

Das mecklenburgische Landmädchel

im BDM.-Weck
„Glaube und Schönheit“

BDM-Werk
„Glaube und Schönheit“
auf dem Lande

Arbeitsrichtlinien

für alle Mädels in der

Arbeitsgemeinschaft „Bäuerliche Berufsertüchtigung“

Obergau und Landesbauernschaft Mecklenburg

Meine Kameradinnen!

Bereits im 3. Winter kommen in den mecklenburgischen Dörfern unsere Mädel, Bauern-, Siedler- und Landarbeitertöchter zur Arbeitsgemeinschaft „Bäuerliche Berufsertüchtigung“ des BDM-Werkes „Glaube und Schönheit“ zusammen, um sich in freiwilligem Erlernen von vielen Arbeiten das Rüstzeug für ihre spätere Lebensaufgabe zu holen. Auch Du gehörst dazu!

Ihr alle wißt, unser Erziehungsziel ist und bleibt die Bäuerin, unsere Gemeinschaftsarbeit soll Euch diese Aufgabe zur inneren Bestimmung werden lassen.

Mit diesem Heft soll Euch nun zusammengefaßt das gegeben werden, was Ihr in der Arbeitsgemeinschaft lernt oder noch lernen werdet. Für Euch bedeutet es ein noch stärkeres Mitarbeiten.

So soll Euer praktisches Können und Euer politisches Wissen um die Aufgaben des Bauerntum in dieser großen Zeit noch erweitert werden Eurem Hofe, Eurer Gemeinschaft und damit unserer Lebensaufgabe im deutschen Volke zum Nutzen.

Die Beauftragte
für das BDM-Werk
im Obergau
Elfriede Bauer,
Untergauführerin

Die Jugendwartin
der Landesbauernschaft
Ellie Hübbe,
Untergauführerin

8 Jahre bauen wir am Großdeutschen Reich

Ein neues Jahr bricht an. Eine neue Frist wird uns geschenkt für den großen Kampf um das Werden unseres Volkes. Viele harte Jahre bauen wir schon, und es ist Segen auf dem Werk gewesen, auf dem Werk unserer Hände, weil Opfer die Bausteine waren und Liebe und Treue der Mörtel, der die Steine zusammenhielt. Immer aber stehen wir am Anfang, und niemals wird es der Opfer und der Liebe genug sein. Volkwerdung braucht ewige Tat.

Josefa Berens-Totenoh

Am 30. 1. 1941 jährte sich zum achten Male der Tag, an dem der greise Generalfeldmarschall v. Hindenburg das Steuer des Reiches in die starke Hand des Führers legte. Zum zweiten Male nun begehen wir diesen Tag im Kriege. Ein Jahr liegt hinter uns, das unseren Waffen im Kampf um unseres Volkes Freiheit die gewaltigsten Siege schenkte. Wir durften in diesem Jahre Zeugen eines Geschehens werden, wie es sich in 1000 Jahren deutscher Geschichte kaum wiederholen wird. Wißt Ihr noch, als am 14. Juni 1940 die Kunde vom Einmarsch der deutschen Truppen in Paris den Ather durchdrang, und denkt Ihr noch an jene mitternächtliche Stunde, da die Glocken dem deutschen Volk verkündeten, daß seine tapferen Söhne den Feind im Westen für immer bezwungen hatten? Nun steht ein Raum im Schuß der deutschen Waffen, der vom Nordkap bis zu den Pyrenäen reicht.

Gerade weil unsere Zeit so gewaltig ist und oft in schier atemberaubendem Tempo an uns vorüberbraust, dürfen wir als Glieder der nationalsozialistischen Jugend niemals vergessen, daß der Führer von jedem von uns, auch von dem kleinsten Jungmädchel, verlangt, daß es sich das Rüstzeug aneignet, daß es ihm ermöglicht, den großen Ereignissen mit wachen Sinnen folgen zu können. Denn nur, wenn wir um die Größe unseres Volkes, um die Zeiten der Niederlage und der Siege wissen, können wir ganz mit ihm leben.

Als der Führer am 30. 1. 1933 nach 14jährigem Kampf um die Macht im Innern das Ruder des Reiches ergriff, da erschien er als Retter in höchster Not. Das Erbe, das er antrat, war das

schlimmste: Im Osten, Westen und Norden hatte das Diktat von Versailles wertvolle, im Laufe einer langen Geschichte mit deutschem Blut besiedelte und verteidigte Gebiete aus dem Körper des Reiches herausgeschnitten (Elsaß-Lothringen, Eupen und Malmedy, Schleswig, Danzig und Westpreußen, Posen und Ostoberschlesien). Unmäßig hohe Tribute, die Deutschland den Feindmächten zahlen mußte, brachten die deutsche Wirtschaft an den Abgrund. Überall strömte fremdes, vor allem jüdisches Blut in den deutschen Volkskörper hinein. Der Boden war entwertet und Handelsware geworden. Viel wertvoller deutscher Bauernbesitz ging in den Jahren des Staates von Weimar zugrunde, seine Besitzer zogen in die Stadt und vermehrten hier das Heer der Arbeitslosen. 6 Millionen schaffender deutscher Menschen mußten im Jahre 1932 dem Produktionsprozeß fernstehen. So wankte das deutsche Volk wirtschaftlich und moralisch gebrochen dem Untergang entgegen.

In einem solchen Augenblick begann der Führer sein Werk. Wir glauben, daß ein Volk vor allem durch die Arbeit am Boden wieder zu sich selbst und zu seiner Kraft zurückfindet. Schon am 6. März 1930 erklärte der Führer in einer Rede an das Landvolk: „Die Erhaltung eines leistungsfähigen, im Verhältnis zur wachsenden Gesamtvolkzahl auch zahlenmäßig entsprechend starken Bauernstandes bildet einen Grundpfeiler der nationalsozialistischen Politik gerade deshalb, weil diese auf das Wohl des Gesamtvolkes auch in den kommenden Geschlechtern gerichtet ist.“ Dem Bauern zurückzugeben, was des Bauern war, wurde die vornehmste Aufgabe des Staates. Das Reichserbhofgesetz vom 29. 9. 1933 und das Reichsnährstandsgesetz vom 13. 9. 1933 sind die Grundgesetze unseres Staates. Durch sie wurde der Boden den Händen einiger jüdischer Spekulanten entrissen und zum unantastbaren Gut der Nation erklärt. Am 14. 7. 1933 wurde das Gesetz über die Neubildung deutschen Bauertums erlassen, durch das etwa 800 neue deutsche Bauerndörfer in den 6 Jahren nach 1933 geschaffen wurden.

Es galt aber nicht nur, den deutschen Bauern wieder an den Boden zu binden, sondern auch dem Städter einmal in einer kurzen Spanne des Lebens den Segen der Arbeit am Boden zuteil werden zu lassen. Am 4. 5. 1933 ernannte der Führer Hierl zum „Beauftragten für den Arbeitsdienst der NSDAP.“ Es ist die Geburtsstunde des Reichsarbeitsdienstes, der zur großen umfassenden Erziehungsschule des deutschen Volkes wurde, in der die praktische Arbeit zur Gewinnung und Verbesserung deutschen Bodens eine der Hauptaufgaben ist. Es wurde bisher eine Fläche gewonnen, auf der 75 000 Volksgenossen, vor allem Bauern und Landarbeiter, angesiedelt wurden.

Der Angriff auf die Arbeitslosigkeit, das große Problem, vor dem die nationalsozialistische Staatsführung stand, erfolgte in zwei großen Vierjahresplänen, die nach kurzer Zeit durch ein gewaltiges Arbeitsbeschaffungsprogramm auch den letzten Deutschen wieder in Arbeit und Brot brachten. Nach unserer Auffassung ist die Arbeit Segen und Gnade und kein Fluch. Jeder gesunde Mensch hat nicht nur ein Recht, sondern auch die Pflicht zur Arbeit.

Die Krönung des Aufbauwerkes des Führers brachte das Gesetz über die Wiedereinführung der allgemeinen Wehrpflicht vom 16. 3. 1935. Damit war die entehrendste und für ein Volk, das sich seiner Kraft wieder bewußt wurde, vollends unerträgliche Bestimmung des Versailler Diktates gefallen.

Nun streifte Deutschland die Ketten von Versailles eine nach der anderen ab: Nachdem am 13. 1. 1935 durch eine überwältigende Volksabstimmung das Saargebiet an das Reich zurückgegeben war, kam am 13. 3. 1938 der unvergleichliche Augenblick, an dem der Führer seine Heimat, das deutsche Oesterreich, heimbrachte. Er erfüllte so den Traum einer 1000jährigen deutschen Geschichte, und ihm gelang, was einst Bismarck versagt blieb. Am 1. 10. 1938 kehrten die Sudetendeutschen heim, am 16. 3. 1939 wurde das Protektorat Böhmen und Mähren geschaffen und damit den Feinden Deutschlands die Aufmarschbasis gegen das Reich genommen. Am 23. 3. 1939 kehrte das Memelgebiet, am 1. 9. des gleichen Jahres Danzig, am 26. 9. 1939 Ostoberschlesien, am 18. 5. 1940 Eupen und Malmedy in das Reich zurück. Durch das Gesetz vom 8. 10. 1939 wurden die neuen Reichsgaue Danzig—Westpreußen und Wartheland gebildet. So hat der Führer Schritt für Schritt Versailles überwunden und den Bestand des Reiches gemehrt. Niemals aber hat er eine Forderung gestellt, die die Ehre und das Leben eines anderen Volkes in irgendeiner Weise bedroht hätten. Im Gegenteil, wieder und wieder hat der Führer unseren Feinden die Hand zur Versöhnung und zur Zusammenarbeit gereicht. Als England und Frankreich durch die unduldsame Haltung Polens vor die unausbleibliche Frage ob Krieg oder Frieden gestellt wurden, da wählten sie Krieg. So trat Deutschland an zum entscheidendsten Kampf um seine Existenz.

Wir wollen immer daran denken, daß die großen Siege der Jahre 1939 und 1940 uns nicht in den Schoß gefallen sind, sondern daß sie errungen wurden durch die unermüdliche Arbeit, die Opferbereitschaft und Hingabe aller schaffenden Deutschen: Arbeiter, Bauern und Soldaten.

Aus ihrem Werk erwächst uns Jungen die Verpflichtung:

„Laßt uns das Antlitz der Gegenwart prägen:

gläubig im Herzen, klar im Wesen und tapfer in der Tat.“

Der Erbhof

Jeder Bauernhof ist eine Opferstatt,
wo man gläubig Gottes Willen tut,
wo sein Werk in starken Händen ruht
und die Treue eine Heimat hat.

Der Bauernhof bedeutet für die Bauernfamilie die Arbeits- und Lebensstätte und darüber hinaus die Heimstatt der Sippe, da in den meisten Fällen schon die Vorfahren auf dem Hofe saßen und nach Möglichkeit noch viele Geschlechter der gleichen Sippe in Zukunft den Hof als ihre Heimat betrachten sollen. Es ist daher selbstverständlich, daß zur Erhaltung der Familie und Sippe auf einem Bauernhof alles vom Staate getan werden muß, um den Hof vor dem Verfall und dem Untergang zu schützen, damit für die Zukunft ein starkes Bauerntum den Staat trägt und erhält. Dazu ist zweierlei nötig:

Erstens: Wirtschaftlich muß dem Bauern eine Stellung in der deutschen Gesamtwirtschaft eingeräumt werden, bei der sich die Bauernarbeit lohnt, d. h. der Ertrag der Arbeit derart ist, daß die Familie davon leben und sich und den Hof erhalten kann. Dieses Ziel wird nach der mit Unterstützung des Staates durchgeführten „Aufrüstung des Dorfes“, d. h. Wegeverbesserung, Versorgung mit elektrischer Kraft wie auch zentrale Wasserversorgung, durch eine andere Preispolitik der gesamten Wirtschaft und auch durch Verbesserung von Arbeitsmethoden und Maßnahmen der Arbeitserleichterung und damit der Leistungssteigerung in vielen Betrieben erreicht werden.

Aber die Vergangenheit hat gezeigt, daß selbst wirtschaftliche Maßnahmen allein nicht geeignet sind, das Bauerntum und damit ein ganzes Volk vor dem Untergang zu retten, wenn nicht gleichzeitig das Bauerntum in seinen geistigen Grundlagen erhalten und insbesondere vor fremden, unbäuerlichen Einflüssen geschützt wird. Dieser Schutz erfolgt — wie ebenfalls die Geschichte gelehrt hat — am besten durch ein dem bäuerlichen Wesen entsprechendes Recht.

Zweitens ist daher der Bauer unter ein Recht zu stellen, das ihn in seinem eigentümlichen Wesen achtet und ihm dadurch die Möglichkeit gibt, seinem Wesen entsprechend zu leben und sich zu entfalten, kurz gesagt, sich in seiner Art treu zu bleiben. Und

dieses Recht will das Reichserbhofgesetz dem Bauern geben, ja, dieses Recht soll sich der Bauer durch das Reichserbhofgesetz und durch seine Bauerngerichte im Einzelfalle selbst gestalten.

Was bedeutet dem Bauern der Erbhof?

Der Grund und Boden ist keine Ware, die willkürlich veräußert werden kann, sondern ein Besitz, der sich von Generation auf Generation vererben soll. Dieses Gut zu erhalten und mit ihm dem Volke zu dienen, ist Pflicht eines jeden Bauern. Nicht die Größe und der Umfang des Besitzes machen diesen besonders wertvoll, sondern die Treue, der Fleiß und die Geschicklichkeit seines Besitzers.

Das Gesetz ist ein Standesgesetz. Wer Bauer sein oder werden will, muß diesem Stande dienen.

Rein und stark an Seele und Leib soll er wissen, daß das Bauerntum der Blutsquell des deutschen Volkes ist.

Der deutsche Bauer erinnere sich der Worte des Führers:

„Der erste und tiefste Repräsentant des Volkes aber ist jener Teil, der aus der Fruchtbarkeit der Erde die Menschen nährt und aus der Fruchtbarkeit seiner Familie die Nation forterhält.“

Durch das Gesetz, das am 1. Oktober 1933 in Kraft getreten ist, wird im Laufe der kommenden Jahre das erreicht sein, was der Wille des Führers ist: über deutschem Land und besonders dem deutschen Osten, möglichst gleichmäßig verteilt, wird eine große Anzahl von Bauernhöfen entstehen, mit einem gesunden Bauerngeschlecht, das die Gewähr bietet für die Reinheit der Rasse und den Fortbestand von Volk und Staat.

Das Reichserbhofgesetz ist die Wiederverankerung des germanischen Odalrechtes.

Der Erbhof

Anerbenbrauch: Der Erbhof geht ungeteilt auf den Erben über. Was ist ein Erbhof? Land- und forstwirtschaftliches Grundeigentum in der Größe von mindestens einer Ackeranbauung und von höchstens 125 ha.

Was gehört zum Erbhof? Der Erbhof ist ein zusammengehöriges Ganzes. Zu ihm gehören der Erbhof selbst und alle von ihm aus bewirtschafteten Grundstücke, die Eigentum des Bauern sind. Dazu kommt das Hofzubehör.

Der Bauer

Mit dem Wort „Bauer“ bezeichnete das altgermanische Recht einen Freien, der Land besaß.

Darum, nur der Eigentümer eines Erbhofes heißt Bauer.

Bauer kann nur sein, wer deutschen oder stammesgleichen Blutes ist.

Der Bauer muß ehrbar sein.

Der Bauer muß befähigt sein, die Bewirtschaftung eines Hofes ordnungsgemäß zu führen.

Bauernrecht ist nach altem deutschen Brauche Mannesrecht.

Die Zukunft des Bauerntums

liegt in der selbsterkannten Kraft unserer Landjugend

Wir wissen, daß allein ein starkes Bauerntum es letzten Endes ist, das auf die Dauer das Volk nicht nur in seinen Bestandteilen erhält, sondern auch befähigt, die Stellung einzunehmen, die das deutsche Volk zu seiner Zukunftsaufgabe in Europa befähigt: Einmal der Entgermanisierung entgegen zu treten. Dies sind die Grundlagen der Politik des Führers und müssen Gemeingut und Wissen des ganzen Volkes sein.

Es kommt uns aber darauf an, wie das Bauerntum selbst dazu Stellung nimmt und was es tun wird, um stark und gesund zu bleiben.

War der Bauer einst Träger des Volkes — so hat uns die Entwicklung der Geschichte gezeigt, daß der Bauer aus dem bewußt mitgestaltenden politischen Leben fast ganz ausgeschaltet wurde. Im Anfang war der Bauer, doch aus dem Kriegsdienst der Bauern war dann Hörigkeit, Frondienst und Leibeigenschaft geworden. Und ist auch der Bauernkrieg der Höhepunkt und das Ende einer Jahrzehnte währenden Aufstandsbewegung der Bauern gegen ihre Unterdrücker gewesen, so ist ihnen der große Befreiungsversuch doch mißglückt. So blieben sie, was sie geworden waren, die unterdrückten, unfreien Bearbeiter des Bodens ihrer Lehns Herren. Und die Auswirkungen dieser Leibeigenschaft reichen — besonders in Mecklenburg — noch in die jüngste Zeit und haben politisch wie wirtschaftlich nicht den Aufstieg ermöglicht. War das Kampflied der Bauern in den Kriegen des 16. Jahrhunderts: Die Bauern wollten Freie sein und handelten sie nach dem Richtspruch: „Hilf dir selbst, dann hilft dir unser Herrgott“, so mußten noch vor der Machtergreifung durch den Führer die Bauern sagen: „Schwarz ist die Fahne der Bauernnot.“ Denn ein der Verstädterung anheimfallender Staat erkannte nicht die Aufgaben des Bauerntums. Doch der Wahlspruch galt weiter. Wir brauchen und wollen heute keine Bauernkriege. Die Politik des Führers schafft die Grundlage eines bodenständigen und gesunden Bauerntums. Und doch mit eigener Kraft und Unterstützung des Staates, müssen wir uns aus der geistigen und wirtschaftlichen Not herausarbeiten. Und ist es da nicht zuerst die Landjugend, die sich bekennen muß? Viele schon haben den Ruf vernommen, viele aber schlafen noch irgendwo.

Sie alle wachzurufen ist unsere Aufgabe. Zwar gibt es keine Rezepte, nach dem man arbeitet, aber jeder Einzelne erfüllt schon eine große Pflicht, wenn er sich den Eltern und Geschwistern und dem Hof gegenüber so benimmt, wie sie es verlangen. Und der Hof, ob elterlicher oder fremder Betrieb — erfordert unsere Kraft und unser ganzes Denken —. Wie kann es schöner sein, als im lebenden Ablauf des Jahres hier mitarbeiten zu dürfen? Und das Können steht heute in erster Linie, die geordnete Berufsausbildung und das BDM-Werk „Glaube und Schönheit“ geben allen Möglichkeiten zur Vollendung des praktischen Könnens.

Mögen auch die Besserwässer kommen — und sie sind immer um uns und in uns — und sagen: laß es doch gehen wie es will, laß doch den Hof, die Eltern, das Leben draußen. Diesen wollen wir ein entschiedenes „Nein“ entgegensetzen, denn wir fühlen die Dinge und den Ruf des Blutes. Und denkt nur daran, in der Stadt hört man schon wieder diesen Ruf. Landdienst, Arbeitsdienst, Pflichtjahr, sie alle führen beste deutsche junge Menschen zurück aufs Land, wo noch viele Eltern oder Großeltern ihre Lebensaufgabe hatten. Ist der Weg nicht schwerer als der, der vor Euch liegt? Ich frage Euch, ist es recht, diese Kräfte der Stadt zum Arbeits-einsatz zu fördern, wenn die eigenen Kinder vom Hof gehen? Können wir diese Menschen für das Land und seine Arbeit gewinnen, wenn wir selbst im Innern keine klare Meinung dazu haben? Aber mehr noch als Arbeit und Können wollen wir ihnen zeigen, die Gestaltung des Bauerntums muß von uns in die Hand genommen werden. Wir können es aber nicht, wenn wir vom Lande uns in der Stadt Freude suchen, sei es, daß wir in die Stadt gehen, städtische Spiele und Vergnügungen oder aber städtische Kleidung und Hausrat und Möbel auf das Land bringen. Auch hier heißt es: Land ist Land und Stadt ist Stadt. Denn wir lehnen es ja ebenso entschieden ab, daß Bauernstuben in städtischen Wohnungen stehen oder städtische Mädel bäuerliche Tracht tragen. Wir wollen nun daran gehen, das zu schaffen, was dem Lande eigen ist. In erster Linie müssen es gesunde Menschen sein, in sauberen und gesunden Wohnungen, aber es müssen auch frohe Menschen sein und nach außen freundliche Häuser. Wie der einzelne Mensch und sein Haus ist, so ist dann auch das ganze Dorf. Und diese frohen Menschen lieben auch Gesang und Spiel, und gesunde Menschen kleiden sich praktisch nach eigenem Geschmack, denn in einem gesunden Körper wohnt auch ein gesunder Geist. Wir wollen auch als Ausgleich zur eigentlichen Arbeit den Sport nicht vergessen und die Ernährung muß richtig sein, und deshalb wollen wir so kochen lernen, daß uns das Essen bekommt und nicht etwa schadet. Wir können es uns alles aus

eigener Kraft schaffen; und werden wir dann nicht lebensfroh und lebenswert, diese Tätigkeit auf dem Lande ansehen? Es muß uns dann Freude machen, zu unserem kleinen Teil an der großen Arbeit zur Bekämpfung der Landflucht mitzuhelfen. Wesentliche Aufgaben des Bauerntums sind, dem Volke die Lebensmittel zu schaffen und die Kinder zu schenken, doch nicht minder wichtig ist, dem deutschen Volk und dem deutschen Menschen mit dem Beispiel voranzugehen, wieder ein natürlicher Mensch zu werden. Dazu gehört ein selbstbewußtes, sicheres, wirtschaftlich gutgestelltes und stolzes Bauerntum. Wir wollen glücklich sein, an dieser Aufgabe mitarbeiten zu können.

Die Erziehung zur Jungbäuerin

Dort, wo unsere Kraft am größten ist,
müssen wir sie ansehen.

