

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

**Kräftig, schmackhaft, billig**

**Haarbeck, Lina**

**Berlin, 1914**

12. Einmachen

[urn:nbn:de:bsz:31-294694](https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:bsz:31-294694)

**2. Delkrapsen.** Alle Zutaten müssen vor dem Anmengen des Teiges einige Stunden an einen warmen Ort gestellt werden. 30 Gramm Hefe werden mit etwas lauwarmer Milch aufgelöst. Nun macht man von 1 Pfund Mehl, einer kleinen Handvoll Salz, 2—3 Eßlöffeln Zucker, einem Eßlöffel geschmolzener Butter oder Schmalz, 2—3 Eiern, etwas lauwarmer Milch und der Hefe einen guten Teig, der tüchtig geschlagen werden muß. Zuletzt mischt man eine gute Handvoll gewaschene Rosinen darunter. Dann deckt man ihn zu und läßt ihn an einem warmen Orte gut aufgehen. In dieser Zeit erhitzt man 1 Liter gutes Rüböl. Beim Backen taucht man einen Blechlöffel in das Del, sticht damit beliebig große Bällchen ab und gibt sie in das Del. Wenn sie auf beiden Seiten schön braun gebacken sind, holt man sie heraus, läßt das Del abtropfen und bestreut sie mit Zucker und Zimt.

## 12. Einmachen.

Beachte folgende Regeln:

Peinlichste Reinlichkeit ist das Haupterfordernis beim Einmachen.

Verwende nur reife, tadellose Früchte und nur den besten Zucker, die besten Gewürze, den besten Essig usw. Gebrauche einen bestimmten Topf und Löffel zu nichts anderem als zum Einmachen.

Spare nicht am Zucker.

Schwefle die reinen Gläser vor dem Gebrauch aus, d. h.: zünde auf einem Teller Schwefelfaden an und stürze das Glas darüber, bis es mit Schwefeldampf gefüllt ist.

Fülle die Gläser ganz langsam mit heißen Sachen, stelle einen reinen Löffel hinein, sonst springen sie.

Lege auf das Eingemachte ein reines, in Branntwein getränktes Papier, das genau in das Glas paßt. Binde die Gläser sorgfältig zu mit Schweinsblase oder Pergamentpapier.

Verwende nicht zu große Gläser.

Bewahre die Gläser trocken und kühl auf.

Sieh die Gläser von Zeit zu Zeit nach.

Lasse dich nicht durch falsche Sparsamkeit bewegen, verdorbene Speisen zu essen.

#### Das Läutern des Zuckers.

In einem glasierten Kochtopf läßt man den Zucker mit etwas Wasser (auf das Pfund Zucker  $\frac{1}{4}$  Liter Wasser) so lange kochen, bis er ganz klar geworden ist und perlt. Der dunkle Schaum muß abgenommen werden. Hutzucker muß vorher in kleine Stücke geschlagen werden.

#### a) Süß.

**1. Apfelgelee.** Auf 1 Liter Saft rechne man 1 Pfund Zucker. Halbreife Äpfel, man kann dazu Fallobst benutzen, werden gut gewaschen, von allen Flecken, allem Unreinen und den Stengeln befreit, in 4 bis 6 Teile geschnitten und mit Wasser gut bedeckt, ganz weich gekocht. Geschält werden die Äpfel nicht, auch wird das Kerngehäuse mitgekocht. Man lasse sie nun über Nacht stehen. Am andern Morgen läßt man den Saft durch ein Tuch laufen. Ist dies geschehen, dann bringt man den Saft mit dem Zucker zugleich aufs Feuer und läßt es so lange kochen, bis es anfängt sämig zu werden. Man bringe dann einen halben Kaffeelöffel von dem Saft auf ein Tellerchen und stelle es kühl. Wenn es kalt geworden ist, muß es erstarrt sein. Ist dies nicht der Fall, dann muß der Saft noch so lange kochen, bis die immer wiederholte Probe erstarrt. Während des Kochens schäume man gut ab. Wenn der Saft genügend gekocht ist, stelle man ihn  $\frac{1}{4}$  Stunde ruhig zur Seite, damit sich an der Oberfläche eine Haut bilden

kann. Diese nimmt man vorsichtig ab, füllt den Saft in Gläser, läßt ihn erkalten und verfährt nach den angegebenen Regeln.

