erzieher eines besonderen Reizmittels bedarf, um das zu erreichen, was er will. Was tut nicht ein Kind für ein Stückchen Schokolade, wenn sie ein seltener Genuß für das Kind ist! Bekommt es aber täglich Schokolade, so ist mit derselben erzieherisch nichts zu erreichen.



B. M. 40a. Säb-  
chen aus hellem Woll-  
stoff mit wirkungs-  
voller Buntstickerei  
und farbigen Binde-  
bändern. Dazu pas-  
sendes Täschchen B.  
M. 43a. Lyon-Typen-  
muster auf Tafel 6  
für 50 Pf. erhältlich.

B. M. 43a. Täsch-  
chen aus hellem Woll-  
stoff mit farbiger  
Buntstickerei, passend  
zum Mützchen B. M.  
40a. Farbige Seiden-  
schnur. Lyon-Typen-  
muster auf Tafel 6  
für 50 Pf. erhältlich.

Das Schnittmuster ist gegen Einsendung des Betrages  
zugänglich 30 Pfennig Porto zu beziehen durch die Firma  
G. Lyon, Berlin SO 16, und durch die Geschäftsstelle unseres  
Blattes.

## Für die Küche.

### Kräftige Alltags-Gerichte.

Die einfachen, sättigenden Gemüsegerichte kommen nach  
all den Feiertagen jetzt wieder doppelt zu Ehren. Dazu wird  
Hammelfleisch oder Rinderschmorbraten gegessen, auch ein-  
fach gekochtes Ochsenfleisch. Es gibt auch wieder einmal  
etwas Zusammengekochtes. Ehrlich gestanden tat das ein-  
fachere Essen not, denn die Festtage mit ihrem komplizierten  
Speisezettel waren weder der Gesundheit noch dem Geldbeutel  
ganz zuträglich. Diesem schon gar nicht. Maronen sollten in  
jeder Form auch am Alltag gegessen werden. Sie sind sehr  
nahrhaft und können entweder Ersatz für Kartoffeln oder  
für die Süßspeise sein.

**Weiße Bohnen mit Wurzeln und Äpfeln.** 500 Gramm  
weiße Bohnen werden am Abend vorher eingeweicht. Am  
andern Tag werden sie mit frischem Wasser, 100 Gramm  
ausgebratenem Speck, reichlich Suppengrün, hauptsächlich  
Wöhren, nebst 250 Gramm kleingeschnittenen Kartoffeln  
langsam weichgekocht. Ist das Gemüse ziemlich weich, so gibt  
man noch einige geschälte, zerteilte Äpfel sowie ein wenig  
Eisig dazu. Erst zum Schluß wird das nötige Salz dazu-  
gegeben.

**Gemüse von roten Rüben (Beten).** Die Rüben werden  
geschält und roh in recht längliche Stifte geschnitten. Man  
kocht sie in wenig leichter Fleischbrühe, der man ein wenig  
Eisig, Salz, Pfeffer, Kümmel und ein Stäubchen Zucker zu-  
setzt, weich. Zum Schluß verdickt man die Brühe mit einem  
Löffel Mehl und wenig laurer Sahne. Frikandellen und  
Salzkartoffeln eignen sich gut dazu.

**Hammelragout mit Gemüse.** Aus einer Hammelkeule  
oder einem Blatt löst man die Knochen, zerhackt sie und setzt  
sie mit Suppengrün und dem nötigen Salz aufs Feuer. Das  
Fleisch wird roh in größere Würfel geschnitten und mit Fett  
weichgedämpft. Dann fügt man etwas Mehl und eine fein-  
geschnittene Zwiebel hinzu und füllt mit Knochenbrühe so  
viel nach, als man Lunte zu haben wünscht. Sauber gepuzte  
Kohlrabi, Karotten und auch Weißkohl werden gepuzt, zer-  
legt und mit dem Hammelfleisch weichgeschmort. Zum Schluß  
würzt man das Gericht mit Pfeffer und wenig Kümmel.

**Hammelschnitzel mit Parmesankäse.** Man löst das Fleisch  
aus einem Hammelrücken oder einer Keule, zerlegt es zu  
Schnitzeln und klopft es mit einem hölzernen Fleischklopper  
recht tüchtig. Nun salzt man die Schnitzel, wendet sie in  
halb geriebenen Semmeln, halb geriebenem Parmesankäse  
und legt sie nebeneinander in eine eingefettete, mit Semmel-  
krumen ausgestreute Form, legt auf jedes Stück ein Stückchen  
Margarine und übergießt das Ganze, nachdem man es noch  
 $\frac{1}{2}$  Zentimeter hoch mit Parmesankäse bestreut hat, mit ver-  
quirlter saurer Sahne.