Alles arteigene Leben, alle Kultur muß ihren Ausgangspunkt im Bauerntum haben, um des Volkes willen. Das bedeutet höchste Verantwortlichkeit eines Jeden, Bauern wie Bäuerin. Besondere Aufgabe aber ist es für die Bäuerin, die doch den schönsten Frauenberuf, den es gibt, ausübt. Allerdings gehören Menschen dazu, die diese ihre Aufgabe erkennen und erfüllen und auch ihr dienen wollen.

Zum Erkennen der Arbeit in dieser großen Zeit gehört unbedingt ein starkes politisches Wissen. Die Bäuerin muß wissen, daß ihre erste politische Aufgabe ist, ihre Kinder zu tüchtigen, aufgeschlossenen Menschen zu erziehen und den ganzen Hof mit unserer Weltanschauung zu durchsetzen, dazu gehört auch die Neuformung unserer bäuerlichen Lebensgestaltung.

Grundlage ist nun wieder das gute fachliche Können, und die Einstellung dazu bestimmt dann den Erfolg der Arbeit.

Das Dienen und Dienenwollen in seiner Selbstverständlichkeit ist der beste Ausdruck und liegt den meisten noch im Blut. Aber wieviel Artfremdes hat sich dazwischengestellt. Wir spüren heute die Folgen. Viele unserer Kameradinnen sind in die Stadt abgewandert, nicht weil die Arbeit zu viel wurde, nein, der Bauer achtete seine Arbeit selbst nicht. Die Tochter, die nur in ihrer Mutter die abgerackerte Bäuerin sah, wollte es einmal besser haben. So strebte sie dem Vorbild der „gepflegten Dame“ der Stadt nach.

Heute aber, wo jedem Mädels — jedem Jungen — das Lebensziel so nahegerückt ist, darf für uns auch kein Weg zu weit oder zu schwer sein, um ihn nicht gehen zu können. Der große Ostraum, der durch die geniale Tat des Führers deutsch geworden ist, muß auch für die Zukunft das deutsche Gesicht erhalten.

Nun, Mädels, rüstet Euch — schafft Euch das fachliche und politische Können, um der Forderung der Zeit gerecht zu werden. Nach der Schulentlassung wird die ländliche Hausarbeitslehre abgeleistet. Die Lehre kann im elterlichen Betrieb, soweit von der Kreisbauernschaft anerkannt, abgelegt werden. Zu Beginn ist an die Kreisbauernschaft eine Lehranzeige (wenn man im elterlichen Betrieb

tätig ist) oder ein Lehrvertrag (wenn man auf einem Fremdbetrieb tätig ist) zu senden. Im Fremdbetrieb wird ein monatlicher Tariflohn von 10—15 RM. gezahlt. Nach 2jähriger Lehrzeit wird die ländliche Hausarbeitsprüfung abgelegt. Damit ist das Mädel Hausarbeitsgehilfin und soll im Sinne des Wortes Gehilfin der Bäuerin sein und sein können. Gleichzeitig berechtigt die bestandene Prüfung zum Eintritt in die Hauswirtschaftslehre, die jedoch nur auf anerkannten Lehrhöfen abgeleistet werden kann. Diese Betriebe bieten die Gewähr, daß der Lehrling sich grundlegende Kenntnisse in der gesamten Hauswirtschaft aneignet und sich bereits an selbständiges Arbeiten gewöhnt. Nach Ende der 2jährigen Lehre wird die Hauswirtschaftsprüfung abgelegt. Innerhalb der Lehre kann für einen Winter die Mädchenabteilung der Landwirtschaftsschule besucht werden.

Es ist notwendig, daß jedes Bauernmädel ihr Wissen und Können in dieser Berufsausbildung erweitert, damit es den großen Aufgaben, die einer Bäuerin in der Jetztzeit gestellt werden, gerecht werden kann. Die vierjährige Lehrzeit ist auch die Grundlage für alle landwirtschaftlichen Berufe wie

ländliche Hauswirtschaftsgehilfin,
ländliche Wirtschaftlerin,
ländliche Haushaltspflegerin,
landwirtschaftliche Rechnungsführerin,
landwirtschaftliche Lehrerin.

Wichtig ist, daß die geldlichen Verhältnisse der Eltern keine Rolle mehr zu spielen brauchen, denn jedes Mädel, das gewillt ist, etwas Tüchtiges zu werden, kann durch Freistellen und Beihilfen es auch erreichen.

Landmädel, erkennt! Die Berufsmöglichkeiten in der Landwirtschaft sind so vielseitig, daß jedes Mädel eine Lebensaufgabe finden kann, die seiner Veranlagung und seinen Eigenheiten entspricht, ganz gleich, ob es später heiratet oder weiterhin einen Beruf ausübt.

Aber die Ausbildungsmöglichkeiten sind sämtliche Führerinnen und Jugendwartinnen durch die Broschüre „Landmädel, was willst Du werden?“ unterrichtet und können Auskunft geben. Die Broschüre kann auch bei der Landesbauernschaft, Güstrow, Am Wall 3, angefordert werden.

Die bäuerliche Tracht

Deutsche! Wollet nicht leicht und gauckelnd sein, wollet nicht schimmernd und zierend sein! Das könnt Ihr nicht. — Laßt die südlichen Menschen spielen und flattern! Ihr mußt schwer sein wollen an Ernst, Redlichkeit, Tapferkeit und Freiheit, mögen die jenseitigen Menschen euch immer plump und unhold schelten — — laßt sie das tun; wer das Wirkliche hat, kann das Eitle entbehren.

Wenn wir heute das Wort Tracht hören, dann meint ein Großteil der Leute, wir wollten die alten muffigen und verstaubten Trachten aus den Museen wieder hervorholen und uns selbst wieder in enge Mieder und schwere, bis an den Boden reichende R cke stecken, oder aber sie meinen das, was man in Schaufenstern als „Tracht oder Dirndl“ sieht.

Nein, beides nicht, wir wollen uns eine Tracht schaffen, die ein Ausdruck unserer selbst ist.

Und doch wollen wir lernen von der alten Tracht, wollen sie neu gestalten. Sie soll dann nicht nur ein Kleid sein, daß man zum Dorstag trägt (am Abend wird zum Tanz aber schon wieder das „Seidene“ angezogen!), also gewissermaßen im Festzug nur zur Schau, sondern das wir immer tragen. Es soll Ausdruck unserer Weltanschauung, unseres Wesens sein!

Und wie ist es noch? Die meisten Mädel kaufen das Kleid so „von der Stange weg“, wie es irgendwelche „Modek nstler“ entworfen haben. Es könnte ebensogut von einer Pariserin oder Amerikanerin getragen werden. Denkt nur an die vielen Löckchen auf dem Kopf, sie werden ebenso von einer Ausländerin getragen. So unterwerfen sich unsere Mädel, ob Kleidung oder Haartracht internationalen Gesetzen und vergessen damit alles, was artgem  und unseren rassischen und völkischen Eigenarten entspricht. Es ist nicht mehr tragbar, daß unsere Landmädel weiterhin diesen Unsinn mitmachen. Erinnert Euch an ein Dorffest oder denkt daran, wenn am Sonntagnachmittag im schönsten Seidenkleid — aus dem nächsten Kaufhaus der Stadt — unsere Mädel und Frauen durch die Felder gehen. Ist es nicht geradezu ein Widerspruch? Passen Schnitte und Farben zu dem Leben und den Farben der Natur?

Und dann seht die Menschen im Arbeitskleid! Nein, es ist ja längst nicht immer ein Arbeitskleid — sondern ein abgetragenes Tanzkleid. Das beweist treffend, wie auch die Mädel zur Arbeit stehen. Arbeit soll uns zur Freude werden, so wollen wir uns auch schön machen.

Und seht, mit diesen Kleidern, mit diesem Haarpuz wollen viele ihre bäuerliche Zugehörigkeit vertuschen, wollen sich eleganter, erhabener dünken und vergessen, daß ein Zeitalter angebrochen hat, daß den Namen „Bauer“ wieder zum Ehrennamen erhoben hat.

Wir Frauen und Mädel aber wollen uns besinnen, wir wollen uns nach unseren Gesetzen kleiden. Das Kleid soll uns ein Ausdruck unseres Schönheitsempfindens, unserer Freude sein und den Forderungen einer nationalsozialistischen, bäuerlichen Lebenshaltung entsprechen, ein Kennzeichen unseres Standes sein.

Ausgehend vom Arbeitskleid mit engem Mieder und gezogenen weiten Rock — möglichst Hand- oder Blaudruck — und der weißen oder auch bunten Bluse wollen wir dann ein Festkleid schaffen, nur wertvoller im Stoff, schöner, farbenfreudiger.

Ein Rezept können wir auch hier nicht geben, aber die Grundlinien sind klar. Wir werden meistens den handgewebten Streifen nehmen mit dem Mieder im Grundton des Rockes (das Samtmieder ist unhygienisch und zu dunkel), nicht zu schwer und zu dunkle Farben. Dazu eine Bluse aus schönem Leinen (und nicht Organdy oder Voile mit Rüschen und Schleifchen!) und gehämmerte oder Holzknöpfe zum Schließen des Mieders. Tragen wir Schmuck, soll auch der passen und nicht etwa große Glasperlen oder Holzkugeln, wie sie wohl eine Negerin tragen könnte. Auch Schuhe und Strümpfe müssen im Einklang stehen.

Haben wir selbst einen Webstuhl oder aber Gelegenheit, uns den Stoff selbst zu weben, haben wir gespürt und erlebt, wie so das Gewebe entsteht, bekommen wir auch die richtige Einstellung zu unserem Gewand, lernen es achten und schätzen.

So wollen wir auch auf diesem Gebiet Schrittmacher sein, den Modewahn brechen und uns damit zu unserer Aufgabe bekennen. Die bäuerliche Lebensgestaltung ist eine lebensgesetzliche Aufgabe.

Ernährungslehre

Um unsern Körper gesund und kräftig zu erhalten, ist es notwendig, ihm die richtigen Nährstoffe zuzuführen.

Diese Nährstoffe sind in allen Nahrungsmitteln in verschiedener Zusammensetzung enthalten:

Die wichtigsten Nährstoffe sind:

Eiweiß enthalten in Fleisch, Milch, Eiern, Hülsenfrüchten.

Fett in Milch, Butter, Fleisch.

Kohlehydrate (Zucker und Stärke) in Kartoffeln, Getreide, Brot.

Nährsalze in Gemüse, Obst, Kartoffeln, Getreide.

Vitamine (Lebensstoffe) in allen frischen Früchten, Gemüse, Butter, Getreide.

Der Körper kann aber nur eine bestimmte Menge der Nährstoffe verarbeiten und richtig ausnutzen. Wenn nun zu viel oder zu wenig von einem dieser Stoffe gegeben wird, entstehen Krankheiten. Essen wir zu viel Fleisch, Eier, Hülsenfrüchte, also Eiweiß, bleiben die Rückstände, die der Körper nicht verbrauchen kann, im Körper und setzen sich als Schlacken ab. Dies sind dann die Krankheitserreger. Ein gutes Hilfsmittel gibt es. In allen frischen Gemüsen und im Obst sind die Salze enthalten, die diese Schlacken lösen und sie aus dem Körper schaffen. Darum ist es notwendig, daß wir viel Gemüse essen und zwar richtig zubereitet, denn es sind in diesen Stoffen auch die Vitamine enthalten. Durch zu langes Kochen und im Wasser liegen werden sie zerstört. Die Vitamine sind — wie es auch der Name Lebensstoffe sagt — besonders wichtig zum Leben und dürfen nicht fehlen. Beim Säugling kommt das Fehlen der Vitamine durch die schlimmste Säuglingskrankheit, der Rachitis, zum Vorschein. Darum gibt man schon dem Säugling rohes Obst und Gemüsesäfte. Für Kinder und Erwachsene sind sie genau so wichtig, darum: viel Obst, Gemüse und Salate essen. Unser Grundsatz sei: Iß siebenmal so viel Gemüse, Obst, Kartoffeln als Hülsenfrüchte, Fleisch und Eier.

Die richtige Zubereitung der Nahrungsmittel.

Es ist nicht gleichgültig, wie die Nahrungsmittel zubereitet werden. Durch richtige Zubereitung werden viele und zwar die wichtigsten Stoffe erhalten und kommen dem Körper zugute.

1. a) Fleisch kurz waschen, da ein langes Liegen im Wasser die Nährstoffe auslaugt.
b) Fleisch erst beim Braten salzen, da das Salz ebenfalls Nährstoffe herauszieht und das Fleisch hart macht.
c) Fleisch in kochendes Wasser oder heißes Fett geben, damit die Poren gleich geschlossen werden und die Nährstoffe und Säfte im Fleisch bleiben.
2. a) Kartoffeln nur dämpfen, da dadurch die Nährstoffe erhalten bleiben.
b) Kartoffeln nur mit Schale kochen, da unter der Schale wertvolle Stoffe sind.
3. a) Gemüse kurz waschen, nie in Wasser schälen, schneiden oder liegenlassen, da Wasser die Nährstoffe auslaugt.
b) Gemüse wie die Kartoffeln dämpfen oder besser in heißem Fett dünsten oder, falls mit Wasser, dann mit kochendem Wasser ansetzen, Kochwasser nie weggießen, sondern zu Suppen, Tunken verwenden.

Wir unterscheiden die verschiedenen Arten des Garmachens, nämlich: Kochen, dämpfen, dünsten, schmoren, braten, backen. Jede Art wird in der Küche gebraucht. Es ist darum sehr wesentlich, die hauptsächlichsten Unterschiede zu kennen und zu wissen, wann die einzelnen Arten angewandt werden.

K o c h e n verstehen wir ein Garmachen im Wasser. Durch Ansetzen in kochendem Wasser haben wir einen geringen Verlust an Nährstoffen. Durch Ansetzen mit kaltem Wasser wird das Nahrungsmittel ausgelaugt. Angewandt wird diese Art des Garmachens bei Fleisch, Kartoffeln, Gemüse, Getreidearten.

D ä m p f e n ist ein Garmachen in Wasserdampf. Es sollte sehr viel öfter angewandt werden, da dadurch kein oder nur sehr geringer Verlust an Nährstoffen. Angewandt wird dieses Verfahren bei Kartoffeln und Gemüse.

D ü n s t e n ist ein Garmachen im eigenen Saft unter Zugabe von heißem Fett und etwas Wasser. Angewandt bei Gemüse und Fleisch.

S c h m o r e n ist ein Bräunen in heißem Fett und Garmachen unter Zugabe von wenig Wasser im geschlossenen Topf. Angewandt wird dasselbe bei kleinen Fleischstücken.

Braten ist ein Garmachen in heißem Fett oder wenig kochendem Wasser im offenen Topf. Angewandt wird dasselbe bei großen Fleischstücken oder kleinen Fleischstücken in offener Pfanne auf dem Herd.

Baken ist

- a) Garmachen durch heiße Luft in geschlossenem Raum,
- b) ein Garmachen in schwimmendem, kochendem Fett.

Angewandt wird dasselbe bei Kuchen aller Art, Aufläufen.

Grundrezepte stellen die einfachsten Rezepte dar, auf welche das ganze Kochen aufgebaut wird, z. B. das Grundrezept für helle Suppen besteht aus:

40 g Fett, 40 g Mehl, 1 l Flüssigkeit, etwas Salz.

Das Fett wird heiß gemacht, das Mehl trocken hineingegeben, beides solange gerührt, bis eine glatte Masse entsteht. Diese wird nach und nach mit Flüssigkeit aufgefüllt. Alles zusammen läßt man aufkochen und schmeckt mit Salz ab. Dieses Grundrezept versucht man durch verschiedene geschmackgebende Zutaten zu vervollständigen, z. B. durch Hinzugeben von Tomatenmark, Gemüse, kleingeschnittenem Fleisch usw. Ebenso ist es mit allen anderen Grundrezepten. Es folgen nun die Zubereitungsarten für die verschiedenen anliegenden Grundrezepte.

Grundsuppe, Grundtunke, Zubereitungsart siehe oben.

Gebraucht werden diese Rezepte für helle Suppen, helle Tunken, z. B. Frikassettunke, helle Ragouttunke usw.

Die dunkle Grundtunke bzw. Grundsuppe wird auf folgende Art zubereitet:

Das Fett wird im Topf gebräunt, Zwiebel und Mehl hineingegeben und solange gerührt, bis die Masse gut braun ist. Dann wird langsam Wasser hinzugegeben.

Gebraucht werden diese Rezepte für dunkle Suppen, verschiedene Ragouts usw.

Flammerie ist eine Süßspeise, welche kalt und gestürzt gegessen wird. Die Flüssigkeit wird zum Kochen gebracht, trockener Grieß oder mit Milch oder Wasser angerührtes Kartoffelmehl wird langsam unter Rühren hineingegeben, dann läßt man die Masse aufkochen, schmeckt mit Zucker, Zitrone oder Vanille ab und gibt das Ganze in eine kalt ausgespülte Schüssel. Wenn die Speise erkaltet ist, wird sie gestürzt und mit einer Tunke zu Tisch gebracht.

Gelatine-Speisen: Gelatine wird kurz gewaschen, bis sie nicht mehr knistert, in etwas Flüssigkeit warm aufgelöst und durch ein Sieb in die handwarme Flüssigkeit gebracht und abgeschmeckt.

K r e m e sind Eierspeisen, die mit Gelatine gesteißt wurden. Ei gelb und Zucker werden schaumig gerührt, geschmackgebende Zutaten, wie Zitronensaft, werden hinzugegeben, danach die aufgelöste Gelatine. Diese Masse wird solange gerührt, bis sie StraÙe zieht, d. h. anfängt, steif zu werden. Dann zieht man den geschlagenen Eischnee unter.

Ein **P u d d i n g** ist eine warm gestürzte, im Wasserbad gekochte Speise (Resteverwertung, z. B. Brot- oder Semmelpudding, Kohlpudding, Grieß- bezw. Nudelpudding).

A u f l ä u f e sind warme, im Bratofen gebackene Speisen. Auch hier finden Reste sehr gut Verwendung.

B a c k w e r k :

- a) **Hefeteig:** Alle Zutaten warm verarbeiten, die Hefe mit Milch verrühren, mit allen anderen Zutaten gehen lassen, dann einen Teig herstellen, wieder gehen lassen, formen oder ausrollen und nochmals gehen lassen, dann bei guter Mittelhitze schnell backen.
- b) **Backpulverteig:** Treibmittel ist hier Backpulver. Die Butter wird schaumig gerührt, Eier und Zucker abwechselnd hineingegeben, danach das Mehl mit dem Backpulver vermischt. Zum Schluß zieht man den Eischnee unter. Der Kuchen muß sofort gebacken werden. (Backzeit $\frac{3}{4}$ bis 1 Stunde Mittelhitze.)
- c) **Mürbeteig:** Butter, Zucker, Eier, Mehl müssen schnell und kalt auf einem vorbereiteten Backbrett verarbeitet werden. Der Teig wird bei guter Hitze gebacken.
- d) **Brandteig:** Die Flüssigkeit wird mit dem Fett zum Kochen gebracht, das Mehl hinzugegeben und glatt gerührt, dann vom Feuer genommen und nach und nach die Eier hinzugegeben.
- e) **Eierkuchenteig:** Das Mehl wird mit den Eiern glatt gerührt, die Flüssigkeit langsam unter Rühren hinzugegeben und dann in heißem Fett gebacken.

G r u n d r e z e p t e f ü r S u p p e n

Man rechnet für 4 Personen 1 Liter Suppe, dazu $\frac{1}{4}$ Liter Flüssigkeit zum Einkochen = 1 Liter.

Helle Grundsuppe: 40 g Fett, 40 g Mehl, $1\frac{1}{4}$ Liter Flüssigkeit.

Dunkle Grundsuppe: 40 g Fett, 50 g Mehl, 1 Liter Flüssigkeit.

Auf $1\frac{1}{4}$ Liter Flüssigkeit (Milch oder Fleischbrühe):

40 g Grieß
40 g Graupen
40 g Haferflocken
40 g Reis
40 g Sago
40 g Weizenmehl
30 g Mondamin

Auf $1\frac{1}{4}$ Liter Brotsuppe:

80—100 g Brot

Auf $1\frac{1}{4}$ Liter Obstsuppe:

500 g frisches Obst
100—150 g getrocknetes Obst
250 g Rhabarber
30 g Weizenmehl oder
20 g Kartoffelmehl oder
20 g Sago

Auf $1\frac{1}{4}$ Liter Hülsenfruchtsuppe:

200 g Bohnen, 20 g Fett, 10 g Mehl
200 g Erbsen, 20 g Fett, 10 g Mehl
200 g Linsen, 20 g Fett, 10 g Mehl

Auf $1\frac{1}{4}$ Liter Kartoffelsuppe:

500 g Kartoffeln, 20 g Fett, 10 g Mehl

Suppeneinlagen für 4 Personen:

Klöße 12—16 Stück ($\frac{1}{8}$ Liter Milch, 10 g Fett, 50 g
Grieß oder 65 g Mehl, 1 ganzes Ei)
Gemüsespíhen 16—20 Stück (Eierstich von 2 Eiern
und $\frac{1}{8}$ Liter Milch)
Formreis 80—100 g Reis (75 g Reis braucht $\frac{1}{2}$ Liter
Flüssigkeit zum Quellen)

Grundrezepte für Tunken

Eine bestimmte Menge Tunke läßt sich nicht angeben, da der Verbrauch je nach der Art des Gerichtes verschieden ist. Die nachstehenden Rezepte sind für $\frac{1}{2}$ l Flüssigkeit berechnet. Man rechnet für 4 Personen durchschnittlich eine Tunkenschüssel, enthaltend $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{3}$ l.