**2. Birnenmus** (aufs Brot). Ein Saß voll Birnen wird gewaschen, geschält und vom Kernhaus befreit. Kernhaus und Schalen gibt man in einen großen Kessel und gießt soviel Wasser darauf, daß der Kessel von  $\frac{1}{4}$  Schalen und  $\frac{3}{4}$  Wasser angefüllt ist. Das läßt man nun langsam so lange kochen, bis das Wasser tief dunkel geworden ist, 10—12 Stunden lang. Gut abschäumen! Nun gießt man das Wasser durch ein Sieb ab und läßt es stehen bis zum andern Tag. Gleich in der Morgenfrühe setzt man das Wasser wieder aufs Feuer und gibt 3 Pfund gelben und 1 Pfund weißen Zucker hinein. Wenn es kocht, mischt man die in kleine Stücke geschnittenen Birnen darunter und läßt alles noch einmal bis zum Abend ganz langsam kochen. Man muß immer ein kleines, gleichmäßiges Feuer, am besten nur eine kleine Glut, haben, damit es nicht anbrennt. Am Abend macht man ein starkes Feuer und rührt das Mus tüchtig, bis es eine gleichmäßige, breiige, dickliche Masse ist. Jetzt nimmt man sie vom Feuer, mischt für 10 Pf. Zimt und für 10 Pf. Nelken darunter und rührt noch so lange darin, bis sie sich etwas abgekühlt hat. Dann füllt man sie in Steintöpfe, läßt sie acht bis vierzehn Tage offen stehen, und wenn das Mus nicht gärt und nicht schimmelt, bindet man es zu. Im andern Fall muß es noch einmal gut aufgekocht werden. Man kann auch beliebig anderes Obst mitkochen. Steinobst muß ausgesteint werden.

**3. Heidelbeeren als Kompott.** Für 2 Pfund Beeren läutere man 300 bis 500 Gramm Zucker, gebe die Beeren hinein, lasse sie einige Male aufkochen und fülle sie mit dem Schaumlöffel in die Gläser. Den Saft läßt man tüchtig einkochen und gießt ihn dann über die Beeren. Die Gläser werden noch heiß nach den angegebenen

Regeln zugebunden. **Brombeeren, Himbeeren und Johannisbeeren** werden ebenso eingemacht, doch verlangen Johannisbeeren, je nach der Art, bis zu 1½ Pfd. Zucker.

**4. Himbeersaft.** (Sehr ausgiebig.) Die Himbeeren werden gut verlesen und tüchtig zerstampft. Auf 2 Pfund Himbeeren rechnet man 2 Pfund Zucker und 1 Liter Wasser. Der Zucker wird mit dem Wasser geläutert, der Himbeerbrei dazugegeben, zugedeckt und 20 Minuten am Sieden erhalten. Hierauf läßt man alles durch ein Tuch fließen, füllt den Saft heiß in Flaschen und verschließt sie nach Vorschrift. Um die Himbeeren ganz auszunutzen, bringt man den ganzen Inhalt des Sackes mit  $\frac{3}{4}$  Liter Wasser noch einmal aufs Feuer, läßt es 15 Minuten kochen und wieder durch den Sack fließen. Dann läutert man 200 Gramm Zucker, gießt den Saft hinzu und läßt ihn noch einige Male aufkochen. Er kann gleich in Gläser gefüllt und verschlossen werden. Diese zweite Portion Himbeersaft ist sehr gut, doch muß sie zuerst verbraucht werden. Die erste Portion hält sich länger.

**5. Johannisbeergelee.** Dieses gewinnt an Wohlgeschmack sehr, wenn man den Johannisbeeren eine tüchtige Handvoll Himbeeren zusetzt. Auf einen halben Liter Saft rechnet man 1 Pfund gestoßenen Zucker. Um den Saft zu gewinnen, streife man die Beeren, die nicht ganz reif sein dürfen, mit Hilfe einer Gabel von den Stielen und zerstampfe oder zerquetsche sie. Dann drücke man sie, aber immer nur eine große Handvoll auf einmal, durch ein grobes, vollständig reines Tuch. Besser geht es natürlich, wenn man die Früchte, ohne sie vorher zu zerquetschen, durch die Fruchtpresse laufen lassen kann. Jetzt wird gemessen, wieviel Saft es ist. Diesen bringt man aufs Feuer und streut langsam unter beständigem Rühren den Zucker hinein. Wenn der letzte Zucker hineingegeben ist, wird der Fruchtstoff beinahe kochen. Man rühre ruhig weiter, lasse ihn 2 bis 3 mal aufstoßen

und nehme ihn dann schnell vom Feuer. Er muß jetzt  $\frac{1}{4}$  Stunde ruhig stehen, damit sich oben eine Haut bilden kann, die man sorgfältig abnimmt. Jetzt kann der noch heiße Saft in Gläser gefüllt werden, die man zwei Tage stehen läßt. Dann verfährt man genau nach den angegebenen Regeln. Ebenso wird **Brombeer-** und **Himbeergelee** zubereitet, doch tut man gut, unter die letzteren eine gute Handvoll Johannisbeeren zu mischen.