**Gefochte Fleischbällchen in Tomatentunke.** Aus 375  
Gramm gewiegtem Fleisch, halb Schwein, halb Rind, wird  
mit einer eingeweichten Semmel, einem Ei, Salz, Pfeffer,  
geriebener Mustatnuß und einer kleinen Zwiebel ein Fleisch-  
teig gerührt und aus diesem ungefähr 8 Klöße gedreht. Aus  
250 Gramm Tomaten, 2 Löffeln Mehl, einem Löffel Fett  
und wenig Pfeffer wird eine würzige Tomatentunke bereitet.  
Nachdem man sie durchgegossen hat, läßt man darin die Klöße  
garschmoren.

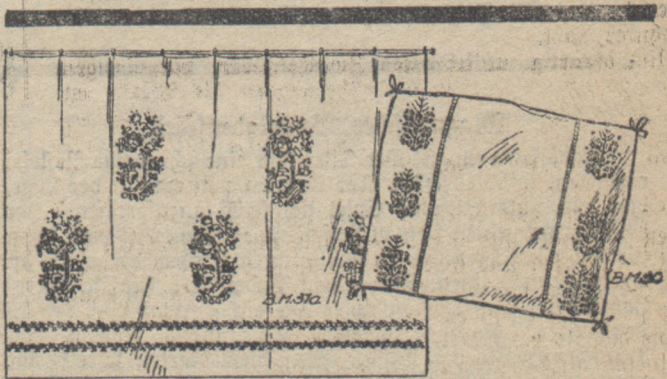
**Gebünstete Kastanien.** Man schwenkt die abgeschälten  
Kastanien in einen Topf mit 125 Gramm feischer Butter,  
bestäubt sie mit einem Eßlöffel voll Mehl, schüttelt sie wieder,  
bis sie sich gelblich färben, gibt dann einen Löffel Zucker  
hinzu, gießt etwas kräftige Fleischbrühe hinein und dämpft  
sie weich. Gebünstete Kastanien sind eine vorzügliche Bei-  
lage zu Rind- oder Hammelbraten, Koteletten, gebackener  
Kalbsmilch, für Bürees aller Art und Grüntohl.

**Gefochte Kastanien.** Man schält ein Pfund Kastanien,  
läßt sie in siedendem Wasser einmal aufkochen und reibt  
darauf mit einem Luche die innere Schale ab, nachdem man  
sie in kaltem Wasser abgekühlt hat. Darauf dünstet man sie  
in einem Viertelliter Milch, der man etwa 50 Gramm Zucker  
zugefetzt hat, weich, läßt sie ablaufen und benutzt sie als  
Garnierung für Ragouts, Kohl und Spinat.

**Apfelzie:** Auf ein Backbrett schüttet man 350 Gramm  
Mehl, mischt dies mit etwas Salz, vier Eßlöffel unzerlassenen  
Schneer und ein wenig Milch. Diese Masse muß sehr gut  
vernetet und tüchtig mit dem Messer gehackt werden, daß  
sie sich aufstreifen läßt. Dann legt man mit dem auf-  
getriebenen Teig eine gut ausgestrichene feuerfeste Form  
aus. In Scheiben geschnittene, gezuckerte Äpfel und Ro-  
sinen gemischt füllt man hinein, gießt  $\frac{1}{4}$  Liter Milch, in dem  
man ein Ei, etwas Zimt und Zucker verquirlte, darüber und  
bedeckt alles mit dem Rest des Teigs, den man zum Deckel  
aufstreift. Oben legt man Butterflöckchen auf und bäckt den  
Pie bei mäßiger Hitze ungefähr eine Stunde. In der Form  
bringt man ihn auf den Tisch. An Stelle von Äpfeln  
können auch entkernte Kirschen und Pflaumen verwendet  
werden.

**Spiegelstede auf Samt** besucht man auf der Rück-  
seite mit einem in reines Wasser getauchten Schwamm, zieht  
sie dann auf der Rückseite langsam über ein heißes Bügel-  
eisen und streicht dabei — womöglich durch eine zweite Per-  
son — auf der rechten Seite mit dem feuchten Schwamm  
gegen den Strich, damit sich die Fäden wieder aufstellen.

**Dunkle Hauskleider stärkt man besser mit Leim.** Die  
Kleidungsstücke sehen danach wie neu aus und schmuhen auch  
bedeutend weniger. Etwas unangenehm ist der anhaftende  
Leimgeruch, der aber beim Trocknen an der Luft bald ver-  
geht. Werden die geleimten Stücke geplättet, dann macht sich  
zwar noch einmal der wenig schöne Geruch bemerkbar, der  
aber beim Kaltwerden der Stücke wieder verschwindet. Um  
beispielsweise sechs Schürzen oder Hauskleider zu leimen, ist  
eine Tafel gewöhnlicher Tischlerleim erforderlich. Der Leim  
wird klein geklopft und in etwa  $2\frac{1}{2}$  Liter Wasser eingeweicht.  
Am andern Tag löst man ihn in einem feuerfesten Gefäß auf  
dem Herde unter Rühren vollständig auf. Abgekühlt wird  
das Leimwasser zum Stärken verwendet.