$\frac{1}{2}$ l Bratentunke für 6—8 Personen

1 l Tunke für Srikassée für 6—8 Personen

Helle Grundtunke:

30 g Fett, 30 g Mehl, $\frac{1}{2}$ l Flüssigkeit

Dunkle Grundtunke:

30 g Fett, 40 g Mehl, $\frac{1}{2}$ l Flüssigkeit

Bratentunke bei magerem Braten:

25 g Weizenmehl, $\frac{1}{4}$ l Sahne

Bratentunke bei fettem Braten:

15 g Kartoffelmehl

Milchtunke:

auf $\frac{1}{2}$ l: 10 g Kartoffelmehl oder

5 g Mondamin oder

5 g Kartoffelmehl und 1 Eigelb

Obsttunke:

auf $\frac{1}{2}$ l: 10 g Kartoffelmehl oder

5 g Mondamin

Mayonnaise:

1 Eigelb

$\frac{1}{8}$ l Öl

1 Teelöffel Zitronensaft

Grundrezepte für Süßspeisen

Flammerie und rote Grütze:

Man rechnet für 4—6 Personen 1 l Flüssigkeit

Auf 1 l Flüssigkeit:

130 g feiner Grieß

125 g mittlerer Grieß

120 g grober Grieß

100 g Kartoffelmehl (ohne Eiweiß)

110—125 g Kartoffelmehl (mit 2 Eiweiß)

90 g Mondamin

110 g Gustin

120—140 g Sago

150 g Haferflocken

90 g Stärke oder 110 g Grieß. 125 g Schokolade oder 60 g Kakao.

Auf 1 l Milch etwa 80 g Zucker.

Gelees:

Auf 1 l Flüssigkeit ungestürzt:

10 Blatt Gelatine

gestürzt:

12 Blatt Gelatine im Winter

15—18 Blatt Gelatine im Sommer.

Bei Einlagen 2—4 Blatt mehr

1 Blatt weiße Gelatine = 2 g

1 Blatt rote Gelatine = $2\frac{1}{2}$ g

Kreme:

Kaltgerührt. Man rechnet auf 1 Person 1 Ei, 1 Blatt Gelatine, 1 Eßlöffel Flüssigkeit zum Auflösen, 30 g Zucker.

Gekocht für 4 Personen. $\frac{1}{2}$ l Milch, 100 g Zucker, 2—3 Eier, 10 g Kartoffelmehl und 2 Blatt Gelatine oder 30 g Kartoffelmehl oder 30 Gramm Mondamin.

Schaumspeisen:

$\frac{1}{2}$ l Flüssigkeit, 30 g Grieß, Zucker nach Geschmack. (Nach dem Ausquellen $\frac{3}{4}$ bis 1 Stunde schlagen.)

Grundrezepte für Puddings und Aufläufe

Die Grundmassen sind berechnet für eine Pudding- oder Auflaufform der gebräuchlichsten Größe, ausreichend für 6 Personen:

$\frac{1}{2}$ l Milch, 50 g Butter, 40—50 g Zucker, 2—4 Eigelb, 2—4 Schnee, 100 g Grieß oder Reis oder Sago oder 120 g Nudeln oder 120 g Mehl.

Entweder $1\frac{1}{2}$ Stunde in der Puddingform im Wasserbad kochen oder $\frac{3}{5}$ Stunde in der Auflaufform im Ofen backen.

Grundrezepte für Backwerk

Hefeteig: $\frac{1}{2}$ kg Mehl, 30 g Hefe, $\frac{1}{4}$ l Milch, 40 g Fett, 80 g Zucker, 1 Ei (Zutaten erwärmen).

Backpulverteig: $\frac{1}{2}$ kg Mehl, 250 g Butter, 250 g Zucker, 4—6 Eier, $\frac{1}{8}$ l Milch, 1 Backpulver gesiebt.

Mürbeteig: $\frac{1}{2}$ kg Mehl, 250 g Butter in Flöckchen, 125 g Zucker, 1 Ei (Zubereitung kalt und schnell).

Brandteig: 150 g Mehl, 150 g Butter, $\frac{1}{4}$ l Wasser oder Milch, 4 Eier.

Ausbackteig: 125 g Weizenmehl, 1 Ei, $\frac{1}{10}$ l Milch, Wein oder Bier, 1 Eßlöffel Butter oder Öl, 1 Eßlöffel Rum.

Eierkuchenteig: $\frac{1}{2}$ kg Mehl, 1 l Milch, 4—6 Eier (ergibt 10 Stück, bei Obsteinlage die Hälfte Flüssigkeit).

Mengenangaben

1. Fleisch und Fisch

Man rechnet für 1 Person:

Fleisch mit Knochen	160 g
Fleisch ohne Knochen	125 g
Hammelfleisch mit Semmel	100 g
Bratwurst	100 g
Kotelett, Schnitzel usw.	125 g
Fisch als Vorgericht	125—250 g
Fisch als Hauptgericht	250—375 g

Man rechnet:

1 Gans	8—10 Personen
1 Ente	5—6 "
1 Pute	10—12 "
1 Hähnchen	2—3 Personen
1 altes Huhn (Frikassée)	4—6 "
1 Taube	1 Person
1 Fasan	4—6 Personen
1 Rebhuhn	1—2 "
1 Hase	6—8 "
1 Reh Rücken	8—12 "
1 Rehkeule	8—12 "
1 Ochsenzunge	8—12 "

Fleischfarce:

500 g frisches Fleisch, 1—2 alte Semmeln, 1 Ei, 20 g Butter,
375 g gekochtes Fleisch, 1—2 alte Semmeln, 1 Ei, 20 g Butter,
500 g Fleisch kann verlängert werden mit 125 g gekochten,
geriebenen Kartoffeln.

2. Makkaroni und Nudeln:

für 1 Person 70 g ohne Kartoffelbeigabe, 40 g mit Kartoffelbeigabe.

3. Reis:

für 1 Person 70 g als Beigabe zum Hauptgericht,
60—80 g zum Milchreis,
50 g zu kalten und warmen Süßspeisen,
für 6 Personen 1 Reisrand von 200—250 g.

4. Kartoffeln:

für 1 Person 250—375 g ohne Gemüsebeigabe
125—250 g mit Gemüsebeigabe

für 1 Person 375—500 g zu Brei
 160—250 g abgezogen zu Klößen, Salat,
 sonstigen Kartoffelgerichten
 für 8 Personen ein Kartoffelrand von $1\frac{1}{4}$ kg.
 Auf $1\frac{1}{2}$ kg abgezogene Kartoffeln zu Kartoffelgerichten
 1 l Soße.

5. Gemüse:

für 1 Person	Stangenspargel, geschält	250—375 g
	Spargelgemüse, geschält	160—250 g
	Blumenkohl, gepuht	125 g
	Grüne Erbsen, enthülst	125 g
	Grüne Erbsen mit Hülsen	500 g
	Grüne Bohnen	500 g
	Karotten, Wurzeln, Kohlrabi gepuht	160—250 g
	Kohl gehobelt	125—250 g
	Kohl (Weißkohl, Wirsing)	250 g
	Rosenkohl, gepuht	160—250 g
	Spinat verlesen	500 g
	Sauerkraut	160 g
	Büchsengemüse	160 g
	Gemüse, gepuht zu Salat	250 g

6. Obst zu Kompott:

500 g frisches Obst reichen für 2—4 Personen
 500 g Backpflaumen reichen für 6—8 Personen
 500 g Ringäpfel reichen für 6 Personen
 500 g Aprikosen, getrocknet, reichen für 6 Personen

Garzeit des Fleisches

1. Kochen, Dämpfen, Schmoren:

2 kg Rindfleisch	$2\frac{1}{2}$ —3	Stunden
2 kg Kalbfleisch	$1\frac{1}{2}$ —2	"
2 kg Hammelfleisch	2— $2\frac{1}{2}$	"
2 kg Schweinefleisch (frisch)	1— $1\frac{1}{2}$	"
2 kg Schweinefleisch (gepökelt)	$2\frac{1}{2}$ —3	"
$2\frac{1}{2}$ kg Schinken	3—4	"
1 Rinderzunge	3	"
1 altes Huhn	$2\frac{1}{2}$ —3	"
1 junges Huhn	$1\frac{1}{2}$ —2	"
1 alte Taube	$1\frac{1}{2}$ —2	"
1 junge Taube	$\frac{3}{4}$ —1	"

2. Braten:

Rinderbraten pro kg	60 Minuten
Schweinebraten pro kg	50 "
1 Schweinefilet	30 "
Hammelkeule pro kg	1 ¹ / ₂ —2 Stunden
1 Kalbsnierenbraten	1—1 ¹ / ₂ "
1 Hasenrücken	25 Minuten
1 Rehrücken	30 "
1 Pute je nach Größe	2—3 Stunden
1 Gans je nach Größe	2 ¹ / ₂ —3 "
1 Ente je nach Größe	1 ¹ / ₂ —2 "
1 Hähnchen	³ / ₄ —1 Stunde
1 Taube	³ / ₄ —1 "
Hackbraten pro kg	60 Minuten
kleine Fleischstücke, kurz gebraten	5—6 "

Maße und Gewichte:

1 l der in der Küche gebräuchlichen Flüssigkeiten wiegt etwa 1 kg.

¹/₈ l Flüssigkeit = 8 Eßlöffel, ¹/₁₀ l Flüssigkeit = 4 Eßlöffel.

1 gestrichener Eßlöffel wiegt:

Salz	10 g	Sago	12 g
Weizenmehl	10 "	Grüße	10 "
Mondamin	10 "	Reis	15 "
Kartoffelmehl	10 "	Kakao	7 "
Semmelmehl	7 "	Butter	15 "
Zucker	15 "	Palmin	13 "
Grieß	10 "	Suppennudeln	8 "
Kartoffelgrauen	12 g		

Eine mittelgroße Tasse faßt:

Flüssigkeit	¹ / ₄ l	Zucker	175 g
Salz	130 g	Grieß	150 "
Weizenmehl	115 "	Grauen	135 "
Kartoffelmehl	135 "	Grüße	135 "
Mondamin	135 "	Reis	185 "
Semmelmehl	100 "		

Rezepte

Fleischspeisen

Gulasch:

375 g Fleisch, halb Rind halb Schwein, etwas Speck zum Anbraten, 1 Zwiebel, etwas Mehl zum Andicken, 1 Gurke.

Zubereitung: Fleisch und Zwiebel anbraten, mit kochendem Wasser ablöschen, garschmoren, andicken und die kleingeschnittene Gurke dazugeben.

Hackbraten:

250 g Rindfleisch, 250 g Schweinefleisch, 2 geriebene Semmeln, 1 Ei, Salz nach Geschmack, Speckstreifen.

Alle Zutaten werden gut durcheinander gemengt, zu einem länglichen Braten geformt, den man in Semmelbröseln wälzt, mit Speckstreifen belegt und in heißem Fett $\frac{3}{4}$ Stunde brät. Die Tunke wird mit Mehl angedickt. Den Hackbraten kann man mit hartgekochten Eiern und Gurkenstreifen füllen, eignet sich dann kalt gut als Aufschnitt.

Man kann den Hackbraten auch mit gebratenem Ei füllen.

Königsberger Klops:

Man bereitet die gleiche Fleischmasse, die Zutaten können verringert werden, formt kleine Klöße, wälzt sie in Mehl, bereitet eine helle Tunke, die mit feingehacktem Hering gewürzt sein kann, läßt darin die Klopse 10 Minuten ziehen.

Zutaten zur Tunke: 30 g Fett, 30—40 g Mehl, $\frac{1}{2}$ feingewiegte Zwiebel, Salz, Zitrone oder Weinessig, ein Paar Kapern, 1 Hering.

Hühnerfrükasse:

1 Suppenhuhn, 500 g Spargel, frische oder getrocknete Pilze oder 1 Blumenkohl, 2 Eßlöffel Mehl, 2 Eßlöffel Butter, etwas Zitronensaft, 1 Eigelb oder ganzes Ei.

Das Huhn vorbereiten und in soviel kochendes Wasser legen, daß es davon bedeckt wird, und dann weichkochen. Pilze, Blumenkohl oder Spargel mit wenig Salzwasser weichkochen, danach das Huhn in Stücke teilen.

Zur Tunke Butter und Mehl gelb schwichen, mit 1 l Hühner- und Gemüsebrühe verkochen, vom Feuer nehmen, mit Zitronensaft, evtl. etwas Wein, abschmecken, mit Ei abziehen. Danach Geflügelteile und Gemüse in der Tunke erwärmen, aber nicht mehr kochen lassen.

Fischgerichte

Fischauflauf mit Sauerkraut:

$\frac{3}{4}$ kg Fischfilet oder $\frac{1}{2}$ kg Räucherfisch, $\frac{1}{2}$ kg Sauerkraut, $\frac{3}{4}$ —1 kg rohe Kartoffeln, Tunkenreste oder dicke Tunke aus $\frac{3}{4}$ l Milch, Salz, 50 g Mehl, 1—2 Eßlöffel Tomatenmark, Fett und Stoßbrot.

Der Fisch wird gesäubert und in passende Stücke zerlegt. Verwendet man Räucherfisch, so wird er enthäutet und entgrätet. Die Kartoffeln werden geschält und in Scheiben geschnitten. Eine sehr große Auflaufform wird gefettet und mit Stoßbrot ausgestreut. Kartoffeln, Sauerkraut und Fisch gibt man schichtweise in die Form. Die oberste Lage muß aus Kartoffeln bestehen. Mit Tunke begossen, mit Stoßbrot bestreut und mit Fettflöckchen besetzt, wird der Auflauf 1—1 $\frac{1}{2}$ Stunden bei guter Hitze gebacken.

Fischeintopf:

750 g Fischfleisch, 1 Sellerie, 2 Stangen Porree, 1 kleine Kohlrübe, 750 g Kartoffeln, Majoran, Kümmel, 4 Tomaten oder mark, Dill, Petersilie, Salz, $\frac{3}{4}$ —1 l Brühe oder Wasser. — Das Fischfleisch abwechselnd mit dem gepuzten und geschnittenen Gemüse und Kartoffeln in einen Topf schichten, geschmackgebende Zutaten hinzufügen, Brühe drübergeben und langsam garkochen lassen, wenn nötig, mit etwas Mehl binden.

Fische in Tunke gedünstet:

$\frac{3}{4}$ —1 $\frac{1}{4}$ kg Fisch oder Fischfilet, Salz, Essig, Zitrone. Zur Tunke 40 g Fett, Zwiebel oder Suppengemüse, 40 g Mehl, $\frac{3}{4}$ l Wasser, Salz, Senf, Tomatenmark, Kräuter oder Salzhering.

Der Fisch wird gesäubert, gesäuert und gesalzen. Zur Tunke schmißt man das Mehl mit Fett und Suppengemüse oder Zwiebeln an, füllt mit dem kochenden Wasser auf, kocht die Tunke gar, dann verrührt man sie mit Senf oder Tomatenmark oder setzt den gewässerten, gepuzten und feingewiegten Salzhering zu. Das Filet oder Fischstück gibt man in die kochende Tunke, läßt es darin wieder zum Kochen kommen und 20—40 Minuten, je nach Dicke des Stückes, garziehen. Auf diese Art wird der Fisch sehr wohl- schmeckend, saftig und nahrhaft, weil keine Nährstoffe ausgelaugt werden können.

Gemüsegerichte

Gemüsegulasch:

800—1000 g verschiedenes Gemüse, 250 g Hammel- oder Rindfleisch, Zwiebeln, Salz, Petersilie.

Zubereitung wie Gulasch.

Kohlrollen (mit gestreckter Fleischfüllung):

1 Kohlkopf, $\frac{1}{2}$ kg gekochte Kartoffeln, 150 g durchgedrehtes Fleisch, 1 Zwiebel, etwas Semmelmehl, Speck oder Fett zum Anbraten, etwas Mehl.

Zubereitung: Die Kohlblätter werden vorsichtig vom Strunk gelöst und in Salzwasser halb gargedämpft (5 Minuten). Aus Kartoffeln, Fleisch, Ei, Semmelmehl, Salz und Zwiebel eine Füllung herstellen, in die gedämpften Kohlblätter rollen, umwickeln. Die Rollen werden braungebraten, mit kochendem Wasser aufgefüllt und die Tunke mit Mehl gebunden.

Kohlpudding:

Zutaten wie zu Kohlrollen.

Die Puddingform wird mit gedämpften Kohlblättern ausgelegt, der übriggebliebene Kohl wird gewiegt, mit der Füllung schichtweise in die Form gelegt, oben Kohlblätter. Im Wasserbad 2 Stunden kochen.

Gekochtes Rindfleisch mit Porreegemüse:

Das Rindfleisch garkochen, den Porree waschen und in längliche Stücke schneiden und in der Brühe garkochen. Dann auf ein Sieb gießen, eine helle Mehlschwitze herstellen, mit der Brühe auffüllen, den Porree dareingeben und mit Salz abschmecken.

Gemüseauflauf an fleischlosen Tagen:

1 kg gepuztes Gemüse, Salzwasser zum Kochen, $\frac{1}{2}$ l Brühe, 1 Ei, 2 Eßlöffel Mehl. Das Gemüse (Erbsen, Bohnen, Spargel, Möhren, Kohlrabi, Sellerie, Porree) puzen, in gleichmäßige Streifen schneiden und in kochendem Wasser garkochen, abtropfen lassen, in der Zwischenzeit das Gemüsegewasser kaltstellen, eine Auflaufform oder einen unbeschädigten Topf gut ausfetten, das Gemüse hineinschichten. Die erkaltete Brühe mit Mehl und Ei verquirlen, mit Salz abschmecken, Eischnee unterziehen und über das Gemüse gießen. Im Ofen nochmals gar werden lassen. Dauer etwa $\frac{3}{4}$ —1 Stunde. Man kann auch eine Tunke geben.

Kartoffelspeisen

Tomatenkartoffeln:

1 $\frac{1}{2}$ kg Pellkartoffeln werden abgezogen, in Scheiben geschnitten und mit folgender Tunke vermennt:

300 g in Scheiben geschnittene Tomaten werden in Butter angedünstet, 60 g Fett zerläßt man inzwischen in einem Topf, 60 g Mehl dazu, füllt mit Wasser oder Brühe auf, gibt die durch ein Sieb gestrichenen Tomaten dazu, läßt nochmals aufkochen und schmeckt ab und läßt das Ganze noch 10 Minuten ziehen.

Apfelkartoffeln:

Fertiggekochte Salzkartoffeln vermische man mit recht saftigem, gut abgeschmecktem, heißem Apfelkompott, gibt ausgelassene Speckwürfel mit Zwiebel darüber.

Schusterpaste:

Fleischreste beliebiger Art, 1 Salzhering, 1 kg Kartoffeln, geriebene Semmel, Butterflöckchen, 40 g Speck oder Fett, 1 Zwiebel, 30 g Mehl, Essig, Zucker, Salz.

Man läßt den Hering einige Stunden wässern, entgrätet ihn, schneidet ihn fein und mengt ihn unter die Fleischreste. Die Kartoffeln werden gekocht, abgezogen, in feine Scheiben geschnitten. In die gefettete Auflaufform gibt man lagenweise die Kartoffeln und das Fleisch. Das Ganze wird mit einer braunen süßsauren Tunke übergossen. Zur Tunke werden Speck und Zwiebel feingeschnitten, mit dem Mehl bräunlich beschwigt. Man füllt etwa $\frac{1}{4}$ l kaltes Wasser auf, kocht einige Minuten und schmeckt mit Salz und Essig ab.

Kartoffeln in Milchtunke: (Herings-, Bücklings-, Schinkenkartoffeln):

1 l Milch, 40 g Mehl, $\frac{1}{4}$ l kaltes Wasser oder Milch, 1 $\frac{1}{2}$ —2 kg gekochte Kartoffeln, Salz.

Man bringt die Milch zum Kochen, gibt das angerührte Mehl zu, läßt 10 bis 15 Minuten kochen, schneidet die Kartoffeln hinein und läßt auf kleinem Feuer heiß werden, schmeckt ab. Je nach Belieben kann man Hering, Bückling oder Schinken hinzufügen.

Eierspeisen

Eierkuchen:

150 g Mehl, etwa $\frac{3}{8}$ l Milch, lauwarm, 2 — 3 Eier, Salz, Backfett.

Man gibt Mehl und Salz in eine Schüssel, rührt allmählich die Eidotter und die Milch hinzu, zuletzt zieht man den steifgeschlagenen

Eischnee unter. In einer Stielpfanne läßt man wenig Fett heiß werden, füllt Eierkuchenmasse hinein, ist der Kuchen von unten lichtbraun, gibt man etwas Fett auf die Pfanne und wendet.

Käse-eierkuchen:

Man mischt unter den Teig 3 Eßlöffel Reibkäse.

Apfelerkuchen:

Man gibt 2—3 geschnittene Apfel in den Teig, bestreut mit Zucker. Genau so wird Kirscheierkuchen bereitet.

Gefüllte Eierkuchen:

Man gibt zwischen die Eierkuchen Reste von Gemüse oder Pilzen, gewiegttes Fleisch oder Schinken. In Milch gewässerte Schinkenscheiben kann man in Eierkuchenteig, ohne Salz, wenden und dann braten.

Tomateneier:

4 Eier, 4 Tomaten, Salz, Käse, etwas Butter. Große, feste Tomaten werden ausgehöhlt, in jede etwas Salz und 1 Teelöffel Käse gegeben. Ein frisches Ei wird hineingeschlagen. Die Tomaten werden im Ofen gedünstet, bis das Ei geronnen ist, dann sofort gereicht. Dazu gibt man Kartoffelmus, Brühreis oder Makkaroni.

Eintöpfe

Tomatenfricco:

500 g Hammel- oder Schweinefleisch, 4 Zwiebeln, 1 kg Kartoffeln, 1 kg Tomaten, Salz, $\frac{1}{2}$ Tasse saure Milch oder Buttermilch, Schnittlauch.

Zubereitung: Fleisch in Würfel schneiden, von allen Seiten anbraten, Wenn es braun ist, Zwiebeln mitdünsten. Dann fügt man die in Scheiben geschnittenen Kartoffeln und Tomaten hinzu, schmeckt ab. Kurz vor dem Anrichten gibt man die Milch und gehackten Kräuter hinein.

Bichelsteiner:

250 g Fleisch, 1 Teller verschiedene in Würfel oder Streifen geschnittene Gemüse, 1 Teller Kartoffeln, etwas Wasser, Salz, Majoran, 1 Eßlöffel Fett.