**6. Kirschen.** (Kompott.) 2—300 Gramm Zucker werden geläutert und 2 Pfund entstieltete Kirschen darin 15 Minuten ganz langsam gekocht. Dann holt man die Kirschen behutsam mit dem Schaumlöffel heraus und füllt sie in Gläser. Der Zuckersaft wird eingekocht, bis er anfängt sämig zu werden. Dann gießt man ihn heiß über die Kirschen. Am andern Tag bringt man den Saft wieder zum Kochen, gibt die Kirschen hinein, läßt sie nicht ganz zum Kochen kommen und füllt sie wieder in die Gläser. Jetzt verfährt man nach den angegebenen Regeln. Ebenso können **Zwetschen** und **Pflaumen** eingemacht werden.

**7. Preiselbeeren.** (Beilage zu Fleisch.) 4 Pfund Preiselbeeren werden gut verlesen und, wenn nötig, ganz schnell gewaschen. Man setzt sie dann mit 2 Pfund Zucker und  $\frac{1}{2}$  Liter Wasser oder Wein aufs Feuer und läßt sie kochen, bis sie glasig werden. Die Beeren werden nun mit dem Schaumlöffel herausgenommen und in die Gläser verteilt. Den Saft läßt man noch 10 Minuten tüchtig kochen und gießt ihn dann heiß über die Beeren. Die Gläser werden dann nach den angegebenen Regeln zugebunden.

**8. Quittenbrot** wird zubereitet wie Quittenmus, nur nimmt man auf 1 Pfund Quittenmark 1 Pfund Zucker und kocht die Masse nicht bis sie dicklich, sondern bis sie steif wird. Man gießt sie dann in beliebige Formen und stellt sie zum Nachtrocknen in einen erwärmten Raum. Man muß das Quittenbrot stürzen

und mit dem Messer schneiden können. Um Quittenbrot hübsch zuzubereiten, schneidet man es in etwa fingerdicke Scheiben, die man in längliche Vierecke zertheilt, in Kristallzucker wälzt und trocknen läßt. Man kann auch beliebige Formen ausstechen, wie man es mit Teig zu machen pflegt.

**9. Quittengelee** kann man zubereiten aus dem Wasser, in welchem man Quitten zu Mus weich gekocht hat. Die beim Mus abfallenden Schalen und Kerngehäuse kocht man in diesem Wasser noch einmal tüchtig auf. Man läßt den Saft durch ein Tuch laufen und richtet sich nach dem Rezept von Apfelgelee Nr. 1.

**10. Quittenmus.** (Aufs Brot.) Die Quitten werden mit einem reinen Tuche tüchtig abgerieben. Dann bringt man sie, nicht ganz mit Wasser bedeckt, aufs Feuer und kocht sie weich. Zerkothen sollen sie aber nicht. Die Zeit läßt sich nicht angeben, weil sie von der Art und der Größe der Quitten abhängt. Darnach werden sie geschält und auf dem Reibeisen bis aufs Kerngehäuse abgerieben. Das Wasser, in welchem die Quitten gekocht wurden, gieße man nicht weg. Die Häute und Kerngehäuse der Quitten werfe man hinein. Daraus wird Quittengelee gekocht. Siehe Nr. 9. Aus dem Quittenmark, das ist das abgeriebene Fleisch der Frucht, macht man Quittenmus und Quittenbrot. Auf 1 Pfund Quittenmark rechne man  $\frac{3}{4}$  Pfund Zucker. Der Zucker wird geläutert, das Quittenmark hineingegeben und so lange gekocht, bis es anfängt dick zu werden. Dann füllt man das Mus in Gläser und verfährt nach den angegebenen Regeln. Man sehe das Quittenmus nach 14 Tagen genau nach. Wenn es wässrig erscheint, dann kochte man es noch einmal auf.

