



gürlicher Form gebildet wird: Morgens und etwa noch nachmittags eine Tasse, aber unter Rücksicht auf die nach Geschmack mit oder ohne Zucker. Der Kaffee unmittelbar nach der Mahlzeit genommen, vertreibt zwar die Müdigkeit, verzögert aber die Verdauung, wie jeder, der auf sich zu achten gewohnt ist, befähigen muß. Am Abend genossen, veranlaßt er den Schlaf und die Nachtruhe sind die Bedingungen habituellem Schlaflosigkeit. Um übrigens aber gehen die Ansichten auch der Hochgelehrten über die physiologische Bedeutung des Kaffees noch weit auseinander; unternimmt hier die Tallyrand nur zum Teil recht haben und die Behauptung, daß „der Kaffee heiß wie die Hölle, schwarz wie der Teufel, rein wie ein Engel und süß wie die Liebe sein muß.“

Analog dem Kaffee verhält sich der Thee. Der wirksame Bestandteil ist in beiden derselbe und die Wahl zwischen beiden ist daher reine Geschmackssache. Cacao und Chocolate verbinden mit der erregenden Wirkung noch einen hohen Nährwert, jedoch ist vorzügliche Nahrungsmittel darstellend. Von einem ganz anderen Standpunkt wird die alt o. holländ. Getränke anzusehen. Nicht liegt es in dessen in meiner Absicht, dieses Gebiet als „soziale Frage“ abzuhandeln. Vielmehr seien hier nur die Punkte hervorgehoben, die für das alltägliche Leben von Bedeutung sind. Im allgemeinen ist der mäßige Genuß von Alkohol ein nothwendiges Erregungsmittel der Verdauung des Herzens und des Nervensystems, auch als Triebfeder der Willigkeit nicht zu unterschätzen. Die verschiedensten praktischen Anwendungsformen dieses Grundstoffes zeigen in dessen in ihrer Wirkung auf den Menschen kein gleiches Verhalten. Das Bier, das sich allmählig zum allgemeinen Volksgetränk aufgeschwungen hat, enthält noch am meisten wirksame Nährstoffe, und ist die gute Beschaffenheit vorausgesetzt und in mäßigen Mengen genossen, für Gesundheit, wie für Schwächliche ein gutes Nähr- und Stärkungsmittel. Der hitzige Massentonikum aber kann nur schädlich wirken, hauptsächlich

dadurch, daß das Nahrungsbedürfnis herabgesetzt wird und damit dann die Ernährungsstörungen des Körpers beinträchtigt werden. Der Alkohol kommt in diesen im Bier, weil in zu geringen Mengen vorhanden (bis 4 Proz.), nur wenig in Betracht.

Noch weniger im Wein, dessen „herzerfreuende“ Wirkung den süßlichen Bestandteilen (Genussmitteln) zugeschrieben werden muß. Da dieselben in den besseren Weinorten wirklich oder der Natur sind, so erklärt dies hinreichend die Tatsache, daß im allgemeinen der Wein, auch in größeren Mengen genossen, weniger lästige Neben- und Nachwirkungen zeigt, als die anderen Alkohole. Nichtsdestoweniger kann hier ein Uebermaß ebenfalls schlimme Folgen haben, und auch vom ethischen Standpunkt aus behält Wirza-Schaffs recht, wenn er sagt: „Der ist nicht werth des Weines, der ihn wie Wasser trinkt.“

Das größte Unheil stiftet natürlich der Branntwein, dessen hoher Alkoholgehalt (bis 85 Proz.) voll und ganz zur Geltung kommt. Und nicht allein triff's den Schnapsbruder vom Saeh, dessen bekannstes Schicksal ja augenfällig ist. Auch der vornehme Schnapsstricker, der regelmäßig zum Frühstüd, „Schnapsweineger“ u. seine ein bis zwei Vorkühen „gemüthig“, er verfallt nicht minder sicher, wenn auch langsamer den zerstörenden Einflüssen des Alkohols, die vorzugsweise als Magen- und Hirnleiden gutate treten. Daß auch hier widerstandsfähige Ausnahmen vorkommen, ist selbstverständlich, wie den Getränken gegenüber überhaupt die Naturen sich äußerst verschieden verhalten, so daß allgemein gültige Regeln hier sich noch weniger aufstellen lassen, als in der Nahrungsmittelfrage. Bekantere und Unbekanntere sind daher hier ebensoviele am Platze, wie auf anderen Gebieten menschlicher Irrungen, und ob Wasser- oder Weiskranke, ob Verehrer des Gersten- oder Rebenjaßes — jeder mag nach seiner Façon selig werden.