Zubereitung: Fett heiß werden lassen, alle Gemüse (Zwiebel, gelbe Rüben, Bohnen, Petersilie, Tomaten, Blumenkohl, Weißkraut), lagenweise mit Fleisch und Kartoffeln hineingeben, zwischendurch würzen, mit Flüssigkeit auffüllen, zugedeckt weichdämpfen lassen ($1\frac{1}{2}$ Stunde).

Porreetopf:

50 g Schweinefett, 10 Stück Porree, 375 g Speck oder Schweinefleisch, 1 kg Kartoffeln, $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Salz, Kümmel, $\frac{3}{4}$ l Flüssigkeit.

Zubereitung: Porree waschen, putzen, in Stücke schneiden, Fleisch in Würfel, Kartoffeln in Scheiben. In einem gutschließenden Topf Schweinefett heiß werden lassen. Fleisch, Porree, Kartoffeln mit den Gewürzen abwechselnd einschichten, heißes Wasser zugießen, zudecken und etwa 2 Stunden kochen lassen. Zuletzt gewiegte Petersilie überstreuen.

Gemüsegrauen:

3 Eßlöffel Fett, 125 g Grauen, 250 g Rind- oder Hammelfleisch, 3 Wurzeln, 1 Kohlrabi, 1 Sellerie, 1 Stange Porree, $1\frac{1}{2}$ l Wasser, 750 g Kartoffeln, gr. gewiegte Petersilie.

Zubereitung: Grauen kalt abquirlen, Fett heiß werden lassen, Grauen darin dünsten, das in Würfel geschnittene Fleisch und Gemüse hinzufügen, kochendes Wasser und Salz dazugeben. Alles zusammen weichkochen, $\frac{1}{2}$ Stunde vor dem Anrichten die in Würfel geschnittenen Kartoffeln mit garkochen, abschmecken und gewiegte Petersilie dazugeben.

Fleischloses Eintopfgericht:

500 g Kartoffeln, 250 g Mohrrüben, 250 g Blumenkohl, 250 g Tomaten, 250 g Sellerie, 40 g Fett.

Kochzeit etwa 40 Minuten, wenn der Sellerie jung ist, sonst länger. Man kann das Gericht mit geriebenem Käse überstreuen.

Quargspeisen

Quargauflauf mit Äpfeln:

500 g Quarg, 500 g Apfel, 150 g Zucker, 2—3 Eier, 1 Zitrone, 50 g Mehl, 1 Teelöffel Backpulver.

Die in Scheiben geschnittenen Äpfel mit Zitronensaft beträufeln und etwas Zucker überstreuen. Den Quarg durch ein Sieb geben, falls er sehr trocken ist, mit etwas Milch und dem Eigelb verrühren und die Masse mit dem Schaumbesen schlagen. Das mit dem Backpulver gemischte Mehl und die Apfelscheiben dazugeben.

Zuletzt den steifen Eischnee untermengen, in eine gefettete Aufaufform geben und 1 Stunde überbacken.

Quarg-Kartoffelklöße:

Auf 1 kg Kartoffeln, die gekocht, geschält und gerieben werden, rechnet man $\frac{1}{4}$ kg Quarg. 1 Ei wird mit etwas Milch glatt

gequirlt zum Quarg gegeben, 1 Prise Salz, 1 Eßlöffel Zucker, 2 Löffel Grieß und soviel Weizenmehl, daß ein nicht zu weicher, gut gekneteter Teig entsteht. Die Klöße werden apfelgroß geformt, in siedendem Salzwasser, das nach dem Einlegen sofort wieder zum Kochen kommen muß, gargekocht. Sobald die Klöße an die Oberfläche steigen, sind sie fertig. Mit dem Schaumlöffel vorsichtig herausgehoben, auf erwärmten Teller gehäuft und mit einer süßsäuerlichen Fruchtunke zu Tisch gegeben, oder man gibt braune Butter und etwas Zucker mit Zimt gemischt darüber.

Stippmilch:

Der Quarg wird durch ein Sieb gestrichen, mit Milch und Zucker schaumig geschlagen, als Gewürz Vanillezucker. Man reicht dazu gezuckerte Beeren oder Kompott.

Brot aufstriche ohne Butter

Bemerkung: Zum Binden, zum Verlängern und zur Geschmacksverbesserung eignet sich vorzüglich eine Unke nach folgendem Rezept:

Unke:

Zutaten: 1 Eßlöffel Öl oder Fett, 2 gehäufte Eßlöffel Mehl, $\frac{1}{4}$ Flüssigkeit, Salz, Essig, eine Prise Zucker, Senf.

Zubereitung: In einem kleinen Topf wird das Öl heiß gemacht, das Mehl dran gegeben und mit der Milch oder dem Wasser zu einer dicken Unke (Mayonnaiseendicke) abgelöscht. Nach dem Erkalten wird noch $\frac{1}{2}$ Eßlöffel Öl mit den übrigen Geschmackszutaten zugefügt.

Gurkenquarg:

$\frac{1}{2}$ Tassenkopf Quarg wird durch ein Sieb gestrichen, mit einer kleinwürflig geschnittenen Zwiebel und Gewürzgurke vermischt. Dazu werden 3 Eßlöffel obiger Unke gerührt. Mit Salz und gehackter Petersilie wird abgeschmeckt.

Tomatenquarg:

$\frac{1}{2}$ Tassenkopf durchstrichener Quarg wird mit 3 Eßlöffeln obiger Unke, 1 kleinen geriebenen Zwiebel, 3 frischen Tomaten oder etwas Tomatenmark verrührt. Zum Schluß wird mit Salz abgeschmeckt, gewiegte, frische Kräuter werden hinzugefügt.

Quarg aufstrich:

1 Tassenkopf Quarg wird durch ein Sieb gestrichen, $\frac{1}{2}$ Teelöffel Tomatenmark und ein feingeriebener Apfel werden daran gegeben. Zur Verlängerung fügt man 3 Eßlöffel von obiger Unke hinzu.

Schnittlauch Eier:

2 Eier werden 6 Minuten gekocht und erkaltet mit der Gabel zerdrückt. Mit reichlich feingeschnittenem Schnittlauch und 6 Eßlöffeln von obiger Tunke wird das zerdrückte Ei vermischt und mit Salz abgeschmeckt.

Käse aufstrich:

Alter Hartkäse wird gerieben und mit Tunke zu dicklichem Aufstrich verrührt und mit Salz abgeschmeckt.

Käse aufstrich:

125 g Käse, $\frac{1}{4}$ l entrahmte Frischmilch.

Der Käse wird gerieben, in die kochende Milch geschüttet und solange mit dem Schneebesen auf dem Feuer geschlagen, bis eine dickliche Masse entsteht. Der Aufstrich bleibt etwas krümelig, schmeckt aber ausgezeichnet.

Fleisch aufstrich:

Fleischreste und eine Zwiebel werden durch einen Wolf gedreht. Die Gewürzgurke wird in Würfel geschnitten, und alles wird mit 3—4 Eßlöffeln Tunke vermischt und gut abgeschmeckt.

Hering aufstrich:

1 Hering, 65 g durchwachsener geräucherter Speck (oder Fleischreste) werden mit einem Apfel durch die Fleischmaschine gedreht oder fein gehackt. Zum Schluß werden noch eine kleine gehackte Zwiebel und $\frac{1}{2}$ Gewürzgurke darangegeben. Mit 3—4 Eßlöffeln obiger Tunke und mit gehackter Petersilie ergibt es einen sehr guten Aufstrich.

Sellerie aufstrich:

Zutaten: 1 kleiner roher Sellerie, 1 Eßlöffel entrahmte Milch, 1 Eßlöffel Öl, etwas Essig.

Zubereitung: Der Sellerie wird fein geraspelt und mit den übrigen Zutaten vermischt.

Friskost

Drei Grundtunken zum Anmachen der Friskostgerichte:

1. Essig oder Zitronensaft mit etwas Öl oder
2. Milch, Dickmilch, Buttermilch, mit Milch verdünnter Quarg, mit Essig oder Zitronensaft.
3. Gekochte Mayonnaise:

$\frac{1}{4}$ l Milch, 25 g Mehl oder Kartoffelmehl (oder 1 Ei und 1 Teelöffel Mehl), 1 Eßlöffel Milch, 2 Eßlöffel Essig oder Zitronensaft, Salz.

Sämtliche Zutaten gründlich verschlagen, im Wasserbad bis ans Kochen bringen, einmal aufwallen lassen, zum Abkühlen beiseite stellen.

Sauerkrautsalat:

250 g Sauerkraut (ungewaschen), 2 Wurzeln, 1 Apfel, 1 saure Gurke, Essig, etwas ausgelassener Speck, evtl. feingehackte Kapern, Zwiebel oder Tomate.

Zubereitung: Sauerkraut wird klein geschnitten, Wurzeln, Apfel und Gurke feinschneiden, mit abgeschmeckter Tunke vermengen.

Rohes Salat aus Mohrrüben und Äpfeln:

Mohrrüben und Apfel zu gleichen Teilen raspeln, mit etwas Zucker und Zitronensaft mischen, durchziehen lassen. Besonders für Kinder geeignet.

Tomatensalat:

700 g Tomaten, 3 große Zwiebeln, 3—4 Eßlöffel Öl oder Buttermilch, 1 Eßlöffel Essig, Salz, 1 Prise Zucker, gehackte Petersilie, feingeschnittener Schnittlauch.

Zubereitung: Tomaten abwischen, in Scheiben schneiden, mit den feingeschnittenen Zwiebeln belegen, mit Salz bestreuen und mit der Salattunke und gehackten Kräutern übergießen. Wenn der Salat durchgezogen ist, gibt man ihn zu Tisch.

Weißkrautsalat (Spitzkohl, Rotkohl, Wirsing):

Außere Blätter entfernen (noch zum Kochen verwenden), Kohl halbieren, Strunk herauschneiden, waschen, Kohl fein hobeln, evtl. hinterher noch hacken. Pressen etwa 1 Stunde vor Zubereitung und hinterher stampfen, dadurch wird der Kohl zarter. Mit Essig oder Zitrone und Öl, besser mit Mayonnaise, Zwiebeln hinzu. Alle Arten Kräuter sind möglich.

Die Frischkostsalate kann man aus beliebigem Gemüse und Frischgemüse herstellen unter Anwendung der verschiedensten Kräuter. Zum Zerkleinern, Raffeln benutzt man: Rohkostspezialmaschinen, den Rohkostansatz zur Fleischmaschine, Rohkostreiben aus Metall und Glas, Hobel und Wiegemesser.

Suppen

Holunderbeersuppe:

1 kg entstielt Holunderbeeren mit 1½ l Wasser weichkochen. Durch ein Sieb geben, mit Zucker abschmecken. In der gewonnenen Flüssigkeit kocht man halbierte Pflaumen oder säuerliche Apfelscheiben

gar. Dann dickt man die Suppe mit Kartoffelmehl oder $1\frac{1}{2}$ Eßlöffel Sago an und gibt mit Gries, Mehl oder Hefeklößen warm zu Tisch.

Rote-Beete-Suppe:

800 g rote Beete werden vorsichtig gewaschen (gebürstet), die Wurzeln bleiben dran, damit sie nicht verbluten. Ungefähr $1\frac{1}{2}$ —2 Stunden kochen, danach schälen, durch die Fleischmaschine drehen. Von 40 g Fett und 40 g Mehl eine helle Einbrenne machen, mit dem Saft der roten Beete auffüllen, zuletzt alles dazutun, aufkochen lassen, süßsauer abschmecken.

Geschlagene Buttermilchsuppe:

1 Eßlöffel Korinthen oder Sultaninen werden verlesen und gewaschen. 1 l Buttermilch verrührt man mit 2 glattgestrichenen Eßlöffeln Mehl und schlägt bis zum Aufkochen mit dem Schneebesen schaumig.

Zuletzt werden die Korinthen, 75 g Zucker und eine Prise Salz hinzugefügt, nochmals geschlagen, bis sich der Zucker auflöst, und die Suppe sogleich zu Tisch gegeben.

Herbstgoldsuppe:

750 g Kürbiswürfel, 1 Sellerie, $\frac{1}{2}$ Zwiebel, 5 Tomaten oder entsprechend Tomatenmark.

In 2 Eßlöffel Fett die Zwiebel dünsten, mit $1\frac{1}{2}$ l Brühe auffüllen, 3 Eßlöffel Sago darin garkochen, die gekochten, durchschlagenen Gemüse dazugeben, mit Salz abschmecken.

Fischkartoffelsuppe:

40 g Fett, 1—2 Zwiebeln oder 1 Bund Suppengemüse, $\frac{1}{2}$ kg Kartoffeln, $1\frac{1}{2}$ l Fischbrühe, Salz, frische Kräuter oder Muskat.

In dem Fett dünstet man das feingeschnittene Suppengemüse oder die Zwiebeln und die in feine Würfel geschnittenen Kartoffeln an, füllt mit der Fischbrühe auf und läßt 30 Minuten kochen. Als Einlage kann man Fischreste oder Fischklößchen geben.

Tunken

Sauermilch-Mayonaise:

$\frac{1}{2}$ l saure Milch schlägt man mit 2 Eiern, 1—2 Eßlöffel Öl, 1 Teelöffel Kartoffelmehl, $\frac{1}{2}$ Tasse Salz, 1 Eßlöffel Essig gut durch, und zwar solange, bis die Masse kocht, nimmt vom Herd und schlägt bis zum Erkalten. Man kann nach Geschmack mit Senf, geriebener Zwiebel oder getrockneten feingeriebenen Gewürzkräutern abschmecken. Zu Gemüsesülze, Fischsalat, Fleisch- und Gemüsesalaten.

Buttermilchtunke zu Kartoffelsalat:

$\frac{1}{4}$ l Buttermilch wird mit 1 Ei, Salz, Pfeffer, Essig und kleingeschnittener Zwiebel verquirlt und mit 1 Löffel Mehl bei mäßiger Hitze zu einer dicklichen Tunke gerührt. Die blättrig geschnittenen Kartoffeln werden damit übergossen und gemischt. Der Kartoffelsalat schmeckt kalt oder warm gleich gut.

Die Tunke paßt auch zu Pökelbraten oder zu kaltem in Scheiben geschnittenen Fleisch.

Meerrettichtunke:

20 g Butter oder Fett, 2 Eßlöffel Mehl, $\frac{1}{4}$ — $\frac{1}{2}$ l Milch, Prise Salz und Zucker, 1—2 Eßlöffel geriebener Meerrettich.

Butter und Fett dünstet man mit Mehl hellgelb, rührt die Milch, die man mit Fleisch- oder Fischbrühe mischen kann, hinzu, gibt 1 Prise Salz daran und läßt alles glattkochen. Vor dem Anrichten gibt man den geriebenen Meerrettich daran und schmeckt mit 1 Prise Zucker ab.

Kräutertunke:

20—30 g Butter oder Fett, 2 Eßlöffel Mehl, $\frac{1}{2}$ l Brühe, 2 Eßlöffel gewiegte Kräuter.

Von Fett und Mehl macht man helle Schwitze, rührt langsam die Brühe dazu, läßt etwas einkochen und gibt die Kräuter dazu.

Petersilie, Kerbel, Dill, Salbei (Vorsicht, Tunke wird leicht bitter), Basilikum, Pimpinelle, Tripmadam, Zitronenmelisse.

Tomatentunke:

250 g Tomaten oder entsprechend Tomatenmark, 40 g Mehl, 40 g Fett, Speck oder Butter, $\frac{1}{2}$ l Wasser oder Brühe, Salz, auf Wunsch kleine Zwiebel,

Zwiebel und Mehl werden in dem Fett angedünstet, die durchgeschnittenen Tomaten dazugegeben und mit Wasser aufgefüllt. Nach 20 Minuten Kochzeit wird sie durch ein Sieb gestrichen.

Mehlspeisen, Puddings und Aufläufe

Hefeklöße:

Hefegrundteig von $\frac{1}{2}$ Pfund Mehl, 15 g Zucker, 25 g Fett; Teig gehen lassen, Klöße formen, etwas gehen lassen, auf ein überkochendes Wasser gespanntes Tuch (über Kochtopf) legen, mit Schüssel zudecken und garwerden lassen, mit Gabeln aufrühren, etwas gebräuntes Fett darüber geben. Zu Obstsuppen oder Kompott.

Apfelpudding:

1 kg geschälte, in Scheiben geschnittene entkernte Wirtschaftsapfel werden dick mit Zucker bestreut, 125 g Mehl rührt man mit $\frac{1}{4}$ l Milch glatt. Dazu gibt man etwas Salz und 1—2 ganze Eier. Dann gibt man die Apfel dazu und füllt die Masse in vorbereitete Puddingform und läßt $1\frac{1}{2}$ Stunden im Wasserbad kochen. Dazu Frucht- oder Süßmosttunke.

Kartoffel-Tomaten-Sauerkraut-Auflauf:

1 kg Kartoffeln, $\frac{1}{2}$ l Milch, 750 g rohes, gewiegtes Sauerkraut, 600 g in Scheiben geschnittene und gesalzene Tomaten. Kartoffelbrei herstellen und denselben abwechselnd mit Sauerkraut und Tomaten in eine gut vorbereitete Auflaufform schichten. Man bestreut mit etwas geriebenem Käse und Semmel und belegt mit einigen Fettflöckchen. Der Auflauf wird im Ofen $\frac{1}{2}$ — $\frac{3}{4}$ Stunde gebacken und mit Frischkost gereicht.

Haferflockenobstauflauf:

150 g Haferflocken, $\frac{1}{2}$ l Milch, 2—3 Eigelb, Saft und Schale einer halben Zitrone, 30 g Zucker, etwas Fett, Salz.

Zum Guß etwa 2—3 Eiweiß, 150 g Zucker, 375 g beliebiges Obst oder Beeren.

Man übergießt die Haferflocken mit der kochenden Milch und läßt sie zugedeckt 2 Stunden stehen. Würzt mit Salz, Zucker, Zitronenschale, mengt die Eigelb darunter und füllt in gefettete Form. Im Ofen 10 Minuten vorbacken. Inzwischen schlägt man die Eiweiß zu steifem Schnee, mischt den Zucker und die gewaschenen entstieltten Beeren oder das abgetropfte eingemachte Obst darunter, füllt die Masse über den Auflauf und backt noch $\frac{1}{2}$ Stunde.

Kirschmichel:

125 g Semmeln, $\frac{1}{4}$ l Milch, 65 g Butter, 65 g Zucker, Zitronenschale, 4 Eigelb, 4 Eischnee, 500 g Kirschen.

Die Semmeln in der Milch einweichen, Butter, Zucker und Eigelb schaumig rühren, abgeriebene Zitronenschale hinzufügen, die Semmeln mit der Masse gut vermengen, Eischnee unterziehen, schichtweise mit den Kirschen in eine vorbereitete Form geben, 1 Stunde im Ofen backen.

Apfelstrudel:

Von 250 g Mehl, etwas Salz, 1 Ei, 40 g zerlassener Butter und knapp $\frac{1}{16}$ l warmem Wasser bereitet man einen Teig, knetet ihn tüchtig und wälzt ihn auf dem Nudelbrett aus, dann kommt er

in eine Schüssel, zugedeckt wird er auf eine warme Stelle zum Rasten gesetzt. Nach 1 Stunde wird er dünn auf einem Tuch ausgerollt, mit etwas zerlassener Butter bestrichen. Dann legt man in feine Scheibchen geschnittene Apfel und Sultaninen oder Korinthen darauf, streut noch etwas Zucker darüber und rollt auf. Den Apfelstrudel kann man backen, oder man legt in die Bratpfanne etwas Fett und behandelt ihn wie einen Braten. Die Tunke dickt man mit etwas Kartoffelmehl.

Die Füllung kann auch aus Rhabarber bestehen oder Quarg, den man auf folgende Weise fertig macht: 50 g schaumig gerührte Butter, 2 Eßlöffel Zucker, einige Sultaninen, einige Tropfen Mandelöl werden mit 250 g Quarg und $\frac{1}{2}$ l saurer Milch oder Buttermilch zu einer glatten Masse geschlagen.

Kuchen und Backwerk

Einfacher Napfkuchen:

130 g Butter, 3—4 Eigelb, 200—300 g Zucker, 500 g Mehl, Saft und Schale von 1 Zitrone, 100 g Korinthen, knapp $\frac{1}{4}$ l Milch, 20 g Backpulver, 3—4 Eischnee.

Alle Zutaten müssen kalt sein. Erst die Butter zu Sahne rühren (wenn sehr hart, etwas warm stellen), dann abwechselnd Zucker, Eigelb hinzugeben und die Masse schaumig rühren, ungefähr $\frac{1}{2}$ Stunde, immer nach einer Richtung. Dann die geschmackgebenden Zutaten, Milch und Mehl hinzugeben, dann Korinthen, zum Schluß das mit etwas Mehl gemischte Backpulver, zuletzt den Eischnee. Die Form nur $\frac{3}{4}$ voll füllen, gleich backen.

Einfacher Blechkuchen:

500 g Mehl, 20—30 g Hefe, knapp $\frac{1}{4}$ l Milch, Salz, eine halbe abgeriebene Zitrone, 40—80 g Fett, 75 g Zucker, evtl. 60 g Korinthen, Butter zum Bestreichen, Zucker und Zimt zum Bestreuen.

Nach dem Aufgehen auf dem Blech die Oberfläche mit zerlassener Butter bestreichen oder mit Butterstücken belegen und bestreuen. Man kann auch Streusel draufgeben.

Kleines Hefengebäck:

500 g Mehl, 50 g Hefe, $\frac{1}{8}$ — $\frac{1}{4}$ l Milch, knapp 200—250 g Butter oder Schmalz oder Talg, 60 g Zucker, Salz, etwa 200 g Mehl zum Nachkneten, Ei zum Bestreichen, Mandeln, Korinthen oder Marmelade zum Füllen.

Das Hefestück mit dem Salz, Mehl und der erwärmten Milch zu einem lockeren Teig verrühren, tüchtig schlagen und aufgehen

lassen. Dann das übrige Mehl dazu und das Fett hineinpfücken. Wenn der Teig fest genug ist, kleines Gebäck wie Hörnchen, Taschen, Kragen, Windmühlen, Hahnenkämme daraus formen, nochmals auf dem Blech gehen lassen, mit Ei bestreichen und bei starker Hitze 10—15 Minuten backen. HINTERHER mit Zuckerguß (kalt oder warm) überziehen.