**11. Zwetschenmus.** (Aufs Brot.)  $\frac{1}{2}$  Ztr. Zwetschen wird gewaschen und ausgesteint. Dann bringt man sie in einem großen Kessel, der nicht von Eisen sein darf, auf ein schwaches Feuer und rührt sie immer wieder

um. Wenn sie Saft gebildet haben, gibt man 15 grüne Nüsse hinzu, die man mittkochen läßt. Es muß nun ununterbrochen fleißig gerührt werden, sonst brennt das Mus an. Wenn es anfängt, dick zu werden, mache man kein starkes Feuer. 12 bis 14 Stunden muß es kochen. Man füllt es dann in reine, gut erhitzte Steintöpfe. Zur Vorsicht lege man ein Branntweinpapier darauf und binde es gut mit Pergamentpapier zu. Sehr gut hält sich das Zwetschenmus, wenn man es nach dem Brotbacken so lange in den Backofen stellt, bis sich an der Oberfläche eine Kruste gebildet hat. Wer es liebt, kann zuletzt für 10 Pf. Zimt und für 10 Pf. Nellen darunter mischen. Ein Zusatz von Zucker verfeinert das Mus.

#### b) Sauer=süß.

Man nehme immer nur vom besten Essig.

**1. Essigbirnen.** 4 Pfund schöne, tadellose Birnen werden geschält, halbiert und vom Kerngehäuse befreit. 1½ Pfund Zucker wird mit  $\frac{3}{4}$ —1 Liter Essig und einem fingerlangen Stückchen Zimt zum Kochen gebracht, und darin kocht man die Birnen nicht ganz weich. Sie müssen sich gut durchstechen lassen, dürfen aber nicht zerfallen. Nun holt man die Birnen sorgfältig mit dem Schaumlöffel heraus und legt sie in die Gläser. Der Saft wird noch eingekocht und über die Früchte gegossen. Nach etwa 8 Tagen muß der Saft, der wieder viel dünner geworden ist, noch einmal eingekocht werden. Die Birnen werden dann darin herumgeschwenkt, nur eben zum Kochen gebracht und wieder in die Gläser gefüllt.

**2. Essigkirschen** werden zubereitet wie Essigbirnen. Man nehme dazu nur große, fleischige Früchte mit Stein und Stiel.

**3. Kürbis.** (Beilage zu Fleisch.) Der Kürbis wird geschält, entkernt (am besten mit einem Löffel ausgekratzt) und in etwa fingerdicke und fingerlange Stücke

geschnitten. Auf 3 Pfund Kürbis gieße man 4 Tassen Essig und lasse ihn 48 Stunden stehen. Doch fülle man ihn in der Zeit einmal um, damit das, was anfangs nicht im Essig lag, untenhin in den Essig zu liegen kommt. An demselben Tag, wo man den Kürbis schält, gieße man auch auf 3 Gr. Ingwer soviel Wasser, daß er reichlich damit bedeckt ist, und lasse ihn auch 48 Stunden stehen. Den Ingwer kaufe man in der Apotheke und verlange gereinigten. Wenn die Zeit verstrichen ist, läutert man 2 Pfund Zucker, gibt den in feine Scheiben geschnittenen Ingwer, eine Stange klein geschnittene Vanille oder 2 Päckchen Vanillinzucker, die Schale einer Zitrone und den Kürbis samt dem Essig hinzu. Nun muß man sehr vorsichtig sein. Sobald der Kürbis anfängt, klar, d. h. durchsichtig zu werden, müssen die betreffenden Stücke herausgenommen werden. Wenn sie zu lange kochen, zerfallen sie. Wenn aller Kürbis herausgenommen und in die Gläser gefüllt ist, läßt man den Saft noch so lange kochen, bis er anfängt, sämig zu werden. Dann gießt man ihn über den Kürbis, der ganz davon bedeckt sein muß. Meistens hat man zu viel Saft. Den füllt man dann in ein besonderes Glas und bindet es zu. Mit dem Kürbis verfährt man nach den allgemeinen Vorschriften. Nach 4 bis 6 Wochen kocht man allen Saft noch einmal tüchtig auf, gibt den Kürbis noch einmal hinein, läßt ihn eben nur zum Kochen kommen und füllt dann wieder alles in Gläser. Jetzt wird man nicht mehr zu viel Saft haben.

4. **Zuckergurken** werden zubereitet wie Kürbis Nr. 3.