**Das Buhntier des armen Mannes.**

Unter dieser Ueberschrift bringt die Zeitschrift „Blätter für Familienwohl“ einen Artikel, der der Beachtung werth ist. Die Sache selbst ist nicht neu, aber um ihrer Wichtigkeit willen kann sie nicht oft genug in Erinnerung gebracht werden; wir geben den kleinen Auszug hier wörtlich wieder.

Es ist schon so viel von der „Pfeife“ des armen Mannes und daß für diesen so „nothwendigen“ Schnapschen in Rechnungen und Parlamenten die Rede gewesen, daß ich mich oft gewundert habe, von wo den Herren „an grünen Tisch“ diese Weisheit gekommen. Und vielfach sind das auch „blinde“ Worte gewesen, die ganz anderes besagen sollten, als dem armen Manne zu helfen, denn in Wahrheit hand hier wohl ohne Pfeife und Schnaps leben, aber nicht ohne die tägliche Nahrung. Die gelehrten Herren hätten für diese eher, als für Tabak und Trunk eine Kanje brechen sollen; aber das, was das Hausthier des armen Mannes diesem leisten soll und ihm sein muß, ist noch von keiner Seite betont. Die Ziege und das Schwein sind die Nahrungstiere des Mannes mit wenig oder keinem Ader schon seit langen Jahren in Deutschland gewesen, denn sie vereinigen in sich alle Eigenschaften, die ein solches Nahrungstier haben muß, dasselbe darf nicht groß sein, um mit kleinem Stall vorlieb zu nehmen, nicht zu teuer im Ankauf, geschmack im Futter und muß in kurzer Zeit Ertrag geben. Diese Eigenschaften finden sich aber noch bei einem anderen Thiere, das in Frankreich und England schon seit langen Jahren als Hausthier vom armen Mann gehalten wird. Es ist dies das Kaninchen. Wunderbar, daß dieses Thier, das wie kein anderes dazu geschaffen ist, dem Haushalt des armen Mannes Fleisch zu liefern, sich noch nicht in Deutschland das Bürgerrecht erworben hat. In Frankreich und England werden jährlich viele Millionen Kaninchen verzehrt, in Stadt und Land wird die Zucht ausgeübt und dort so nöthig wie

**Landwirthschaft. Garten.**

Ueber Erbsen als Grünfutter läßt Herr Professor Kühn-Salle in seiner preisgekrönten Schrift über die zweedmäßigste Ernährung des Hindviehs, welche jetzt in 10. Auflage erschienen ist, einen erfahrenen Landwirth sich äußern wie folgt: „Die alljährlich gemachte Wahrnehmung, daß beim Einsetzen von ungeschlittenem grünen Kle, Luzerne, Espargelien

großer Theil dieser Futtermittel von dem Vieh, besonders in der Zeit, wo letzteres von Ätzen gar genudt wurde, unter die Füße getreten und somit der Dünghäufte ungenüßig übergeben wird, hat mich schon seit langer Zeit veranlaßt, häusliches Grünfutter dem Vieh kurz geschnitten vorzulegen. Die fernere Bemerkung, daß sich dieses bei einer Zugabe von Strohhäcksel

im Verhältnis von 1 : 3 oder 4 aufstauend ruher und wohlbeleibter hielt und bei fernerer Zugabe von 0,5 bis 1 kg Getreidekörner oder auch im Mischtrakt den nur mit reinem Klee gefütterten Milchvieh vollständig gleichkam, ist womöglich noch überflüssig, liegt mich die Ueberzeugung gemahnt, daß reine Grünfütterung trotz des günstigen Nährstoffverhältnisses viel weniger rationell, vielleicht gar eine Verschwendung der zeitweilen in großer Maße zur Verfügung liegenden stickstoffreichen Nährstoffe sei, und sich deshalb eine Zugabe von Strohhäcksel und Getreidekörnern (somit vom praktischen Standpunkte aus schwerlich zu rechtfertigen lasse. Uebereinstimmend davon, daß sich bei großen Hindviehbeständen die Grünfütterung in futtermann Jahren auf diese Weise leichter und gleichmäßiger durchzuführen läßt, findet auch eine gleichmäßiger Verteilung des proteinreichen Futters auf das ganze Jahr statt, weil dasjenige, was von letzterem im Sommer erpart wird, der oft proteinarmen Nahrung des Winters zugute kommt. — Mögen die Landwirthe dies in ihrem eigenen Interesse alle aufzuführen.“