Kartoffeltorte:

500 g Kartoffeln, 500 g Zucker, 500 g Grieß, 1 Zitrone, 2 Eigelb, 2 Backpulver.

Tags zuvor gekochte, geriebene Kartoffeln, Zucker, Grieß werden gut verrührt, mit Schale und Saft der Zitrone vermischt, dann fügt man Eigelb an den Teig und siebt das Backpulver an die Masse. Je länger der Teig verrührt wird, desto schöner wird die Masse. Zuletzt zieht man den Schnee der beiden Eiweiß darunter. Man kann die Kartoffeltorte warm oder kalt auftragen.

Verdeckter Apfelkuchen:

500 g Mehl, 100 g Butter, 125 g Zucker, 1 Ei, etwa $\frac{1}{8}$ — $\frac{1}{4}$ l lauwarme Milch, 1 Prise Salz, 30 g Hefe.

Zum Belag: 1 $\frac{1}{4}$ —1 $\frac{1}{2}$ kg Apfel, 125 g Korinthen.

Zum Guß: 65 g Puderzucker, Zitronensaft.

Einen kleinen Hefeteig herstellen, warm stellen. Unterdes rührt man die Butter oder das Fett schaumig, gibt nach und nach den Zucker, das Ei und den Rest der lauwarmen Milch abwechselnd mit etwa 375 g Mehl hinzu. Den Rest des Mehles geben wir erst dazu, nachdem wir die aufgegangene Hefe unter den Teig gegeben und durch kräftiges Schlagen alles gut vermengt haben.

Zweidrittel des Teiges werden gleichmäßig auf das Backblech gelegt. Inzwischen schält man die Apfel, schneidet sie in feine Streifen oder raspelt sie, mischt sie mit Zucker und Rosinen und legt sie auf den ausgerollten Teig. Der übrige Teig wird dünn ausgerollt als Decke darüber gebreitet.

Ist der Teig genügend aufgegangen, backt man den Kuchen ab und bestreicht ihn noch heiß mit Zuckerguß.

Gewürzkuchen:

Zutaten: 250 g Marmelade, 100 g Zucker, 1 Ei, 1 Paket Vanillenzucker, 1 Prise Salz, 20 g Nüsse, 50 g Grieß, 125 g geriebene gekochte Kartoffeln, 200 g Mehl, 1 Paket Backpulver, nach Bedarf etwas Milch.

Zubereitung: Die Marmelade wird mit dem Zucker gut schaumig gerührt. Die gekochten geriebenen Kartoffeln, der Grieß, Salz,

Nüsse und Vanillezucker werden dazugegeben. Zum Schluß kommt das mit Backpulver vermischte Mehl hinzu. Nach Bedarf wird etwas Milch zugefügt. Der Teig muß dickflüssig sein. Bei mäßiger Hitze 60 Minuten backen. Der Kuchen schmeckt ausgezeichnet, wenn er zwei Tage in der Blechdose gelegen hat.

Wurzelkuchen:

Zutaten: 250 g Wurzeln, 50 g Nüsse, 100 g Zucker, 1 Vanillezucker, 1 Ei, 2 Eßlöffel DPM oder Kartoffelmehl, 100 g Weizenmehl, $\frac{1}{2}$ Paket Backpulver.

Zubereitung: Die Wurzeln werden feingerieben, mit dem Zucker und den übrigen Zutaten tüchtig verrührt, dann kommt das mit dem Rest Mehl vermischte Backpulver hinzu, und das steifgeschlagene Eiweiß wird untergezogen. Bei Mittelhitze wird der Kuchen in der Springform oder auf dem Blech goldgelb gebacken. (Ist auch als Tortenboden zu verwenden.)

Kartoffelkrümelkuchen:

Zutaten: 75 g Fett, 150 g Zucker, 1 Paket Vanillezucker, 125 g geriebene gekochte Kartoffeln, 300 g Weizen- oder Roggenmehl, 1 Paket Backpulver, zur Füllung: 200 g Marmelade oder 500 g Apfel.

Zubereitung: Mehl und Backpulver werden in eine Schüssel gestibt und mit den Kartoffeln und Haferflocken vermischt. In der Mitte der Schüssel wird eine Vertiefung gemacht, die übrigen Zutaten werden hineingegeben und zu einem Brei verrührt. Die zerlassene handwarme Butter wird dazugegeben und der Teig mit den Händen zu Krümeln gebrösel. Die Hälfte des Teiges tut man in die gefettete Springform, die Füllung wird daraufgegeben und der Rest Krümel darübergestreut. Bei Mittelhitze 45—50 Minuten backen.

Quargstollen:

Zutaten: 500 g Mehl, 150 g Zucker, 250 g Quarg, 1 Tasse Milch, 75 g Rosinen, 65 g Fett (kann auch fehlen), 1 Paket Backpulver.

Haferflocken-Makronen:

Zutaten: 250 g Haferflocken, 125 g Zucker, 50 g Fett, 1 Tasse Milch, 1 Teelöffel Backpulver.

Zubereitung: Alle Zutaten werden miteinander vermischt, kleine Häufchen aufs Blech gesetzt und bei Mittelhitze goldgelb gebacken.

Weihnachtsbäckerei

Pfefferkuchen:

Zutaten: 250 g Honig, 30 g Gänse- oder Schweinefett, 30 g Butter, 250 g Zucker, 3 Eßlöffel Wasser, einmal aufkochen und 5 Minuten abkühlen, 4 g Zimt, 4 g Nelken, 2 g Kardamom, Schale einer Zitrone, 50 g Nüsse, $\frac{3}{4}$ kg Mehl, 3 Eigelb 5 g Pottasche, 7 g Hirschhornsalz.

Zubereitung: Zutaten: Mit Honigmasse mischen, Treibmittel zuletzt verarbeiten, 1 Zentimeter stark ausrollen, backen, nach dem Backen in beliebig große Stücke schneiden.

Feiner Honigkuchen:

Zutaten: 250 g Honig, 1 Prise Salz, 20 g Zitronat, 30 g Nüsse, die nicht notwendig sind, je nach Geschmack $\frac{1}{2}$ Teelöffel Pfefferkuchengewürz, 250 g Mehl, 1 Teelöffel (5 g) Pottasche, die in einem Eßlöffel Rum aufgelöst wird, Zum Bestreichen etwas Milch, zum Belegen Zitronat.

Zubereitung: Der Honig wird flüssig gemacht und erkaltet zu dem Mehl mit dem Gewürz gegeben. Die in Rum aufgelöste Pottasche wird dazugetan. Nach gründlichem Durcharbeiten läßt man den Teig 24 Stunden ruhen. Am nächsten Tage wird der Teig ausgerollt und auf ein leichtgefettetes Blech oder in die Pfanne gelegt. Man bestreicht den Teig vor dem Backen mit Milch, markiert rechteckige Stücke und legt das zerschnittene Zitronat darauf. Bei mäßiger Hitze wird der Teig, je nachdem wie dick er ausgerollt wird, 20—30 Minuten gebacken, dann wird er zerschnitten.

Gefüllter Honigkuchen:

Zutaten: 250 g Honig oder Kunsthonig, 250 g Zucker, 2 Eßlöffel Gänsefett aufkochen, 875 g Mehl mit 2 Teelöffeln Honigkuchengewürz vermischen und mit der abgekühlten Honigmenge vermengen, 1 Ei und zum Schluß 15 g in 2 Eßlöffeln Rum gelöste Pottasche dazutun.

Zubereitung: Gut verkneten, zwei nicht zu dicke Platten ausrollen, eine davon mit Marmelade bestreichen, mit gehackten Mandeln und Nüssen, kleingeschnittenem Backobst bestreuen und die andere Teigplatte darüberdecken, backen und dann in kleine Vierecke schneiden.

Ostpreussischer Honigplattenkuchen:

Zutaten: $\frac{3}{4}$ kg Honig, $1\frac{1}{2}$ kg Mehl, 30 g gestoßenen Zimt, 2 Eßlöffel Rum, 50 g weiße geschälte Mandeln oder Nüsse, 50 g Orangeat in Würfel oder Backobst, 4 Eigelb, 5 g Kardamom,

10 g gestoßene Nelken, 1 Eßlöffel geschmolzenes Gänsefett, 5 g gemischtes Gewürz, 50 g Pottasche.

Zubereitung: Masse eine Stunde schlagen, ziemlich dick austrollen, eine Stunde stehen lassen, mit Backobst belegen, mit Wasser bestreichen, bei Mittelhitze 10—20 Minuten backen. In große viereckige Platten schneiden.

Braune Pfeffernüsse:

Zutaten: 625 g Sirup, 375 g Zucker, 200 g Fett (halb Butter, halb Schmalz) aufkochen, 1 kg Mehl mit 1 Päckchen Vanillezucker und der abgeriebenen Schale einer Zitrone vermischen, mit der etwas abgekühlten Sirupmasse vermengen, 30 g Pottasche in 3 Löffeln Rum auflösen und zuletzt an den Teig tun, tüchtig kneten, dünn austrollen, ausstechen, backen.

Weiß e Pfeffernüsse:

Zutaten: 600 g Mehl, 1 Backpulver, 60 g Mandeln oder Nüsse, 375 g Zucker, 4 Eier, 1 Vanillezucker, 1 Teelöffel Zimt, 1 Teelöffel Nelken.

Zubereitung: Die ganzen Eier und Zucker werden schaumig gerührt, nach und nach gibt man das mit den Gewürzen und Backpulver gemischte Mehl hinzu, wenn nötig, noch 1—2 Eßlöffel Wasser. Gut durchkneten und formen wie bei Pfeffernüssen, backen, mit Puderzuckerguß (von 150 g) bestreichen.

Schweidnitzer Bissen:

Zutaten: $\frac{1}{2}$ kg Mehl mischen mit $\frac{1}{2}$ Teelöffel Zimt, 1 Messerspitze Nelken, $\frac{1}{2}$ Backpulver. Kochen: 250 g Honig, 100 g Zucker, 3 Eßlöffel Gänsefett. Außerdem: 1 Ei, 2—3 Eßlöffel Rum, 1 Eßlöffel Zitronensaft.

Zubereitung: Der gut geknetete Teig wird im ganzen fingerdick auf dem Blech ausgerollt und gebacken, dann in Würfel geschnitten und immer 2 Würfel mit Marmelade aufeinander gesetzt. Anstatt Schokoladenguß macht man einen klaren Zuckerüberguß, indem man 2 Eßlöffel Zucker, 1 Paket Vanille mit 1 bis 2 Eßlöffeln Wasser aufkochen läßt und die Vierecke damit bestreicht.

Gewürzsterne:

Zutaten: 125 g Butter, 250 g Zucker, 250 g Mehl, Nelken, Zimt, Kardamom, 1 Ei.

Zubereitung: Butter und Zucker schaumig rühren, Gewürz und Mehl hinzu, austrollen, Sterne ausstechen, obenauf mit Mandelhälften und Eigelb verzieren.

Vanillebrezeln:

Zutaten: 250 g Mehl, 125 g Butter, 120 g Zucker, 1 Ei.
Glasur: 100 g Zucker, 1 Päckchen Vanillezucker, etwas Wasser.

Zubereitung: Aus Mehl, Butter, Zucker, Ei Mürbeteig herstellen. Teig 1 Stunde kühl ruhenlassen, Brezeln formen, 20—30 Minuten Backzeit, dann mit Oberseite in Glasur tauchen.

Albert-Keks:

Zutaten: 400 g Mehl, 100 g Zucker, 50 g Fett, 1 Ei, 4 Eßlöffel entrahmte Frischmilch, 1 Paket Vanillezucker, 1 Backpulver.

Zubereitung: In die Mitte des mit Zucker und Backpulver gemischten Mehles gibt man das mit der Milch verquirlte Ei und die Fettflöckchen. Wenn der Teig eine Zeit lang kühl gestanden hat, rollt man ihn messerrückendick aus, mustert ihn mit dem Reibeisen, rädelt Rechtecke aus und legt diese auf ein vorbereitetes Blech und bäckt sie bei Mittelhitze.

Haferflocken-Makronen:

Zutaten: 250 g Haferflocken, 125 g Zucker, 50 g Fett, 1 Tasse Milch, 1 Teelöffel Backpulver.

Zubereitung: Alle Zutaten werden miteinander vermischt; kleine Häufchen aufs Blech gesetzt und bei Mittelhitze goldgelb gebacken.

Haferflocken-Plätzchen:

Zutaten: 125 g Haferflocken, 3 Eßlöffel Öl, 1 Ei, 50 g Mehl, 75 g Zucker, 1 Teelöffel Backpulver.

Zubereitung: Die Haferflocken werden auf kleiner Flamme in dem Öl goldgelb geröstet und erkaltet mit allen übrigen Zutaten vermischt. Man setzt kleine Häufchen aufs Blech und bäckt sie bei Mittelhitze.

Tischdecken

Das ist eigentlich das erste, bei dem wir der Mutter helfen durften, als wir schon so groß waren, um auch richtig fest und sicher eine Tasse oder einen Teller auf den Tisch zu stellen, die wir vorher mit unseren Kinderfäustchen aus dem Küchenschrank vorsichtig herausgeholt hatten. „Gib nur acht, Kind,“ rief die Mutter wohl hinterher. Und das mit Recht! Denn nichts ist unschöner, als abgestoßenes Geschirr, das meistens durch Gleichgültigkeit und Unachtsamkeit entsteht. „Die Decke liegt aber nicht gerade, Kind,“ sagte Mutter dann wohl, denn sie war's und sie ist es, die uns anlernt in den Dingen des Alltags. „Hübsch gerade muß die Falte in der Mitte des Tisches liegen!“

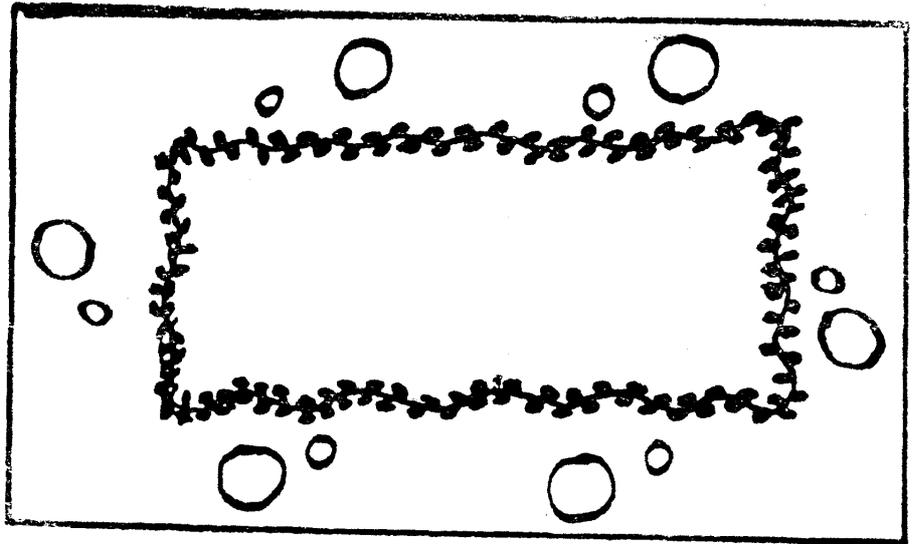
Ja, darauf wollen wir da draußen auch achten, wenn wir zu unseren Arbeitsgemeinschaften zusammenkommen. Das Tischtuch muß schön gerade liegen, die Tassen und Teller in Reih und Glied. Jede Untertasse will ihre passende Obertasse heben, wenn wir verschiedene Muster vorfinden. Das schadet nichts! Darum müssen wir in all die Dinge, die wir vorfinden, auf dem Tisch eine genaue Ordnung bringen! Jedes Messer gleich weit vom Tellerrand entfernt, genau so die Gabel.

Auch die Teelöffel haben zu gehorchen! Nicht einer schräge, den anderen gerade, den dritten vielleicht sogar in die Tasse, nein! Ordnung heißt hier auch schon ein Anfang zur Schönheit. Blumen in eine kleine, nicht zu hohe Vase, damit ich mein Gegenüber am Tisch auch richtig sehen kann, dann ist der Tisch bestimmt richtig gedeckt. Aber auch nichts vergessen, nie Salz, vielleicht Zucker, denn wie häßlich wirkt es, wenn man irgendwo zu Gast ist, und man sitzt kaum, da fängt die Lauferei nach Dingen an, die man längst früher hätte bedenken können.

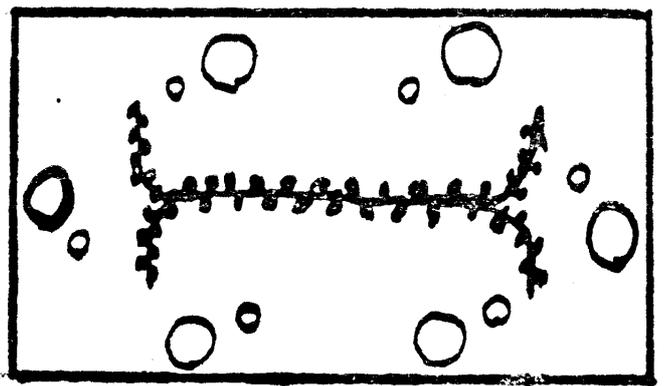
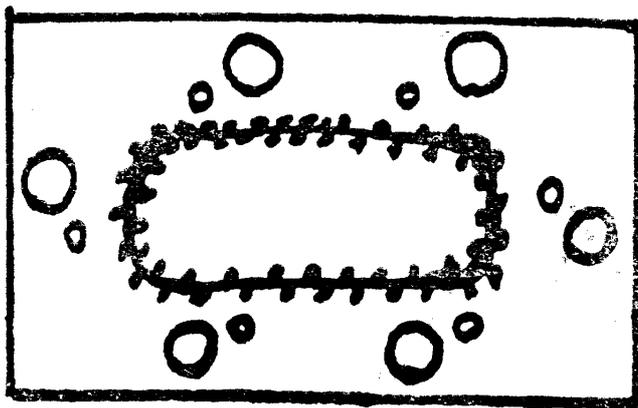
Tischschmuck

Wenn ich nun das Wort „Tischschmuck“ höre, muß ich gleich an liebe Gäste denken. Besuch wird erwartet! Wie schnell wird da ein Kuchen gebacken und Blumen werden aus dem Garten geholt, um alles recht schön und nett zu machen.

Im Sommer ist's da so einfach! Blumen in kleinen Sträußchen, zart und zierlich auf dem Tisch zerstreut, geben ein frohes Bild. Habe ich etwas mehr Zeit, so lege ich Ranken in allen nur denkbaren Formen, wie etwa so:



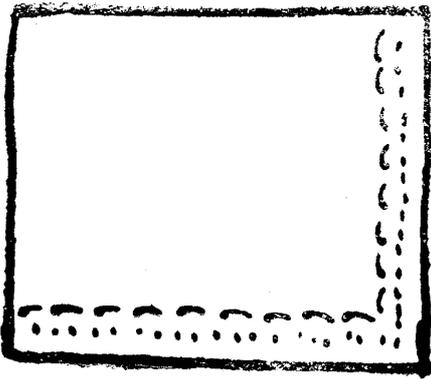
Einfacher ist es, aus allen Wiesenblumen, die zurzeit blühen, einen einfachen Kranz zu legen, oder in der Mitte eine breite Ranke.



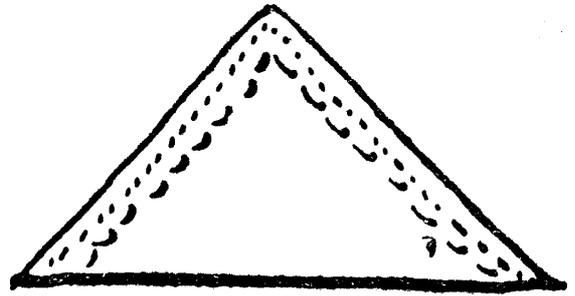
Natürlich muß auch hierbei hübsch auf die Zusammenstellung der Blumen geachtet werden. Wir werden nicht zarte Blumen, wie Jungfer im Grünen, mit schweren, knallroten Zinien auf den Tisch legen. Die ersten für sich geben einen festlichen, zarten Tischschmuck! Sehr hübsch macht sich dabei das schlichte Arzberg-Geschirr und dazu wieder einfarbige zartblaue Papiermünder in der duftigen Form des Schiffchens.

Das Legen des Schiffchens

Figur 1

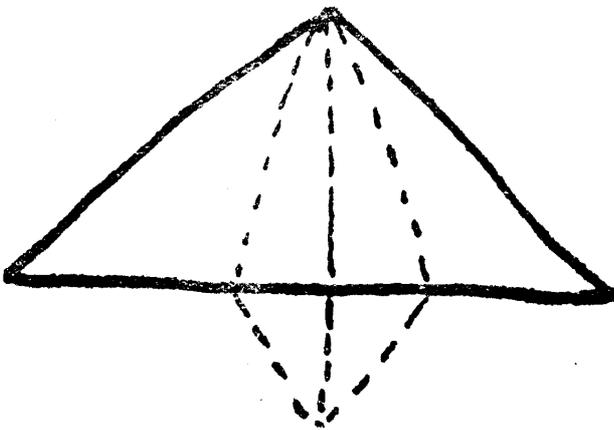


Figur 2



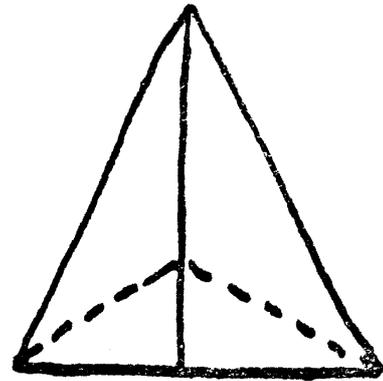
Bruchkante

Figur 3



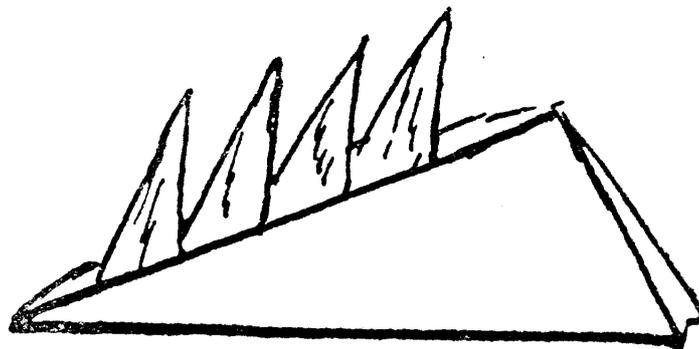
gestrichelte Teile nach vorn umbiegen

Figur 4



überstehende Ecken nach hinten umbiegen

Figur 5



und die losen Ecken leicht und duftig herausziehen

Schön ist entschieden ein einheitlich gedeckter Tisch. Aber leider sehen wir bei uns in den Bauernhäusern nur allzuoft das übliche Sammelassengeschirr mit viel Gold, buntem Blütengerank und irgendwelchen komischen Figuren. Ein schlichtes, einfarbiges, in der

Form auch gutes Geschirr macht den Tisch viel feiner. Vor allem haben wir selbst noch Gelegenheit, mit Blumen, Servietten, Tischkarten ein ganz Persönliches hinzuzutun. (Da wäre eben das Arzberg- und Villeroy- und Boch-Geschirr vorzuschlagen.)

