

haben, schüttet dies Wasser weg, und läßt dann Gemüse und Fleisch mit dem etwa nötigen Gewürz zusammen völlig gar werden. Wollte man beides zusammen aufsetzen, so würde entweder das Fleisch noch hart sein, wenn das Gemüse gar ist, oder dieses würde zu Brei zerflohen, bis das Fleisch genießbar ist.

Eins aber muß sich jede Hausfrau merken: von demselben Stück Fleisch läßt sich nicht zugleich eine kräftige Brühe und ein gutes Stück Kochfleisch oder Braten machen. Will man gute Brühe essen, so ist nachher die Fleischfaser ausgelaugt und unschmackhaft, und will man ein Stück saftiges Fleisch auf den Tisch bringen, so muß man auf die Brühe verzichten. Vielen Leuten ist der Geschmack der Brühe sehr angenehm. Sie läßt sich auch billig herstellen, wenn die Hausfrau die Kunst versteht, allerlei Abfall von einem regelrechten Stück Fleisch, Knochen, Bratenreste und dergleichen dazu zu benutzen und mit Wurzelwerk und vielleicht ein wenig Fleischextrakt nachzuhelfen. Aber aus schierem Fleisch bereitet, ist sie eine teure Speise. Denn das mit kaltem Wasser aufgekochte Fleisch giebt wohl während des mehrstündigen Kochens Nährstoffe an die Brühe ab, aber den wichtigsten darunter, das Eiweiß, hat die Köchin längst fortgeworfen, wenn die fertige Suppe auf den Tisch gebracht wird. Sobald nämlich der Inhalt des Topfes ins Kochen kommt, gerinnt das aus der Fleischfaser herausgetretene Eiweiß und sammelt sich in schaumigen Flocken auf der Oberfläche, und die entfernt jede Köchin mit dem Schaumlöffel. Brühe ist daher sehr wenig nahrhaft. Sie wirkt nicht viel anders wie eine Tasse Kaffee oder ein Glas Wein: sie regt angenehm an, aber sie sättigt nicht. Bindet man sie nachher mit Mehl und Ei, thut Gries, Sago oder Nudeln, Klöße, Eierstrich hinein, so ersetzt man die fehlenden Nahrungstoffe; aber von klarer Brühe wird kein Mensch satt.

Rathilde Lammers.

II. Abfälle im Hause.

Was der Staub im Zimmer, das sind Schmutz und Abfälle im Hause. Wenn nicht ununterbrochen für ihre Beseitigung Sorge getragen wird, so zerstören sie die Behaglichkeit, Reinlichkeit und Ordnung der Wohnung und die Gesundheit der Bewohner. Täglich fallen aus der Küche und Werkstatt eine Menge nutzloser Stoffe ab, täglich werden die im Gebrauch befindlichen Gegenstände im Hause, Kleider, Schuhe und Gerätschaften etwas abgenutzt und schliesslich als ausgedient beseitigt oder als zerbrochen weggeworfen.