

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Grundzüge der Haushaltungslehre

Kühn, Elise

Leipzig, 1912

Der Einkauf der Nahrungsmittel.

urn:nbn:de:bsz:31-58632

	M	S
6.		
a) Reissuppe mit Rindfleisch und Brot:		
90 g = 6 Eßlöffel Reis und 2 Eßlöffel Mehl		5
375 g Rindfleisch 57 S, Suppengrün 2 S		59
375 g Brot		10
b) weißer Käse und Kartoffeln: 500 g Käse		18
1½ kg Kartoffeln		8
	1	00
7.		
a) Tomatensuppe, Hackbraten, Salat und Salzkartoffeln:		
3 Tomaten 3 S, 65 g Mehl 3 S		6
30 g Fett und ½ Weck		4
300 g Hackfleisch		54
1½ trockener Weck und Gewürz		3
1 Ei 5 S, 30 g Fett 3 S		8
1½ kg Kartoffeln 8 S, Salat 7 S, Zutat 3 S		18
b) kalter Hackbraten und geröstete Kartoffeln:		
2 kg Kartoffeln 10 S, 50 g Fett 5 S		15
	1	08

Der Einkauf der Nahrungsmittel.

„Mit vielem hält man haus,
Mit wenigem kommt man aus!“

Richtiges Einkaufen gehört zum sparsamen Haushalten und ist unerlässlich notwendig zur Herstellung guter, gesunder Speisen.

Zuerst kommt die Güte in Betracht und dann erst der Preis, da erstere die Grundbedingung zur Bereitung einer schmackhaften Kost ist. Sorgfältig beachte man die Kennzeichen guter Nahrungsmittel, um sie von den schlechten unterscheiden zu können. Hat man sich durch den billigen Preis verleiten lassen, minderwertige Lebensmittel zu kaufen, so muß häufig ein Teil derselben, weil unbrauchbar, weg- geworfen werden.

Gute Ware kann man aber nur verlangen und bekommen bei Barzahlung. Diese Regel sollte nie außer acht gelassen werden, da ihre Nichtbefolgung für den Käufer nur Nachteile bringt. Kauft man auf Borg, so muß man die angebotenen Waren, die gewöhnlich schlechter oder doch wenigstens teurer sind, nehmen wie sie sind; man darf nicht prüfen oder gar tadeln.

Kleinigkeiten, die im Laufe der Zeit, vielleicht sogar in verschiedenen Läden, ohne Geld geholt wurden, summieren sich und werden zum Teil vergessen; bei Eingang der Rechnung ist dieses oder jenes dem Gedächtnis entschwunden, und man ist daher nicht in der Lage, die

Rechnung auf ihre Richtigkeit prüfen zu können. Dazu kommt, daß die Bezahlung einer größeren Summe Schwierigkeiten und Verlegenheiten hervorrufen wird.

Um nun bei Barzahlung auch sicher gute Ware zu mäßigem Preis zu bekommen, wähle jede Hausfrau bestimmte, als reell (zuverlässig) bekannte Geschäfte für ihre Einkäufe. Als ständiger Kunde wird sie natürlich besser und aufmerksamer bedient werden, als wenn sie nur hie und da eine Kleinigkeit kauft. Bei wöchentlichem oder monatlichem Haushaltungsgeld wird es bei richtiger Einteilung desselben möglich sein, von den am meisten gebrauchten Materialien, wie Mehl, Suppeneinlagen, Kaffee etc., einen entsprechenden Vorrat einzukaufen. Dies ist wegen des billigeren Preises und der besseren Qualität der Waren nicht nur für die Kasse von Vorteil, sondern erspart auch manchen Gang. Man merke sich schon während der Arbeit die zur Reize gehenden Sachen, um beim nächsten Bedarf derselben nicht in Verlegenheit zu kommen. So stelle man z. B. nie eine leer gewordene Essig- oder Ölflasche an ihren Platz zurück, sondern lasse sie so stehen, daß man beim nächsten Ausgang an die Versorgung erinnert wird.

Wichtiger aber noch als in diesen kleinen Bedarfsartikeln ist der Einkauf im Großen für die Wintervorräte, bei denen außerdem noch die rechte Zeit in Betracht kommt. Darunter versteht man den Zeitpunkt, an welchem die Menge der einzelnen Produkte den Bedarf übersteigt, und diese daher billig sind. Dies gilt besonders von Gemüse, Obst, Kartoffeln usw., von denen man nie vom ersten, welches noch teuer ist, kaufen soll. Kohlen werden vorteilhafter im August und September eingekauft, als im Winter bei strenger Kälte.

Vorstehenden Regeln sei noch die Warnung vor der Unsitte des Handelnis auf dem Markte oder in Geschäften zugesügt. Dasselbe ist eine schlechte Gewohnheit, welche die Verkäufer höchstens veranlaßt, den Preis in die Höhe zu schrauben; billiges Kaufen, dessen sich manche hinterher rühmen, beruht in diesem Fall auf Betrug, oder ist erreicht durch Ausnutzung der Beschränktheit des Verkäufers; dem ehrlichen Käufer gereicht es keineswegs zur Ehre. Man prüfe die Ware auf dem Markte, verschaffe sich ein richtiges Urteil über deren Preis und bezahle sie nach ihrem Wert.

Die Nahrungsmittel.

1. Das Wasser.

Das Wasser ist einer unserer wichtigsten Nährstoffe, bildet unser unentbehrlichstes Getränk und findet seine Hauptverwendung im Haushalt bei der Zubereitung der Speisen und bei der Aufrechterhaltung der Reinlichkeit. Von der guten Beschaffenheit des Wassers