**Die Bekämpfung mooriger Stellen mit Weiden.** Eine Zeitlang machte die Forst- und Landwirthschaft viel von sich reden, augenblicklich ist aber das Interesse für dieselbe etwas erkalte, und zwar ohne Grund, denn der Preis der Weiden ist nie schlechter zu nennen. Namentlich auf Land, welches sonst nicht nutzbar gemacht werden kann, sollte man im Herbst Weiden anpflanzen. Hierzu gehören aber besonders moorige Stellen in den Wäldern, sofern die Ackerarbeiten hier durch die Weiden nicht zu sehr gehindert werden. Wenngleich die Weide übergroße Fläche auch nicht liebt, so kommt sie doch noch am ehesten hier fort, zumal wenn man die Weefkultur anwendet. Zu diesem Zwecke werden je nach der Wäse im Boden die Beete hergerichtet und gilt als Hauptregel, je näher der Boden, desto breiter mühen die Gräben angelegt werden, damit sich die Beete bis mindestens 30 cm über das Grundwasser erheben; je höher dieselben zu liegen kommen, desto besser werden die Pflanzungen gedeihen. Gewöhnlich werden die Beete 3-5 m und die Gräben 1/2-1 m breit hergestellt. Ist Sand im Untergrunde und kann derselbe an die Oberfläche gebracht werden, so ist dies Verfahren sehr vorthellhaft, da der Sand die Anlagen rein von Unkraut erhält. Zu beiden Seiten der Beete läßt man etwas breitere und tiefere Gräben hinzulegen, in welche die Luergräben einmünden. Dadurch wird selbst der nässliche, kalte Boden gelüftet und fruchtbar gemacht, der zur Anlage von Weidenkulturen allen Anforderungen entspricht.

**Haushirtschaft. Gesundheitspflege.**

**Schazinthen-Kultur auf Gläsern.** Die Kultur der Spazinthen auf Gläsern ist eine äußerst angenehme, wenig Platz erfordern, hat aber bei dem gewöhnlichen Verfabren den Nachtheil, daß die Zwiebeln meistens nicht wieder, oder wenigstens zum großen Theil nicht wieder, gebraucht werden können. Man umgeht diesen Nachtheil, wenn man, statt die Gläser nur mit Wasser zu füllen, Torf- oder Sumpfmoss (Sphagnum) und Säugden von Holzstöße in dieselben thut. Diese Füllung hält sich stets feucht und kann von den Wurzeln der Spazinthen leicht durchdrungen werden. Die Holzstöße sind durch einen Draht zu trennen. Nach dem Ablösen werden die Pflanzen nicht gleich aus den Gläsern genommen, sondern so lange in denselben stehen gelassen, bis die Wurzeln völlig abgestorben sind. Die Zwiebeln können dann im nächsten Jahre im freien Lande, aber auch in Töpfen wieder zur Blüthe gelangen. Die zur Kultur auf Gläsern praktischen Glasformen sind die mit einer trichterförmigen, nicht durchlöcherigen Erweiterung am oberen Theil. Bei der schalenförmigen Erweiterung muß man stets genau in die Schalenform passende Zwiebeln haben, wenn die späteren Blütenstrahlen sich ohne Stöße halten sollen, während in der trichterförmigen jede Größe der Zwiebeln festhält. Die Zwiebeln, sofern die selben nicht undurchsichtig sind, ist am besten blau, da das durch die hindurch tretende Licht am wenigsten auf die Wurzeln einwirkt. Am ungewöhnlichsten sind die farblosen Gläser, da das durch diese hindurch tretende Tageslicht die Wurzeln leicht färbt und unansehnlich macht.

**Vortheil beim Einsetzen von Früchten.** Verschiedene chemische Untersuchungen haben als Resultat ergeben, daß der gewöhnliche Moth- und Nibensuder, wenn man ihn den sauren Früchten schon beim Einsetzen derselben, wie es wohl meistens geschieht, zusetzt, durch die Fruchtäure in Traubenzucker umgewandelt wird, der den Früchten kaum halb so viel Süße giebt, als gewöhnlicher weißer Zucker. Aus diesem Grunde Säfte der Früchte zu erhalten, wenn man diese zuerst fertig locht und dann den Zucker gut einmengt.