Ein handgemaltes Bunzlauer Geschirr bringt schon mit seinen freudig bunten Farben einen gewissen Frohsinn in die Tischgesellschaft. Es gibt neue, schöne Formen im Bunzlauer, die in jedes Bauernhaus hineinpassen! Nur gilt dabei hübsch zu bedenken: Welche Decke nehme ich darunter? Na, selbstverständlich eine schöne handgewebte. Da gibt es alte, schöne Muster, die von der Mutter und Großmutter vererbt sind. Farbige-karierte Decken sind auch etwas Neues. Vor allem, wenn die Decken selbst gearbeitet sind. Wie manch alter, handgewebter Bettbezug liegt, nach Mottenpulver riechend, in der Eichentruhe drin. Der kann heute seine Auferstehung feiern! Also, Mädels, ran! Mutter ist der Bezug zu steif als Bettzeug, darum schnell auseinandergetrennt und eine schöne, derbe und kräftige Tischdecke daraus gemacht. Ein bißchen Stickerei darauf belebt sie. Der Kreuzstich als einfache Borte an den Rand, vielleicht nur ein Zierstich am Saum und aus den Stoffresten kleine Mundtücher. ha, das ist echt und schön! Das sollte Großmutter wissen, daß ihr handgewebtes Bettzeug noch so zu Ehren kommt!

Ein schöner Tonkrug oder eine handgetöpferte Vase, die müssen es schon sein, die sich mit dieser Decke messen können. Darin ein frischer farbenfroher Blumenstrauß, locker und schön hineingestellt, wird allen eine Freude sein, die an diesem Tisch zu Gast sind.

Und nun sind wir schon bei dem angelangt, woran wir denken müssen, wenn wir einen Tisch decken. Farben- und Formenharmonie in Geschirr, Decken, Blumen! Ja, alles was zusammenpaßt nach den großen Gesetzen des Goldenen Schnittes, des Farbendreiklages, das ist schön! „Das ist in Ordnung“, sagen wir dann und damit sind wir wieder beim Ausgangspunkt. Kultur ist Zucht und Ordnung. Alles, was ordentlich ist, ist darum auch schön.

Der Garten

Der Garten soll den Gemüse- und Obstbedarf der Familie decken. er muß daher

1. genügend groß sein, und
2. muß genügend Obst und Gemüse angebaut werden, und
3. er muß richtig bearbeitet und gepflegt werden.

Die Einteilung des Gartens

Der Garten wird zweckmäßig in vier Teile eingeteilt, und zwar deshalb, weil die verschiedenen Gemüse, die wir anbauen, verschiedene Ansprüche an den Boden stellen. Wir unterscheiden Blattgemüse (sämtliche Kohlarten, Spinat, Salat, Gurken, Tomaten), Wurzelgemüse (Rettich, Radies, rote Rüben, Sellerie, Wurzeln usw.), Hülsenfrüchte (Erbsen, Bohnen usw.), Dauergemüse und Obst (Spar- gel, Erdbeeren usw.).

Die Blattgemüse gebrauchen verhältnismäßig viel Dünger, diesen gibt man denselben am besten in Form von frischem Dung im Herbst. Die Wurzelgemüse dagegen vertragen den frischen Dung nicht, sie werden krank usw., z. B. Sellerie bekommt Rost, Wurzeln, Zwiebeln, Rettiche bekommen Maden und halten sich nicht. Die Hülsenfrüchte dagegen sammeln noch den Stickstoff aus der Luft, es wäre deshalb widersinnig, denselben noch Dung zu geben. Außerdem halten sich eingemachte Erbsen und Bohnen nicht, wenn sie frischen Dünger bekommen haben.

Auf den vierten Teil des Gartens bringt man die ausdauernden Gemüse und das Beerenobst, und zwar aus folgendem Grunde: Diese Früchte bleiben mehrere Jahre stehen, deshalb müssen sie anders bearbeitet und auch gedüngt werden. Sehr oft sieht man noch die Sträucher an den Wegrändern stehen, dadurch erhalten sie meist zuviel Dünger, vor allen Dingen Stickstoff, sie wachsen zu schnell und sind infolgedessen nicht kräftig genug, um sich gegen die Schädlinge und sonstigen Krankheiten zu wehren, die Folge davon ist, daß die Sträucher meist krank sind; eine sehr häufige Krankheit ist der Mehltau bei den Stachelbeeren. Wenn man nun die Sträucher auf einen besonderen Teil des Gartens pflanzt, dann kann man sie ihrer Eigenart entsprechend düngen und bearbeiten.

Die Düngung erfolgt nun folgendermaßen: Das erste Stück des Gartens, auf dem die Blattgemüse gebaut werden sollen, bekommt frischen Dung. Dieser wird nicht erst im Frühjahr gegeben, wenn der Samen ins Land kommen soll, sondern im Spätherbst, wenn alles abgeerntet ist. Das Land wird dann umgegraben, und zwar mit dem Dung, dann aber in rauher Scholle liegengelassen, damit es richtig durchfrieren kann, das hat den Zweck, daß der Dung verrottet, also schon im Laufe des Winters zu Erde wird und die Nährstoffe, die der Pflanze zugute kommen sollen, schon in eine für die Pflanze aufnehmbare Form umgewandelt werden, der Boden selbst wird durch diese Art der Bearbeitung gar, d. h. die obere Schicht wird durch die Witterungseinflüsse zersetzt und in eine für die Pflanze brauchbare Form umgewandelt. Im Frühjahr darf deshalb der Boden nicht nochmal umgegraben werden, da dann dadurch diese Schicht wieder nach unten kommen würde, also unsere ganze Arbeit, die wir im Herbst gemacht haben, umsonst wäre. Der Ertrag wird in diesem Falle natürlich viel geringer sein. Das übrige Land, also Teil 2 und 3, wird auch im Herbst umgegraben, jedoch bringen wir hier keinen Dung drunter, sondern geben im Frühjahr bei der Bearbeitung etwas Komposterde darauf, wenigstens auf den Teil, auf den die Wurzelgemüse kommen sollen, der dritte Teil bekommt am besten Kalk. Dieser kann allerdings im Herbst gegeben werden.

Fragen wir uns, was ist denn gute Komposterde? Dies ist gute Humuserde, die in jedem Garten mit Leichtigkeit selbst hergestellt werden sollte, und zwar folgendermaßen: Wir bringen dazu alles, was wir an Abfällen im Garten haben, auch Unkraut, wenn es noch nicht Samen gebildet hat, und sonstige nützliche Dinge, wie Hühnerdung, Stroh usw., auf einen Haufen, den wir an einem schattigen Platz anlegen. Dieser Haufen wird dann möglichst ein- bis zweimal im Jahr, am besten im Herbst und Frühjahr, umgestochen und mit Kalk vermengt. Im dritten Jahr hat sich alles soweit zer- setzt, daß diese Erde als Komposterde angesprochen werden kann und sehr zur Verbesserung des Bodens beiträgt. Der Komposthaufen ist die Sparbüchse des Gartens.

Aus dem Vorhergegangenen ersehen wir, daß das Umgraben des Gartens im Herbst eine unbedingte Notwendigkeit ist, wenn wir im folgenden Jahre gute und gesunde Früchte ernten wollen. Dazu ist aber weiter notwendig, daß der Garten planmäßig bewirtschaftet wird, h. h. wir haben uns in jedem Jahr einen Plan zu machen, aus dem wir ersehen, was und wo wir im Jahre vorher die verschiedenen Gemüse stehen hatten, denn es ist nach dem Vorhergesagten ganz unmöglich, das Gemüse wahllos anzubauen usw. Die Düngung,

Bearbeitung und Bebauung muß nach einem vorher festgesetzten Plan erfolgen, damit erstens der Boden richtig ausgenutzt wird, zweitens der Dünger den Pflanzen entsprechend gegeben wird und drittens die Nährstoffe, die sich im Boden befinden, von den Pflanzen ihrer Eigenart entsprechend ausgenutzt werden können. Wenn wir 1940 das Land folgendermaßen aufgeteilt hatten:

1. Teil Blattgemüse (frischer Dung im Herbst 1939)
2. Teil Wurzelgemüse (Komposterde im Frühjahr 1940)
3. Teil Hülsenfrüchte (Kalk im Herbst 1939),

dann muß 1941 der Plan folgendermaßen aussehen:

1. Teil 1940: Blattgemüse; 1941: Wurzelgemüse
2. Teil 1940: Wurzelgemüse; 1941: Hülsenfrüchte
3. Teil 1940: Hülsenfrüchte; 1941: Blattgemüse.

Es folgt also immer Blattgemüse, Wurzelgemüse, Hülsenfrüchte im Wechsel. Durch diese Fruchtfolge wird das Land und der Dünger richtig ausgenutzt.

Im Herbst ist die Ernte restlos durchzuführen und zu sorgen, daß die Herbst- und Winterarbeiten erledigt werden.

Bei der Gemüseernte haben wir zu beachten: Kohl und Wurzelgemüse muß geerntet und eingewintert werden, und zwar folgendermaßen: a) Gemüse, die im Freien ohne Frostschutz überwintern können, sind folgende: Rosenkohl, Grünkohl, Schwarzwurzeln, Porree; b) Gemüse, die geerntet und eingeschlagen oder eingeschlagen werden müssen, sind: Weißkohl, Rotkohl, Wirsingkohl, Wurzeln, Bruken, Sellerie, rote Rüben. Es ist darauf zu achten, daß das Gemüse nicht allzu früh geerntet wird, da die ersten Fröste keinen Schaden anrichten. Die Ernte sollte bei trockenem Wetter erfolgen, und zwar Ende Oktober bis Anfang November, weil zu dieser Zeit das Gemüse erst voll ausgereift ist. Bei Kohlrabi werden die großen Blätter entfernt, und nur die Herzblätter stehen gelassen. Die Knollen werden möglichst an einer geschützten Stelle eingeschlagen. Kürbisse für die spätere Verwendung frostsicher aufbewahren.

Schädlingsbekämpfung. Fruchtummien, abgefallenes Laub der Obstbäume, Kohlstrünke usw. müssen zusammengetragen und vernichtet werden. Bei Befall durch Raupennester (insbesondere Goldasterraupennester) ist ein Ausschneiden und Verbrennen im Laufe des Winters erforderlich. Das Umgraben der Baumscheiben im Herbst und Winter dient neben einer guten Durchlüftung des Bodens auch

der Vernichtung der Puppen und Larven in der Erde. Schadhafte Gartenzäune müssen ausgebessert werden, damit das Wild keinen Schaden anrichtet.

Pflege der Obstbäume. Das Abkratzen der Obstbäume ist keine schwere Arbeit und kann von jedermann erlernt werden. Allerdings muß darauf geachtet werden, daß mit den vorhandenen Geräten vorsichtig umgegangen wird, um Verletzungen der Bäume zu verhindern. Auf untergelegten Säcken oder Plänen ist die abgekrazte Rinde zu sammeln und zu verbrennen. Alle anderen Arbeiten, die im Laufe des Winters im Obst- und Gemüsegarten verrichtet werden müssen, können nur von Fachkräften ausgeführt werden, z. B. Auslichten und Spritzen der Bäume und Sträucher, Einpflanzen der Obstbäume. Zur Erledigung dieser Arbeiten wende man sich, soweit kein Obstbaumpfleger im Ort besteht, über die zuständige Kreisbauernschaft an die Wirtschaftsberaterin des Kreises.

Das Geflügel

Um eine lohnende Geflügelhaltung zu betreiben, sind folgende Punkte von grundlegender Bedeutung: eine leistungsfähige Herde, ein guter, gesunder Stall und die richtige Fütterung.

1. Wie erhält man eine leistungsfähige Herde?

Durch Kauf von Eintagsküken kann man die Tiere, die aus anerkannten Zuchten kommen — also alle Voraussetzungen mitbringen, um gute Legerinnen zu werden — alle auf einmal großziehen. Man spart dadurch die Arbeit, die das Setzen von Glucken und die Aufzucht mehrerer verschiedenaltiger Küken mit sich bringt. Es ist dies die einfachste Art, jedoch gehört dann der richtige Aufzuchttraum dazu, sowie eine künstliche Glucke. Durch sogenannte Kükenwindeln (Zeitungsapier wird unter die Brude gelegt mit Häcksel bestreut und alle Morgen fortgezogen) erleichtern wir uns die Sauberhaltung des Raumes.

Wenn wir aber eine Glucke setzen, dann ist das Nest richtig zu machen, d. h. es ist nicht nur eine alte Kiepe in einen beliebigen Raum setzen. Auf dem Fußboden ist ein Nest zu machen, das mit Ziegelsteinen begrenzt ist. Nach unten kommt ein Stück Grasnarbe, dann ein Strohkranz und in die Mitte Heu. Die Bruteler werden von Hühnern genommen, die wirklich etwas leisten und gesund sind. Bevor wir nun die Glucke setzen — wenn möglich mehrere zur gleichen Zeit — streuen wir das Nest und auch die Glucken mit Insektenpulver ein. Der Raum muß abgedunkelt werden und an ruhiger Stelle liegen.

Sobald die Hähnen zu erkennen sind, sperrt man sie gesondert ein und mästet sie, jedoch nicht länger als 10 Wochen, da sie sich dann nicht mehr bezahlt machen.

Die Legehenne darf nicht älter wie zwei Jahre werden, denn dann läßt die Legetätigkeit so nach, daß sie das Futter nicht mehr verdient. Im Herbst muß die Hälfte der Herde aus Junghennen bestehen, und wir müssen für genügend Nachzucht sorgen, um dann immer die gewünschte Zahl Tiere zu haben. Um das Alter der Tiere festzustellen, berüngen wir die Junghennen schon sobald es geht mit dem geschlossenen Fußring.

2. Was verstehen wir unter einem guten Stall?

Für die Küken brauchen wir einen Raum oder ein Kükenhäuschen. Da die Küken Wärme gebrauchen und keine Glucke da ist, müssen wir diese durch eine künstliche Glucke ersetzen. Am meisten sind wohl die Grudeglucken bekannt. Der Kükenstall muß hell, trocken und warm sein und die nötige Größe haben, vom Hühnerstall muß er getrennt sein, um nicht evtl. Krankheiten zu verschleppen. Der Hühnerstall selbst muß auch hell und trocken sein. Für Neu- und Umbauten sind die Zeichnungen der Landesbauernschaft maßgebend.

Zur Inneneinrichtung gehören vor allen Dingen die Kotbretter, die 90 cm über dem Fußboden angebracht sind, und 30 cm drüber die Sitzstangen. Für 5 Hühner rechnet man 1 m Sitzstange. Die Stangen müssen abgerundet sein. Der Raum unter den Kotbrettern kann als Scharraum genutzt werden. Für genügende Lüftung ist zu sorgen. Die Fenster müssen $\frac{1}{3}$ der Fußbodenfläche ausmachen. Bei der täglichen Reinigung ist immer das Kotbrett zu reinigen, 1—2 mal muß der Stall gründlich gereinigt, d. h. gescheuert und desinfiziert werden. (Denke an die Hühnerkrankheiten!)

3. Die Fütterung.

In erster Linie werden wir wirtschaftseigenes Futtermittel verbrauchen. Eiweiß und Kalk muß allerdings hinzugekauft werden, denn das Eiweiß, das im Betrieb zur Verfügung steht (Magermilch, Buttermilch) reicht nicht aus.

a) Fütterung der Küken.

Die ersten Tage Grütze, nach dem 5. Tag ein Futtermehl aus 75 Teilen verschiedenes Schrot, 20 Teilen Eiweißfutter, 3 Teilen Kalk und 2 Teilen Holzkohle, zum Trinken dicksaure Magermilch (niemals angesäuert) oder Buttermilch.

b) Fütterung der Legehennen im Winter.

Je Tag und Tier 40 g Körner, die man um besten abends in die Einstreu gibt. Dazu Weichfutter bestehend aus: 50—60 g Kartoffeln, 15 g Schrote, 10 g Eiweißstoffe. Zur ständigen Entnahme wird im Trog ein Legemehl bestehend aus verschiedenen Schroten und ungefähr 15 % Eiweißfutter bereitgestellt. Außerdem ist für Grünfüttererfab zu sorgen — Rüben, Kohl, Silage, sowie für frisches Trinkwasser oder noch besser dicke Magermilch (für 8—10 Hennen 1 l).

Im Sommer braucht die Fütterung nicht so reichhaltig zu sein, da sie durch Auslauf oder Austrieb (Hühnerwagen) ergänzt wird.

Die Hauswäsche

Bei der großen Wäsche gehen wir zweckmäßigerweise folgendermaßen vor:

Schmutzige Wäsche nicht zu lange liegen lassen, da der Schmutz festtrocknet und mehr Seife zum Reinigen beansprucht oder die Wäsche mehr gerieben werden muß und dadurch ihre Haltbarkeit einbüßt.

Die Aufbewahrung der schmutzigen Wäsche erfolgt gut sortiert und luftig in Körben, Kisten oder über Stangen. Die Wäsche ist mindestens 12 bis 24 Stunden vor dem Waschen in reichlich Wasser mit Henko oder Burnus handwarm einzuweichen. Sehr schmutziger Wäsche setzen wir noch etwas Imi zu.

Am Waschtag wird die Wäsche im Einweichwasser gut durchgestampft, um den Schmutz zu lösen, danach in klarem Wasser gespült. Sehr schmutzige Wäsche wird am besten noch einmal eingeweicht und dann wie angegeben weiter behandelt. Die Wäsche wird dann, soweit eine Maschine vorhanden, durch die Wäscheschleuder gegeben oder wenn eine Wringmaschine da ist, durch diese, sonst aber mit der Hand gut gewrungen. Hierbei ist es gut, die Wäsche aus dem Einweichwasser ausziehen und erst eine Weile über einen Wäschebock abtropfen zu lassen. Durch die gute Entfernung des Schmutzwassers auf die obengenannte Weise wird Seife beim Kochen der Wäsche gespart.

Das Wasser, in dem nun die Wäsche gekocht werden soll, muß vor dem Auflösen der Seifenmittel enthärtet werden. Dies geschieht mit Soda mindestens 15 bis 30 Minuten vorher, erst dann wird das Seifenmittel aufgelöst und zugeetzt. Die vorbereitete Wäsche wird in diese Lauge hineingegeben und langsam zum Kochen gebracht. Keinesfalls darf das Wasser schon heiß sein, wenn die Wäsche hineingegeben wird, da der Schmutz sich dann festsetzt und alle Seife und alles Waschen zwecklos ist. Die Wäsche länger als 15 Minuten kochen zu lassen, ist ebenfalls unzweckmäßig und zu verwerfen, da die Wäschefaser unnötig angegriffen wird. Hat man eine Waschmaschine, wird man die Wäsche natürlich darin kochen, ist das nicht möglich, dann zum mindesten darin waschen. In der Waschmaschine

wird die Wäschefaser weitestgehend geschont, auch braucht man weniger Seifenmittel. Hat man keine Waschmaschine, ist es gut, die Wäsche im Waschkessel während des Kochens gut durchzustampfen. Nach dem Kochen wird die Wäsche gut durchgesehen und soweit nötig, noch mit der Hand durchgewaschen. Ein zweimaliges Kochen ist unnötig. Anschließend wird die Wäsche erst heiß, dann lauwarm gespült. Die Waschlauge muß voll ausgenutzt werden, indem sie, nachdem sie zum Kochen der weißen Wäsche benutzt wurde, noch zum Waschen der bunten Wäsche gebraucht wird, zum Schluß findet sie immer noch Verwendung beim Scheuern.

In manchen Landhaushalten wird Seife selbst hergestellt, dieses kann nach folgendem Rezept gemacht werden: 2 $\frac{1}{2}$ kg Fettreste (Knochen, Schwarten), 500 g Seifenstein (Ahnatron), 5 l Wasser, 125 g Srlz.

Die Fettreste werden mit dem Wasser zum Kochen gebracht und so lange gekocht, bis die Schwarten zerkoht sind. Scheint die Masse zu dick, gibt man noch etwas Wasser hinzu. Man setzt den Seifenstein langsam zu und läßt noch einige Zeit kochen und fügt das Salz hinzu, dadurch scheidet sich die Seifenmasse aus und steigt nach oben. Nun kocht man den Inhalt des Kessels noch 1 $\frac{1}{2}$ Stunden, gießt die Masse in ein Holzgefäß und läßt sie auskühlen. Am anderen Tage wird die Seife in Riegel oder Stücke geschnitten und zum Trocknen an die Luft gebracht (nicht in der Sonne trocknen). Die zurückbleibende Lauge wird zum Scheuern genommen.

Stärke stellen wir nach folgendem Rezept selbst her: 1 Eßlöffel Kartoffelmehl wird in kaltem Wasser aufgelöst und mit 1 Liter kochendem Wasser aufgefüllt.

Wie spart man Wäsche?