#### c) Sauer.

Man nehme nur vom besten Essig.

1. **Kleine Essiggurken.** 4 Pfund kleine Gurken werden mit einem Tuche abgerieben und in eine Schüssel gelegt. 1 bis 2 Pfund Perlzwiebeln oder auch kleine, andere Zwiebeln werden geschält und unter die

Gurken gemischt. Sie werden nun mit 1 Pfund Salz durcheinandergemengt und 1—2 Tage hingestellt. Beim Einlegen der Gurken stellt man sich auf dem Tisch zu recht: 150 Gramm gut abgeschabten und in dünne Scheiben geschnittenen Meerrettich, 20 Gramm ganzen Pfeffer, 3 Gramm Nelken, 10 bis 15 Lorbeerblätter, die alle halbiert werden, ferner 2 Hände voll Dill und 2 Hände voll Dragon. Nun trocknet man die Gurken etwas ab und schichtet sie mit den Zwiebeln und dem Gewürz lagenweise in Gläser oder in einen Steintopf. Es kommt nun ganz auf den Essig an, ob man viel, wenig oder gar kein Wasser darunter mischt. Er braucht gar nicht so furchtbar scharf zu sein, wenn alles, auch der Topf, vollständig rein ist. Man kochte den Essig und gieße ihn heiß über die Gurken, die davon bedeckt sein müssen. Nach 2 Tagen wiederhole man dies, nach 8 Tagen noch einmal. Dann binde man die Gurken gut zu.

**2. Senfgurken.** Man schält große, reife Gurken, schneidet sie der Länge nach durch und kratzt die Kerne mit einem Löffel heraus. Dann schneidet man sie in beliebige Stücke oder Schnitze. 2 Pfund solcher Gurken bestreut man mit 2 Händen voll Salz und läßt sie über Nacht stehen. Am anderen Tag legt man sie auf einen Durchschlag und läßt sie wieder über Nacht gut abtropfen. Am nächsten Tag schichtet man sie mit einigen Senfkörnern, beliebig viel Dragon, Dill, feingeschnittenem Meerrettich, ganzem Pfeffer, Lorbeerblättern, nur wenig Nelken und recht vielen Zwiebeln lagenweise in einen Steintopf oder in ein Glas, kocht soviel Essig ab, daß sie gut damit bedeckt sind, und gießt ihn abgekühlt über die Gurken. Man nehme den Essig jedoch nicht allzu scharf. Dann bindet man das Glas zu. Nach 8 Tagen kocht man den Essig tüchtig auf, läßt ihn erkalten und gießt ihn wieder über die Gurken, die jetzt etwas beschwert und mit einem Säckchen voll Senfkörner belegt werden.

**3. Salzgurken.** Hierzu verwende man keine ausgewachsenen, reifen Gurken, sondern nur solche von mittlerer Größe. Man salzt die Gurken gut ein und läßt sie über Nacht stehen. Am anderen Tag trocknet man sie gut ab und legt sie schichtenweise mit beliebig viel Dill, Dragon, Lorbeerblättern, ganzem Pfeffer, Meerrettich, Zwiebeln, Traubenblättern und wenig Nelken in den Steintopf oder das Fäßchen. Selbstverständlich müssen die Zutaten alle rein sein. Es dürfen beim Einlegen keine Lücken entstehen. Nun kocht man das nötige Wasser mit dem Salz, auf jedes Liter zwei Hände voll, auf. Dieses Salzwasser gießt man abgekühlt über die Gurken. Sie müssen davon ganz bedeckt sein. Nun legt man ein reines Tuch und ein reines Brettchen darauf und beschwert sie nur so viel, daß sie unter dem Salzwasser gehalten werden. Der Stein, den man auflegt, muß vorher gut gereinigt und mindestens 1 Stunde in stark kochendes Wasser gelegt werden.

#### d) Einmachen der Gemüse.

Die steinernen Krüge und Einmachfässer müssen immer gleich, wenn sie leer geworden sind, tüchtig gescheuert, ausgebrüht und an der Luft getrocknet werden. Wenn man sie wieder in Gebrauch nimmt, muß dieselbe Arbeit noch einmal vorgenommen werden.