**Küubis wie Gurken eingemacht.** Zu 10 Pfd. Küubis 130 g

**Schnitt der Himbeeren.** Der Himbeerrank treibt im ersten Jahre Triebe, die im nächsten zur Fruchtbildung dienen, im dritten Jahre aber abgestorben werden müssen und zwar schon im Spätherbst. Sehr verbreitet ist die Meinung, man müsse auch die Spitzen der zur Fruchtbildung gelangenden zweijährigen Triebe im Frühjahr fügen, ein Verfahren, welches aus Frankreich und Holland zu uns herübergekommen ist. Es ist dieses jedoch verfehlt, aber nur unter bestimmten Verhältnissen anwendbar. Gerade die Spitzen sind es, welche die meisten Früchte ansetzen. Durch das Abschneiden wird zwar die Größe der Früchte vergrößert, die Zunahme steht aber in keinem Verhältnisse zu der bedeutend geringeren Zahl. Garteninspektor Maurer in Jena, der zu den bedeutendsten Himbeerkultivatoren Deutschlands gehörte, wollte auch von dem Stutzen der Spitzen nichts wissen. Ursprünglich wandte er auch diese Methode an, wurde aber in einem Frühling, in dem er das Stutzen seiner umfangreichen Plantagen nicht bewältigen konnte, eines besseren belehrt, da die nicht gestutzten Sträucher einen unverhältnißmäßig größeren Ertrag lieferten.

**Unkraut aus dem Gartenrauten zu entfernen.** Starke wachsendes Unkraut, wie Wegerich, Ampfer, Aisteln, Löwenzahn, das den feinen Gartenrauten verunreinigt, wird in folgender Weise leicht ausgerottet: Man giebt Nitratlösung in ein kleines Gefäß mit weicher Deckung, um dessen Rand man einen mit Zunderungen versehenen Draht legt. Sodann nimmt man ein Stübchen, dessen untere Ende in einer Länge von 3-6 cm eingekerbt ist, taucht es in die Flüssigkeit und drückt es in das Herz der Unkrautpflanze, welche davon unsehrbar zugrunde geht.

**Vertilgung der Läuse auf Garten- und Zimmerblumen.** Der Hohenstauffer Th. Kleebe s hat vorzügliche Resultate bei der Vertilgung des Langgestirns auf seinen Blumen mit folgendem Mittel erzielt: 125 Gramm Lauslösbäume werden in 4-5 Liter weidem Wasser 10 Minuten gelocht, die Flüssigkeit durchgeseiht und 125 Gramm reine Seife darin aufgelöst. Nach dem Erkalten wird die Flüssigkeit gut umgerührt und die Rosen damit tüchtig bespritzt; noch besser ist es, die jungen Triebe und Knospen mit der Flüssigkeit sauber abzuwaschen. Der Erfolg macht sich bald bemerkbar und nach 15-20 Minuten müssen die todtten und sterbenden Insekten durch reich starkes Bespritzen mit reinem Wasser von der Pflanze abgewaschen werden.

**Sauerkäse aus geronnener Milch.** Die einfachste Art, Sauerkäse zu bereiten, ist die, daß man die sauregewordene Milch entweder bis zu vollständiger Gerinnung stehen läßt, oder diese beschleunigt durch Stellen der Milch auf den Herd oder etwas anderes entsprechend warmen Ort. Die hart geronnene Milch, „Quark“ genannt, wird dann in eine hölzerne oder blecherne durchlöcherige Form gefüllt und diese zum Abtropfen aufgestellt. Von Zeit zu Zeit wird die käsigte Masse gewendet, um so das Abtropfen zu beschleunigen. Nach 24 Stunden bringt man den Käse in den Keller und läßt ihn auf der unteren und oberen Seite. Am folgenden Tage wird er gewendet und wieder gelassen. Diese Behandlung muß je nach der Größe der Käse 4, 6 bis 8 Tage lang stattfinden, während welcher Zeit der Käse in der Form gelassen wird. Sonst am wird der Käse nur mehr alle Wochen zweimal abgewaschen, wenn die Reifeperiode bald erreicht, zweckmäßig mit Most oder Wein, sonst nur mit Wasser. Mit 3-4 Monaten kann der Käse genossen werden.

**Trocken erwordenes Brot und hart gewordene Semmeln** verpantelt man wieder in frisches Gebäck, indem man sie etwa zwei Stunden lang in ein vollländiges reines, feuchtes leinernes Tuch einschlägt und darauf im Ofen aufbackt.