B. M. 30. Einfaches Riffen aus Leinen mit bunter  
Motivstickerei und Zierstich. Farbige Schnurbegrenzung. —  
Lyon-Typenmuster auf Tafel 4 für 50 Pf. erhältlich.

B. M. 31a. Vorhang aus Leinen mit schöner Bunt-  
stickerei, als Motive und Bordüre angeordnet. Lyon-Typen-  
muster auf Tafel 4 für 50 Pf. erhältlich.

Das Schnittmuster ist gegen Einsendung des Betrages  
zugänglich 30 Pfennig Porto zu beziehen durch die Firma  
G. Lyon, Berlin SO 16, und durch die Geschäftsstelle unseres  
Blattes.

**Schwarzen Samt,** der schon grau geworden, streicht man  
mit einem Stück Speckschwarte gegen den Strich undbürstet  
ihn dann mit dem Gazetnähel nach dem Strich; er wird  
wieder schön schwarz.

Das gefräßige Mondmännlein / Verse und Bilder von Orlew.



Mondmännlein kriegt gleich Appetit,  
Wie er den Fisch im Wasser sieht.  
Zum Angeln greift er drum geschwind:  
Sein Wolkenpferd rennt wie der Wind.



Raum ist am Ziel der dicke Mann,  
Fängt er auch schon zu angeln an.  
Es scheint, ihm winkt der Mühe Lohn:  
Das Wasser spritzt, da kommt er schon!



Nun schnell den Fisch gepackt! O weh!  
Das Tier springt plötzlich in die Höh!  
Es beißt der Fisch, O Schreck, o Graus,  
Wie sieht Mondmännleins Nase aus!

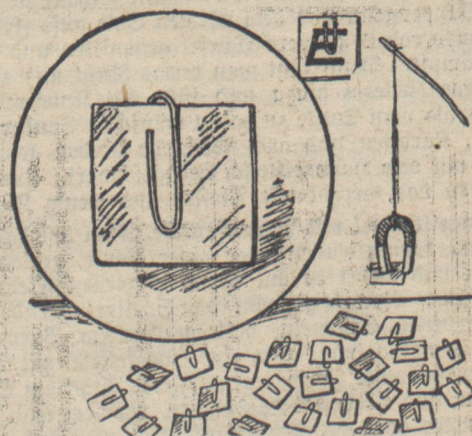


Es kommt stets anders, als man denkt,  
Besonders, wenn man Fische fängt.  
Wer seine Eier nicht kann bezwingen,  
Dem sollt' man dieses Liedlein singen.

Magnetisches Buchstabenpiel.

Habt keine Angst! Der Titel läßt eine schwierige Bastelei erwarten, in Wirklichkeit aber ist jeder von euch in der Lage, das sehr unterhaltssame Spiel sich selbst anzufertigen. Ihr benötigt nur einen kleinen Hufeisenmagneten, den man schon für ein paar Pfennige kaufen kann, außerdem einen Bogen Kartonpapier, einen Stab, einen Faden und fünfzig Büroklammern. Das Kartonpapier hat ein Format von 30x15 Zentimeter. Daraus schneidet ihr fünfzig Karten, von 3 Quadratzentimeter Größe. Auf diese Karten schreibt ihr zweimal das Alphabet, und zwar auf jede Karte einen Buchstaben. Nun streift ihr, wie aus der nebenstehenden Zeichnung hervorgeht, über jede Karte eine Büroklammer. Das Hufeisen bindet ihr an den Faden, den Faden an den Stab. Die fünfzig Tafeln werden mit der Buchstabenseite nach unten auf einen Haufen gelegt. Dieser wird gründlich gemischt, und dann beginnt das eigentliche Spiel. Jeder Spieler angelt, sooft er an der Reihe ist, drei Karten aus dem Haufen. Die Aufgabe lautet: Wer zuerst mit den erangelten Buchstaben den Namen eines Baumes legen kann, hat gewonnen. In der nächsten Partie wird der Name eines Tieres, dann wieder der eines Monats gelegt usw.

An Stelle des magnetischen Buchstabenspiels kann natürlich auch ein magnetisches Rechenspiel treten. Dann erhalten die fünfzig Tafeln auf der einen Seite je eine Ziffer von 0 bis 9, so daß die Zahlen von 0-9 im ganzen fünfmal vorhanden sind. Auch bei diesem Spiel werden jedesmal drei Karten hintereinander geangelt. Angenom-



men, A. hat die Karten 1, 3, 4 erwischt, dann legt er diese in der Reihenfolge, wie er sie bekommen hat, also die Zahl 134, offen auf den Tisch. Jetzt kommt B. an die Reihe. Nehmen wir an, er hat die Ziffer 1, 5, 7 gezogen, dann legt er diese Zahl 157 unter die 134. Diese beiden Zahlen müssen addiert werden, und derjenige, der beim Weiterangeln als erster die Summe 291 beisammen hat, hat gewonnen. Wer falsch addiert, wird zur Strafe zweimal über schlagen. Einen besonderen Vorzug haben beide Spiele dadurch, daß sie von beliebig vielen Personen gespielt werden können.