**1. Salzbohnen.** Die Bohnen werden geköpft, von den Fäden gut befreit und entweder geschnitzelt oder der Länge nach durchgeschnitten. Den Boden des Fasses oder des Steintopfes belegt man mit Weinlaub. Nun gibt man einige Hände voll von den Bohnen, dann einige Hände voll Salz, dann wieder Bohnen und dann wieder Salz hinein und fährt so fort, bis alle Bohnen eingefüllt sind. Auf 20 Pfund Bohnen rechne man knapp 2 Pfund Salz. Oben drauf wird ein reines Tuch und wieder Weinlaub gelegt. Ein reines Brettchen und ein ebensolcher Stein, der mindestens eine Stunde in

kochendem Wasser gelegen haben muß, dienen zum Bes schweren. Nach 8—14 Tagen schöpft man etwas Wasser ab. Wenn die Bohnen nach zwei Tagen gar kein Wasser ziehen, kann man Salzwasser zugießen.

**2. Sauerkraut.** Auf 25 bis 30 Pfund rechne man etwa 1 Pfund Salz. Das Weißkraut wird so frisch wie möglich geschnitten und lagenweise tüchtig in das Faß eingestampft. Das Salz streue man gleichmäßig dazwischen, auch kann man einige Wacholder- und Pfefferkörner daran geben. Manche mischen auch etwas Kümmel darunter. Das Kraut muß so fest gestampft sein, daß es schon anfängt Wasser zu ziehen, wenn das Faß voll ist. Man legt dann ein reines Tuch, zwei passende Brettchen und ein oder zwei sehr schwere Steine darauf. Wenn das Kraut kein Wasser ziehen will, dann gieße man etwas daran. Wenn es überschäumt, schöpfe man ab. Wenn man Kraut herausnimmt, müssen jedesmal Tuch, Steine und Brettchen mit reinem Wasser abgewaschen werden. Das Kraut muß man jedesmal wieder gut beschweren.

### e) Das Trocknen der Früchte.

**1. Äpfel zu trocknen.** Die Äpfel werden, je nach der Größe, in 4 oder 8 Teile geteilt. Das Kernhaus wird herausgeschnitten. Dann legt man sie auf Trockenhorden und schiebt sie in den Backofen, wenn das Brot herausgenommen ist. Man gebe acht, daß sie nicht zu tief dunkelbraun werden, sonst schmecken sie bitter. Man kann die Äpfel auch schälen.

**2. Birnen** werden getrocknet wie Äpfel.

**3. Kirschen zu trocknen.** Sie werden wie Zwetschen behandelt, nur genügt meistens ein einmaliges Dörren im Backofen.

**4. Zwetschen zu trocknen.** Man legt die Zwetschen auf Trockenhorden und schiebt sie in den Backofen, wenn

das Brot herausgenommen ist. Man muß gewöhnlich die Zwetschen zweimal in den Ofen geben, doch suche man diejenigen, welche das erstemal vollständig trocken geworden sind, heraus. Man lasse die fertigen Zwetschen an der Luft noch etwas nachtrocknen.

### 13. Die Kochkiste.

Es ist tatsächlich oft zuviel, was von uns Frauen verlangt wird, und für viele besteht das Leben zeitweise aus einer einzigen, großen Hehjagd. Mit auf die Arbeit sollen die Frauen gehen, Geld sollen sie verdienen helfen, mit hinaus aufs Feld sollen sie, die Hausarbeit soll aber auch nicht vernachlässigt werden, Vieh ist meistens auch noch da, und wenn Mann und Kinder heimkommen, dann haben sie alle einen Bärenhunger. Die wollen auch satt gemacht sein, und wer anders soll das denn besorgen als die Hausfrau? Wer anders als sie soll dann auch noch helfen in den vielen großen und kleinen Nöten, die Mann und Kinder, alle eines nach dem anderen, der Mutter des Hauses klagen? Es ist aber zuviel, die Frau kann's nicht schaffen!

Darum möchte ich allen diesen gehehten, mit Arbeit überhäuften Frauen einen guten Rat geben, indem ich sage: „Stellt euch eine Köchin an! Ich kann euch eine Köchin empfehlen, die verlangt keinen Lohn, sie braucht kein Essen, verbrennt keine Kohlen, läßt nichts anbrennen, nichts überlaufen, sie wird nie hitzig und — sie schwächt das ganze Jahr kein einzig Wörtlein! Sie will nur kochen, sparen und ihre Pflicht tun. Ihr Name ist Kochkiste!“

Also, ihr Hausfrauen, stellt eine Kochkiste an! Am Abend überlegt man sich, was man kochen will und legt