Die Küchentücher bleiben sauberer, wenn das Geschirr gründlich und heiß gespült wird, es kann dann an der Luft vortrocknen.

Beim Fensterputzen zum Blankreiben Zeitungspapier nehmen.

Schürzen usw. werden nach der Wäsche gestärkt, da sie dadurch länger sauber bleiben und sich leichter waschen lassen. Der Schmutz setzt sich auf Stärke ab.

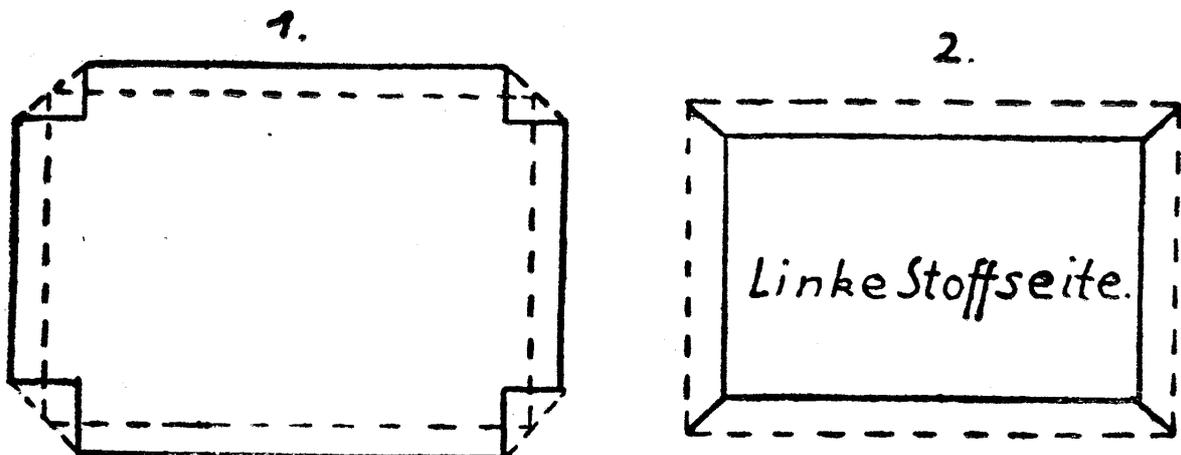
Beim Arbeiten möglichst Gummischürze umbinden.

Das Flicken

Der auf- und untergesetzte Flicker.

Der auf- oder untergesetzte Flicker wird mit der Hand oder mit der Maschine in der Hauptsache an Wäschestücken ausgeführt, die beiderseitig benutzt werden, z. B. an Hand- und Tischtüchern, Bettlaken, Küchenwäsche.

Nachdem man alle vorher beschriebenen Überlegungen und Arbeiten berücksichtigt hat, kann man an das Zuschneiden des Flickstoffes gehen. Man schneidet diesen, unter Berücksichtigung des Fadenlaufes, den Maßen der abgegrenzten Stelle entsprechend, mit $1\frac{1}{2}$ cm Nahtzugabe an jeder der 4 Seiten fadengerade zu. An allen 4 Schnittkanten schlägt man $\frac{1}{2}$ cm nach links fadengerade ein. Damit der Einschlag sich beim Aufsteppen nicht unter der Naht herauschieben kann, legt man die Ecken des Flickstoffes, bevor man den Einschlag ausfährt, zu kleinen Dreiecken um. Dann heftet man den Flickstoff dem auszubessernden Gegenstand, ohne die schadhafte Stelle vorerst auszuschneiden, fadengerade auf. Geübtere Hände können diesen einfachen Flicker ohne zu heften, gleich knappkantig aufsteppen oder mit schrägem Saumstich annähen. Das Wäschestück wird dann gewendet und die schadhafte Stelle, bis auf $1-1\frac{1}{2}$ cm (je nach der Stoffstärke) von der Nählinie entfernt, fadengerade herausgeschnitten. Die Ecken der entstehenden Schnittkanten schneidet man vorsichtig $\frac{1}{2}$ cm tief schräg ein, legt $\frac{1}{2}$ cm tiefen Einschlag

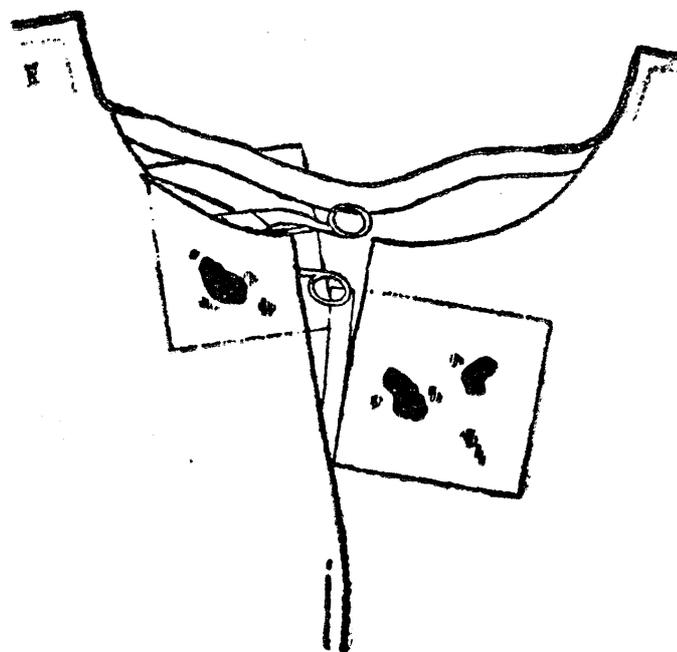
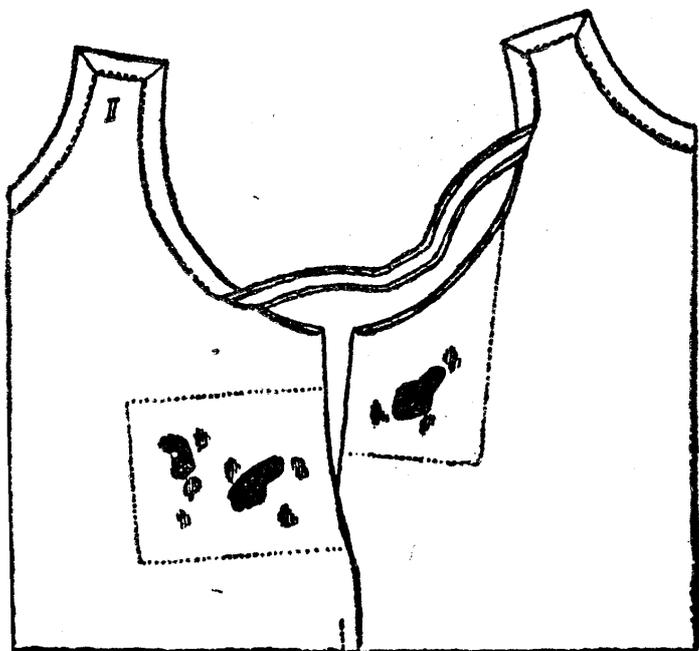
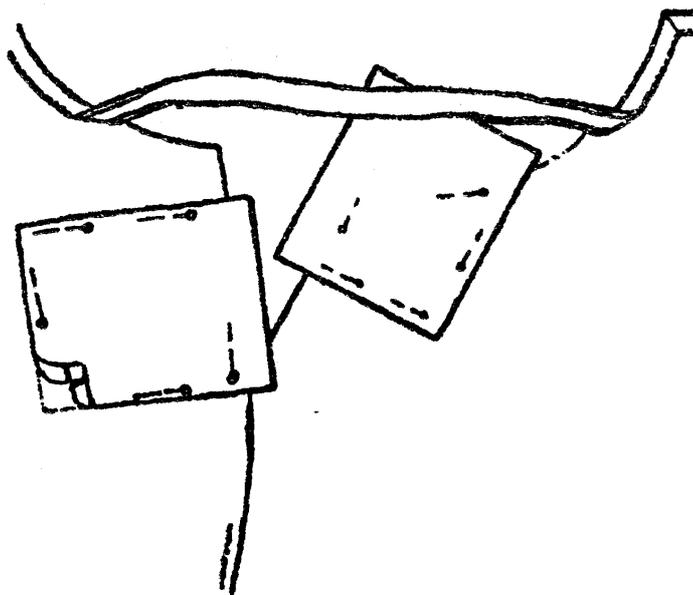
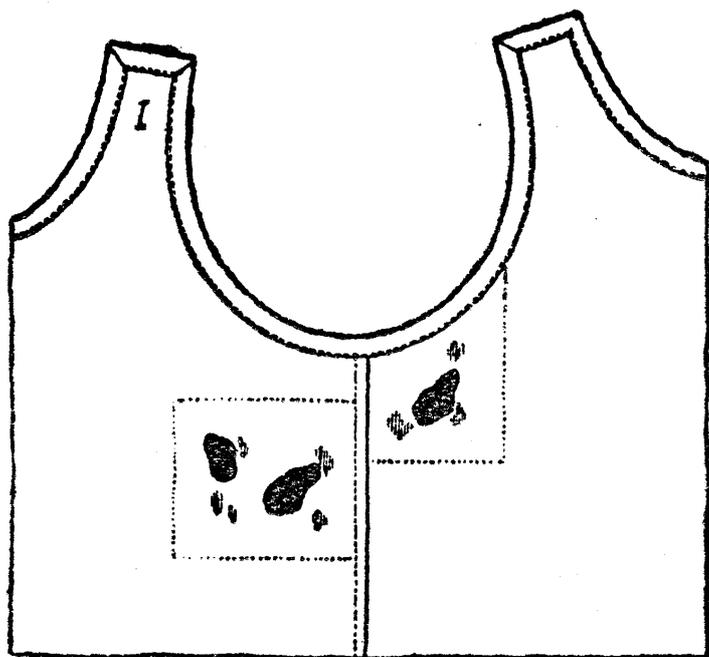


und steckt die Bruchkanten knappkantig auf, bezw. näht sie mit schrägem Saumstich fest. Bei dem schrägen Einschnitt an den Ecken

muß man vorsichtig sein, denn wenn er zu tief ausgeführt wird, so daß der Einschlag ihn nicht deckt, franst der Schnitt aus, reißt weiter und kann bald eine neue schadhafte Stelle bilden.

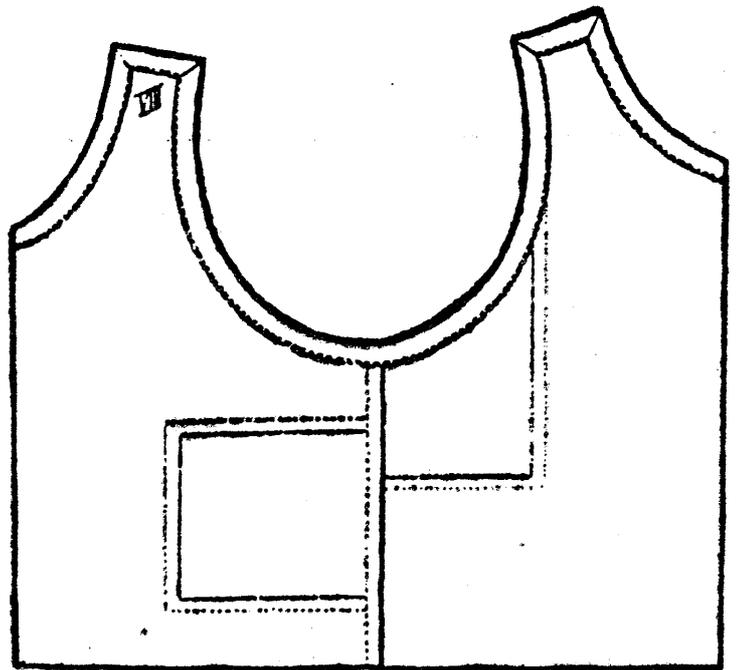
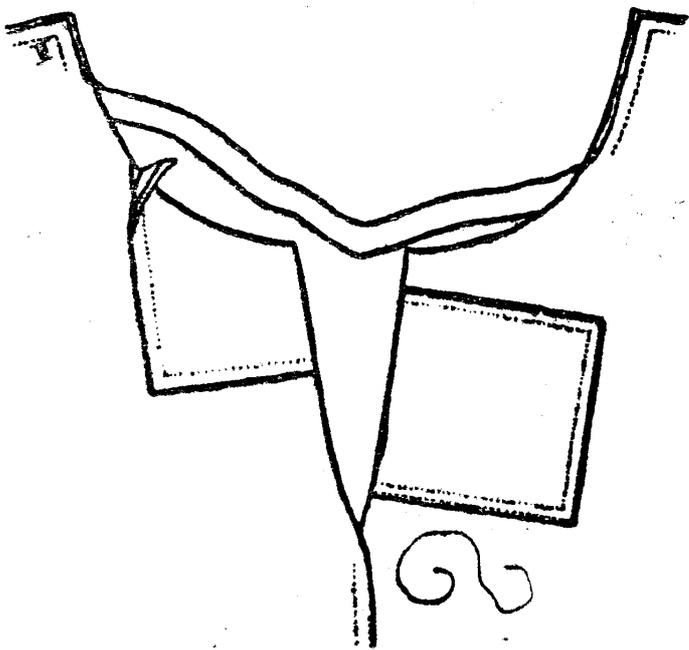
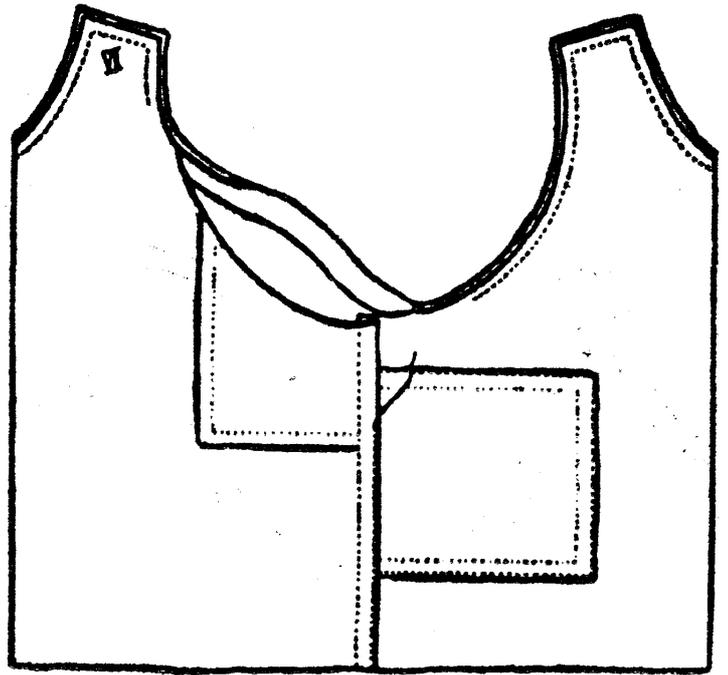
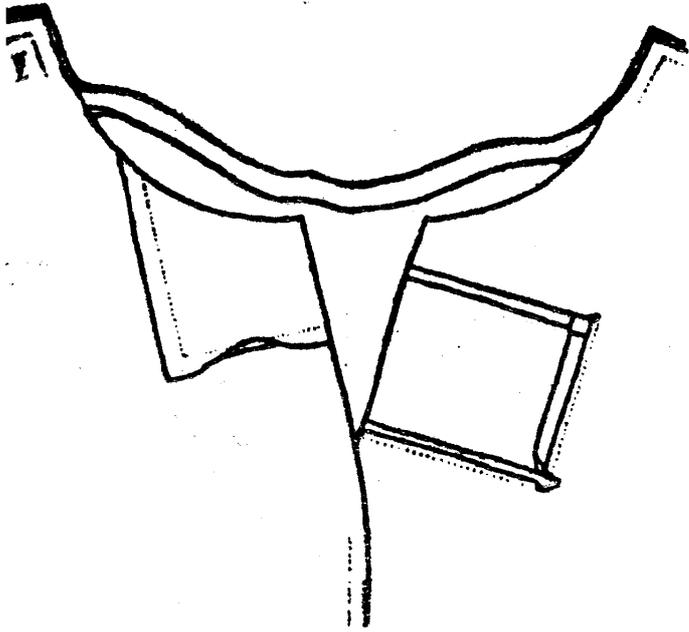
Der eingesezte Flicker

kommt in der Hauptsache für Leibwäsche in Betracht. Nach Abgrenzung der schadhafte Stelle schneidet man diese fadengerade heraus — sofern sie von Nähten begrenzt ist — trennt man diese auf. Jede entstandene Ecke wird $\frac{1}{2}$ cm tief schräg eingeschnitten und vom Ende



dieses Einschnittes bis zu dem der nächsten Ecke ein fadengerader $\frac{1}{2}$ cm tiefer Einschlag eingestrichen. Den herausgeschnittenen Stoff legt man, unter Berücksichtigung des Fadenlaufes, auf den Flickstoff auf und schneidet den Flicker mit $1\frac{1}{2}$ cm breiter Zugabe an jeder Seite zu. Wo Nähte

gewesen sind, braucht man nur $\frac{1}{2}$ cm zuzugeben. In Höhe des zugegebenen Stoffes, also $1\frac{1}{2}$ bzw. $\frac{1}{2}$ cm von der Schnittkante entfernt, streicht man sich ebenfalls einen fadengeraden Einschlag ein. Nun steckt man die linke Seite des Flickstoffes auf die rechte Seite



des vorbereiteten Gegenstandes, wendet diesen, zieht beide Einschläge (am Gegenstand $\frac{1}{2}$ cm, am Flicken $1\frac{1}{2}$ cm) nach links durch und steckt den Flicker, genau den eingestrichenen Linien folgend, dem Wäschestück ein. Ungeübte Hände heften den Flicker nun mit kleinen Vorstichen ein. Wenn diese Vorarbeiten sorgfältig ausgeführt werden, macht der eingefetzte Flicker weiter keine große Mühe mehr. Man beginnt das Einnähen dicht vor einer Ecke mit Steppstichen und an jeder Ecke einen Doppelschick, um ein Verziehen zu ver-

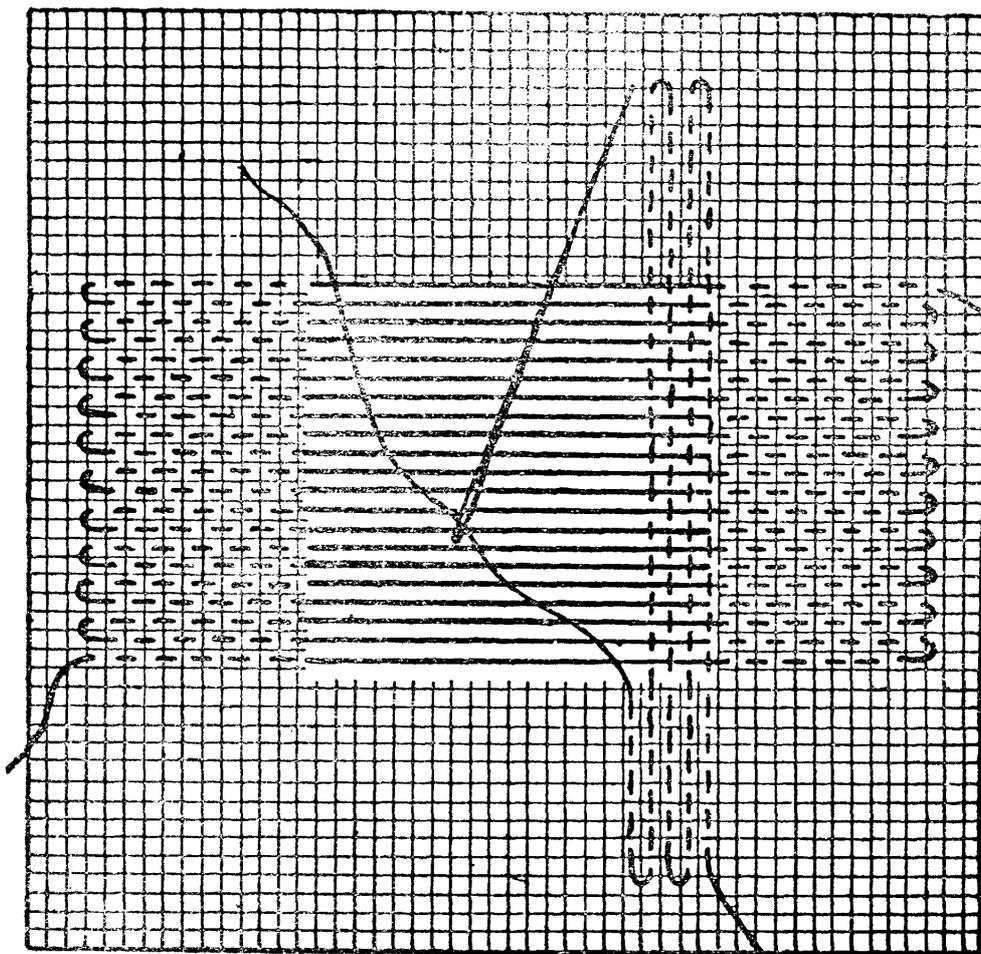
hindern. Hierauf streicht man die Nähte aus und säumt die überstehenden Schnittkanten des Flickens als Kappnaht um. Der Flicker kann selbstverständlich auch mit der Maschine ausgeführt werden. Man beginnt das Einsteppen ebenfalls dicht vor einer Ecke, an der man den Stoff sichert, indem man nur den Fuß hebt, die Nadel selber im Stoff läßt. Die zweite Naht wird ebenfalls als Kappnaht knappkantig aufgesteppt.

Bei diesem Flicker müssen die Ecken am meisten beachtet werden. Da der Stoff sich leicht verschiebt, werden die Ecken vielfach nicht richtig scharf. Man darf deshalb beim Heften den doppelten Eckstich nicht vergessen.

Der Flicker wird wesentlich leichter, wenn man ihn nicht mit 4 Ecken einzusehen braucht, sondern vielleicht 2 oder gar 3 Ecken durch Einschieben des Flickstoffes in die Nähte umgehen kann, z. B. bei Hemden oder Kleidern unter dem Arm, Hosenkreuz usw. Auf keinen Fall darf man beim Flicker eine Naht unberücksichtigt lassen, vielleicht gar versuchen, über diese hinweg einen Flicker einzusehen. Der Flickstoff darf stets nur gerade zugeschnitten und eingnäht werden, während eine Naht bei Wäschestücken eigentlich stets 2 schräge Schnittkanten zusammenfaßt. Der Flicker würde sich also beuteln und ausreißen. Es müssen in einem solchen Falle immer 2 Flicker eingesetzt werden, die dann der Form entsprechend zugeschnitten und in der Naht verbunden werden.

