

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Grundzüge der Haushaltslehre**

**Kühn, Elise**

**Leipzig, 1912**

Inhaltsverzeichnis

**urn:nbn:de:bsz:31-58632**

## Inhaltsverzeichnis.

	Seite
<b>Ausbildung des Mädchens für seinen Beruf als Hausfrau</b>	1
<b>Eigenschaften der Hausfrau</b>	2
Fleiß	3
Reinlichkeit	3
Ordnung	5
Sparsamkeit	6
Muster eines von der Frau geführten Haushaltungsbuches	12
<b>Die Wohnung</b>	13
Ausstattung	15
Einteilung	18
Reinigung und Instandhaltung	19
Wochenputz	21
<b>Die Küche und deren Behandlung</b>	23
Die Kochfiste	26
Die Küchengefährre	29
Das Spülen der Gefährre	31
<b>Große Hausreinigung</b>	33
Behandlung der Möbel, Teppiche etc.	35
<b>Die Heizung</b>	36
<b>Die Beleuchtung</b>	37
<b>Die Ernährung</b>	40
Die Ernährung in Berücksichtigung des Einkommens	43
Küchenzettel	46
<b>Der Einkauf der Nahrungsmittel</b>	49
<b>Die Nahrungsmittel</b>	50
Das Wasser	50
Die Milch in ihren Bestandteilen und Erzeugnissen	53
Einkauf, Behandlung und Aufbewahrung der Milch	54
Das Fleisch.	
a) Bestandteile, Qualität und Einkauf	56
b) Die einzelnen Fleischsorten mit ihren Kennzeichen und deren vorteilhafteste Gebrauchsstücke	57
c) Die Fische	60
d) Behandlung und Zubereitung des Fleisches der Schlachtthiere, des Geflügels und der Fische	62
Das Kochen	63
Das Braten	64
Das Dämpfen oder Dünsten	65
Behandlung der Fische in der Küche	65
Die Aufbewahrung der verschiedenen Fleischarten	67
Die Eier und ihre Verwendung in der Küche	68
Die Fette	71

	Seite
<b>Die pflanzlichen Nahrungsmittel</b>	76
Die Getreidekörner und deren Mahlerzeugnisse	76
a) Das Mehl	76
b) Die gröberen Mahlerzeugnisse nebst Mehl- und Stärkemehlfabrikaten	79
Die Lockermittel bei der Bereitung von Brot und Nohl Speisen	82
Regeln für die Bereitung des Hefeteigs	83
Die Kartoffeln	84
Die Gemüse	87
Die Hülsenfrüchte	89
Das Obst	91
<b>Die Genußmittel</b>	94
1. Gewürze und Speisenzusätze	94
a) Ausländische Gewürze	95
b) Einheimische Gewürze	96
2. Die Getränke	97
a) Warme Getränke: Fleischbrühe, Kaffee, Tee und Kakao	97
b) Die geistigen Getränke: Bier, Wein und Branntwein	100
<b>Die Mahlzeiten der Familie</b>	100
Tischgebet	103
<b>Die Kleidung</b>	103
Instandhaltung, Reinigung und Aufbewahrung der Kleidung	106
<b>Die Wäsche</b>	108
Behandlung derselben	109
Das Bleichen	111
Das Aufhängen und Trocknen	112
Das Legen und Bügeln	114
Entfernung von Flecken aus Kleidung und Wäsche	116
Das Ausbessern der Kleidung und Wäsche	118
<b>Die Gesundheitspflege</b>	120
<b>Die Krankenpflege</b>	124
Das Krankenzimmer	125
Das Krankenbett	126
Die Krankentrost	127
Die Ernährung in den verschiedenen Krankheitszuständen	129
Ausführung der ärztlichen Anordnungen	130
Verhalten bei ansteckenden Krankheiten	132
<b>Anleitung zur ersten Hilfe bei Unfällen</b>	133
<b>Hausmittel</b>	135
<b>Die Kinderpflege</b>	136
<b>Der Hausgarten</b>	143
Zwischenbau oder gemischter Anbau	149
Anbau einiger Gemüsearten nach der Pflanzzeit geordnet	150
Die Überwinterung der Gemüse	154
Das Instandsetzen des Gartens nach der Ernte	154
Die Biede des Hausgartens	155
Monatsplan für die Gartengeschäfte	156
<b>Die Pflege der Zimmerpflanzen</b>	156
Vermehrung der Pflanzen durch Ableger und Stecklinge	158
<b>Die Hühnerhaltung</b>	159
<b>Zwölf Haushaltungslehren</b>	161

	Seite
Rezepte für die einfache Küche . . . . .	162
I. Suppen . . . . .	162
II. Fleischspeisen und Fische . . . . .	165
III. Saucen (Beigüsse) . . . . .	168
IV. Gemüse und Kartoffelspeisen . . . . .	168
V. Salate . . . . .	171
VI. Obst zu kochen . . . . .	171
VII. Milch-, Mehl- und Eierspeisen . . . . .	171
VIII. Kuchenbuden . . . . .	174
IX. Krankenpeisen . . . . .	176