Das Stopfen

Zum Stopfen benötigt man eine feste Unterlage, Stopfspilz oder Wachstuch oder Lederkissen, dazu eine möglichst dünne Nadel, um den Stoff nicht zu zerreißen. Zum Stopfen selbst nehmen wir einen Gewebefaden oder Stopfswist (je nach Stärke des Stoffes 1, 2, 3 oder 4 Fäden). Als erstes werden die Längsfäden eingezogen. Es wird dort angefangen, wo der erste Faden im Gewebe fehlt und zwar $1\frac{1}{2}$ —2 cm vom Lochrand entfernt, um ein Ausreißen zu vermeiden. Man geht mit Vorstichen bis zum Lochrand und spannt den Faden darüber und an der anderen Seite ebenfalls $1\frac{1}{2}$ —2 cm in den Stoff hinein. Beim Zurückführen wechselt man die aufgenommenen Gewebefäden. Am Rand läßt man bei jedem Hin- und Zurückführen eine kleine Schlinge stehen, damit die Stopfe bei der Wäsche nicht zusammengezogen wird. In der gleichen Weise



werden die Breitenfäden eingezogen. Bei lockeren Geweben zieht man ebensoviel Fäden über das Loch, wie Fäden im Stoff fehlen. Diese Stopfe nennt man Gitterstopfe.

Einen Winklerriß stopft man ebenso, jedoch von den Endpunkten des Risses zur Ecke hingehend. Diese Stopfe wird auf der linken Seite ausgeführt.

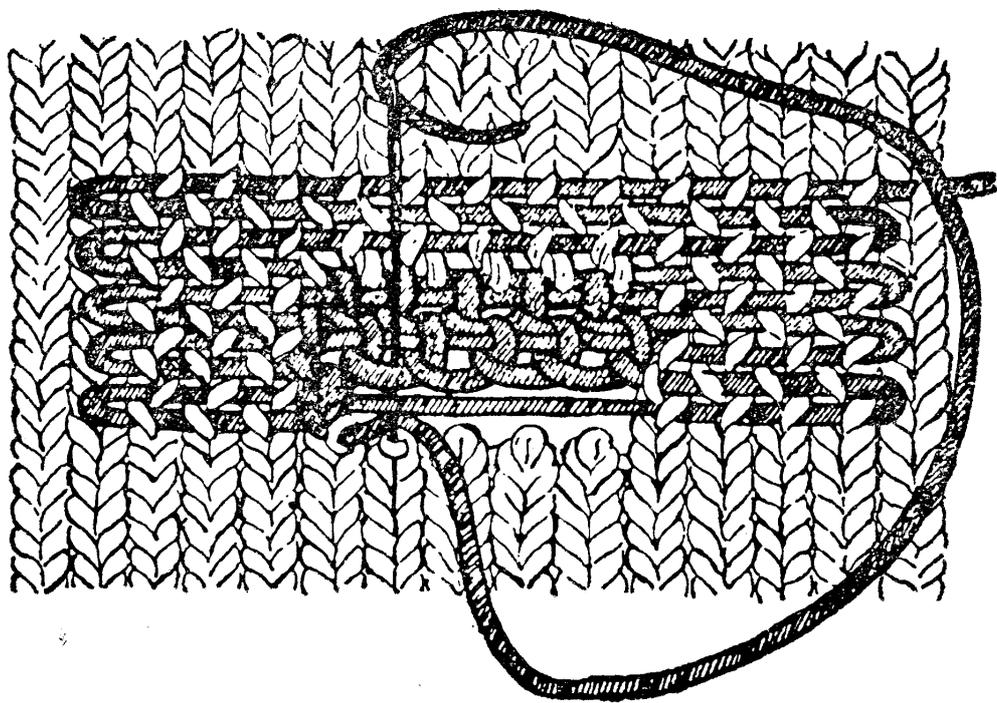
Stopfen von Strümpfen.

Kleine Ausbesserungen an gewirkten oder gestrickten Strümpfen werden im allgemeinen mit der Gitterstopfe ausgeführt. Die erste Fadenreihe läuft mit dem Maschenstreifen gleich, die zweite mit den Maschenreihen.

Die Schlingstopfe ist für Strickfäden sehr praktisch. Bei größeren Löchern wird das Beibehalten der Form erleichtert, außerdem wird sie dem Gestrickten ähnlicher als die Gitterstopfe.

Die Schlingstopfe wird auf der rechten Seite hin- und hergehend ausgeführt. Von rechts nach links wird ein Faden gespannt und von links nach rechts zugleich mit der Strumpfkante (im Verlauf der Arbeit mit der vorherigen Schlingenreihe) mit Schlingstichen umfaßt.

Bei der letzten Reihe der Schlingstiche muß man achtgeben, daß nicht eine aufliegende Kante der Schlingstopfe die Stopfe nicht unnötig auffällig macht.



Die Reinigung der Wohnung

Beim Aufräumen und Reinigen der Wohnung merken wir am besten, wie praktisch einfache und glatte Möbel sind. Gerade im Bauernhaushalt haben wir für die Sauberhaltung der Wohnung wenig Zeit zur Verfügung. Die einfachen Möbel ohne viel Staubfänger sind im Nu abgestaubt und unsere Zimmer können, auch wenn wir nur wenig Zeit zum Säubern der Wohnung haben, immer ordentlich aussehen.

Im Schmutz und Staub sind immer Krankheitskeime zu Millionen vorhanden. Durch das Auskehren werden Staub und dadurch Krankheitskeime aufgewirbelt, die Kinder aber auch Erwachsene gefährden können. Schmutz und Staub entfernen wir am besten durch feuchtes Aufwischen. Zuvor öffnen wir die Fenster; wenn geheizt wird, muß die Asche vorsichtig herausgenommen werden (feuchten Seidel über den Ascheimer legen — fängt den Aschestaub —), dann legen wir den Ofen nach und räumen, falls nötig, auf und stellen die Stühle hoch. Den Fußboden bohnen wir nach dem Ausfegen mit dem Bohnerbesen blank und wischen mit dem Tuch nach. Linoleum und gestrichene Böden, die eingewachst sind, können auch das Naßwischen vor dem Blankreiben vertragen.

Bei der täglichen Reinigung des Schlafzimmers ist es besonders wichtig, daß wir uns daran gewöhnen, nach dem Aufstehen sofort die Betten zu lüften und auf einen Stuhl zu legen und die Matratzen aufzustellen. Natürlich muß das Fenster gleich zuerst geöffnet werden.

Reinigung der Wohnräume

Tägliche Reinigung	Gründliche Reinigung
--------------------	----------------------

Wohnzimmer

- | | |
|-----------------------------------|--|
| 1. Teppiche und Decken abbürsten; | 1. Teppiche, Decken und Kissen aufnehmen und klopfen; |
| 2. Fußboden reinigen; | 2. Gardinen abstauben; |
| 3. Staubwischen. | 3. Decken und Wände von Staub und Spinnweben säubern; |
| | 4. Polstermöbel klopfen und bürsten; |
| | 5. Türen und Fensterrahmen abwaschen; |
| | 6. Fensterputzen; |
| | 7. Fußboden gründlich säubern, fegen, aufwischen, einwachsen und bohnen; |
| | 8. Möbel abreiben und nachpolieren; |
| | 9. Zimmer einräumen; |
| | 10. Staubwischen. |

Schlafzimmer

- | | |
|--------------------------|---|
| 1. Betten reinigen; | 1. Betten auslegen, wenn möglich sonnen; |
| 2. Waschtisch reinigen; | 2. Matratzen klopfen; |
| 3. Bettvorleger bürsten; | 3. Teppiche und Decken aufnehmen und klopfen; |
| 4. Betten richten; | 4. Gardinen abstauben (waschen!); |
| 5. Fußboden säubern; | 5. Türen und Fensterrahmen abwaschen; |
| 6. Staubwischen. | 6. Fenster und Spiegel putzen; |
| | 7. Fußboden gründlich säubern; |
| | 8. Möbel abreiben und nachpolieren; |
| | 9. Einräumen; |
| | 10. Staubwischen. |

Reinigungsmittel, die im Landhaushalt zur Verfügung stehen.

Bei umsichtiger Arbeit kann man viele im Bauernhaushalt zur Verfügung stehenden Reinigungsmittel zum Säubern von Gegenständen und Geräten verwenden wie z. B.

Kartoffeln:

a) Rohe Kartoffelschalen geschnitten, dienen mit Wasser zusammen zur Reinigung von Glasvasen, Kristall und dergleichen.

b) Kartoffelwasser kann zum Waschen nicht zu hellfarbiger Woll- und Seidenwäsche, Strümpfen usw. verwendet werden.

Abgekochtes Kartoffelwasser, kalt angewandt, oder Wasser, das auf rohen geschälten Kartoffeln oder auf sauberen Kartoffelschalen gestanden hat, ist geeignet.

c) Stark verschmutztes Emaillegeschirr wird durch Auskochen mit Kartoffelschalen oder Rhabarberabfällen wieder sauber.

Eseublätter:

Die erkaltete Lauge von abgekochten Eseublättern eignet sich zum Waschen von dunklen Wollsachen.

15 g Eseublätter in 4 l Wasser 5 Minuten kochen lassen.

Kaffeegrund:

Alle Geräte, denen Fischgeruch anhaftet, können mit Kaffeegrund geruchlos gemacht werden. Auch von den Händen nimmt er den Geruch.

Kastanien:

Wilde Kastanien werden roh in Stücke geschnitten, mit kochendem Wasser überbrüht und durch ein Sieb gegossen. In dem erkalteten Wasser kann man dunkle Wollsachen reinigen.

Zitronenschale:

a) Nachdem die äußere Schale dünn abgerieben oder abgeschält und der Saft ausgepreßt ist, dienen die Rückstände (Schalen und Kerne) zum Reinigen von Aluminiumgefäßen. Man kocht die Rückstände in Wasser darin aus. Dadurch erhält das Aluminium eine schöne helle Farbe.

b) Zum Reinigen der Hände nach besonders schmutziger Hausarbeit (Kartoffeln schälen, Obst und Gemüse putzen) nimmt man ausgepreßte Zitronen.

c) Fischgeruch an Bestecken wird entfernt durch Einreiben mit Zitronenschale. Anschließend muß sofort mit heißem Wasser nachgewaschen werden.

Zeitungs-papier:

a) Feucht gewordene Schuhe mit Zeitungspapier ausstopfen, damit sie während des Trocknens die Form behalten.

b) Zeitungspapier ist ein gutes und billiges Material gegen Motten. Die Wollsachen werden in möglichst frische Zeitungen eingepackt, wobei man darauf achtet, daß jede weitere Zeitung in andere Richtung gelegt wird, damit man mit der folgenden die Rippen und offenen Seiten der vorherigen zudeckt, evtl. Ränder verkleben.

c) Zerknülltes Zeitungspapier dient zum Nachpolieren und Nach-trocknen der Fensterscheiben nach dem Säubern.

d) Glas, Kristallkaraffen usw. kann man reinigen, indem man sie mit etwas Wasser und geschnitztem Zeitungspapier tüchtig schüttelt.

e) Sitzt ein Nagel in der Wand locker, so zieht man ihn heraus, knüllt etwas nasses Zeitungspapier in das Loch und schlägt den Nagel durch das noch nasse Papier.

Pökel-lake:

Unkraut zwischen dem Steinpflaster der Wege entfernt man durch Ubergießen mit Pökellake. Haustiere, insbesondere Geflügel, sind fernzuhalten. Auch darf die Pökellake nicht an Kulturpflanzen geschüttet werden.

Kieselsteine:

Schmutzige Flaschen reinigt man, nachdem man sie längere Zeit eingeweicht hat, mit warmem Wasser und Kieselsteinchen, indem man die Flaschen damit tüchtig schüttelt.

Essig:

a) Verdünntes Essigwasser zur Farbauffrischung von vorher gut ausgeklopften Teppichen und Bettvorlagen, die mit einem in das Essigwasser getauchten Tuch abgerieben werden.

b) Als Zusatz beim Waschen farbiger Kleidungsstücke aus Wolle und Seide, um das Auslaufen von Farben zu verhüten.

- c) Unverdünnt zur Entfernung von Kalkspritzen auf Fensterglas.
- d) Essig und Salz gut zum Reinigen von Flaschen und Glas.
- e) Essig und Senfmehl zum Reinigen von Weißblech und Messing — reiben.
- f) Essig und Holzasche zum Reinigen von Glas und Messing — reiben.

Asche:

Asche und Sand — mit Wasser angefeuchtet — sind gute Reinigungsmittel für rohes Holz, Zinkeimer, Herdplatten und sonstige nicht empfindliche Gegenstände.

Sand:

Zum Scheuern von rohem Holz, Zinkeimern, Herdplatten, Schwarzblech.

Molke:

Molke reinigt:

- a) Messing und Kupfer — abreiben.
- b) Glas und Kristall — darin waschen.
- c) Wolle und Seidenwäsche — darin waschen.

**Keinesfalls sind Nahrungsmittel
zu Reinigungszwecken zu verwenden!**

Die Pflege der hauswirtschaftlichen Arbeitsgeräte.

Der Reinigung dieser Gegenstände, wie insbesondere aller Maschinen, hat unsere besondere Aufmerksamkeit zu dienen. Lange Lebensdauer dieser Geräte danken es uns.

Blechdosen und Deckel:

Neue Dosen und Deckel in trockenem Raum aufbewahren. Dosen mit der Öffnung nach unten lagenweise übereinander auf zwischengelegte Wellpappe oder starkes Papier stellen. Vor Staub schützen.

Geöffnete Dosen nie mit Inhalt stehen lassen, um Rostgefahr zu verringern. Dosen sofort in heißem Imi-Wasser sehr sorgfältig auswaschen und spülen und in der Herdröhre oder in der Sonne vollständig nachtrocknen lassen. Durch Trocknen auf der heißen Herdplatte schmilzt der Zinnüberzug und damit die Schutzschicht. Mehrmals benutzte Dosen, deren Überzug dünn und schadhaft geworden ist, mit gutem wasserfreiem Speiseöl dünn einreiben. (Kleiner Wattebausch, mit einigen Tropfen Öl getränkt, reicht für viele Dosen.) Aufbewahrung wie oben.

Einkochringe:

In heißem Wasser, dem man etwas Imi zusehen kann, gründlich reinigen, nachspülen. Einkochringe trocken auf passendes rundes Holzgestell streifen, nicht über einen Haken oder Nagel hängen oder an einem durchgezogenen Bindfaden aufhängen.

Leere Flaschen:

Evtl. steckengebliebene Korken entfernen. Flaschen nach der Leerung sofort mit Wasser füllen, in heißem Imi-Wasser mit Flaschenbürste gründlich reinigen, spülen und umgekehrt aufbewahren.

Holzgerät:

Alles Holzgerät wird in Imiwasser geschauert, wenn es nottut mit Scheuersand, mit klarem Wasser nachgespült und an der Luft getrocknet, nie am Ofen. Durch Sodawasser wird Holz grau.

Besen und Bürsten:

Besen und Bürsten reinigt man gründlich in einer Imi- oder Seifenlauge, spült nach und läßt an der Luft trocknen (Besen immer hängend aufbewahren).

Gartengeräte:

Alle Gartengeräte sofort nach der Benutzung vom Schmutz befreien, übersichtlich an bestimmter Stelle auf Wandhaken hängen. Vor Witterungseinflüssen schützen. Lose gewordene Stiele befestigen, abgebrochene Stiele, beschädigte Geräte sofort ausbessern. Stumpf gewordene Geräte schärfen.

Der häusliche Vorrats- und Pflanzenschutz

Es ist ein besonderes Gebot der Zeit, daß sich unsere Landjugend heute mehr denn je in dieses Arbeitsgebiet einschaltet. Sie muß sich einige Kenntnisse aneignen über allgemeine planmäßige Vorbeugungs- und Bekämpfungsmaßnahmen über Vorrats-, Wohnungs- und Kleidungsschädlinge, ferner gegen Schädlinge auf dem Hof und in den Ställen und schließlich in der Schädlingsbekämpfung im Gemüse- und Obstgarten.

Schädlingsbekämpfung hilft die Nahrungsgüter in der Vorratshaltung vor Verlusten sichern, und im Garten ist es ein wichtiger Beitrag zur Erzeugungsschlacht. Das Millionenheer schädlicher Insekten überall richtet im deutschen Reich allein einen Verderb von über 2 $\frac{1}{2}$ Milliarden RM. in Geldwert umgerechnet an. Deshalb heißt es, mit wachsamen Augen in der Wirtschaft arbeiten, nicht nur in dem eigenen, sondern gerade auch im fremden Betrieb.

Im Landhaushalt heißt es besonders die Fleisch- und Fettvorräte des Selbstversorgers sichern vor Speckkäfer-, Fliegen- und Fleischmadenbefall, vor Frost im Winter und Hitze im Sommer.

Die Mehlvorräte und übrigen Getreideerzeugnisse sind sauber und luftig unterzubringen, am besten in der bewährten guten Vorrats- bzw. Mehlkiste und freizuhalten gegen Mehlmilben, Motten, Brotkäfer, Mehlkäfer, Kornkäfer usw. Das hilft auch Hermann Göring im Vierjahresplan mit den Getreidevorräten auszukommen und viel anderes mehr . . .

Sehr viel Geld und Devisen wurden von jeher verausgabt für Holzeinfuhr aus dem Ausland. Das gibt uns zu denken und veranlaßt, alle Holzschutzmittel in verstärktem Maße einzusetzen zur Erhaltung von verarbeitetem Nutzholz Holzschädlinge wie Holzwurm, Hausbockkäfer, Holzameise usw. werden dadurch bekämpft.

Die Ratten-, Mäuse- und Ungezieferplage auf dem Hof und in den Ställen ist nicht nur eklig und unhygienisch, sondern trägt auch erheblich zur Krankheits- und Viehseuchenübertragung bei. Fallen und Giftmittel, Insektenspulver, Spritzmittel und Parerapparat muß die Jugend kennen lernen, um sich in die Bekämpfung einzuschalten.

Im Garten heißt es nicht nur die Pflanzen heranziehen und ernten, sondern sie gesund halten und zum besten Ertrag steigern durch alle Kulturmaßnahmen, zusätzliche Schädlingsbekämpfung und Schutz der Nützlinge.

Vorbeugungsmaßnahmen wie Bodenentfeuchung und Samenbeizung, Fruchtfolgeplan, das Setzen von Köderpflanzen und Obstbaumspritzung, Obstbaumstammpflege, Beerensträucherauslichten, Vogelschutz im Garten, Pflege von Hecken und Ziersträuchern usw. müssen unseren zukünftigen Landfrauen Selbstverständlichkeit sein, denn Vorbeugen ist besser als Heilen. Die große Menge der Gartenschädlinge hier aufzuführen, würde viel zu weit führen. Jedes Mädel, das Gelegenheit hat, einen Kurzlehrgang im häuslichen Vorrats- und Pflanzenschutz mitzumachen, muß es wahrnehmen im eigenen und im volkswirtschaftlichen Interesse. Zuständig für alle Fragen sind für Mecklenburg das Pflanzenschutzamt der Landw. Versuchsanstalt Rostock bzw. die Abt. II 5 der Landesbauernschaft in Güstrow.

Bücher und Schriften

- „Das Tagewerk der Landfrau“
von Hildegard Caesar-Weigel. — Reichsnährstandsverlag
- „Wohl schmeckende Abendbrotgerichte“
- „Zeitgemäße Milch- und Quargspeisen“
beide von Dorothea Gaebler. — Reichsnährstandsverlag.

Schriftenreihe für die praktische Hausfrau vom Reichsausschuß für
Volkswirtschaftliche Aufklärung.

Folgende Hefte liegen vor:

- „Gut kochen! Gut wirtschaften!“
- „Gut backen im eigenen Ofen“
- „Gut nähen für den Hausgebrauch“
- „Gut flicken und stopfen“
- „Guter Rat für Haus und Küche“
- „Was essen wir heute zum Abendbrot?“
- „Einmachen von Obst und Gemüse“
- „Frühstück und Zwischenmahlzeiten“
- „Frischkost an jedem Tag“
- „Fische nahrhaft und gesund“

Rezeptdienst

vom Reichsausschuß für Volkswirtschaftliche Aufklärung
Rezepte im Wochenblatt der Landesbauernschaft

Luisenhofer Backen und Schlachten

von Charlotte Dumrath. — Bakesche Verlagsbuchhandlung,
Pyritz in Pommern

Die Fiebeln

- „Die 4 W's“ (Wege, Wäsche, Wärme, Wasser),
eine lustige Haushaltsfiebel
- „Die Landarbeitsfiebel“
- „Die lustige Hühnerfiebel“
- „Die lustige Milchfiebel“

zu erhalten von der Deutschen Landerverbung Berlin SW 11,
Hafenplatz 3
bzw. Landesbauernschaft Mecklenburg, Güstrow, Am Wall 3

Inhaltsübersicht

	Seite
Vorwort	1
8 Jahre bauen wir am Großdeutschen Reich	3
Der Erbhof	6
Die Zukunft des Bauerntums liegt in der selbsterkannten Kraft unserer Landjugend	9
Die Erziehung zur Jungbäuerin	12
Die bäuerliche Tracht	14
Ernährungslehre	16
Rezepte	26
Tischdecken und Tischschmuck	44 und 45
Der Garten	48
Das Geflügel	52
Die Hauswäsche	54
Das Flicken	56
Das Stopfen	60
Die Reinigung der Wohnung	62
Reinigungsmittel, die im Landhaushalt zur Verfügung stehen . .	64
Die Pflege der hauswirtschaftlichen Arbeitsgeräte	68
Der häusliche Vorrats- und Pflanzenschutz	69
Hinweise auf Bücher und Schriften	71