

# Der Landwirt in Nassau.

Blätter für Landwirtschaft, Weinbau und Genossenschaftswesen  
sowie Hauswirtschaft.

Unter Mitwirkung nassauischer  
:: Landwirte herausgegeben ::  
Garantierter Auflage 22000 Exemplare

Geschäftsstelle: Nicolasstraße 11.  
Fernsprecher 199 - Fernsprecher 133.

Erscheint wöchentlich einmal  
:: am Donnerstag Morgen ::  
Insertionspr. die Kolonchelle 25 Pf.

Nr. 48.

Wiesbaden, den 27. November 1913.

5. Jahrgang.

## Landwirtschaftl. Berichte.

### Bauernregeln für Dezember.

So hoch im Winter der Schnee auf den Wiesen liegt,  
So hoch soll im Sommer das Gras stehen.  
Wie's Adam und Eva spendt,  
So bleibt das Wetter bis zum End'.  
Ist die Christnacht hell und klar,  
Holt ein höchst gesegnet Jahr.  
It's zu Weihnacht warm und sind,  
Kommt zu Ostern Schnee und Wind.  
Wind in Sankt-Silvester-Nacht,  
Hat nie Wein und Korn gebracht.  
Donnert's im Dezember gar,  
Bringt viel Wind das nächste Jahr.  
Weihnachten im Klee,  
Ostern im Schnee.

### Der Hühnerstall im Spätherbst und Winter.

Von Heino Spieß, Delmenhorst.

(Nachdruck verboten.)

Die Anforderungen, die man an einen zweckentsprechenden Hühnerstall unbedingt stellen muß, sind: im Sommer kühl und im Winter warm, vollständige Trockenheit des Bodens, der Wände und der Decke. Vor allen Dingen muß die Entlüftung tadellos arbeiten; an den Wänden und an der Decke darf sich auch nicht der geringste Niederschlag bilden. Zugluft darf nie im Stalle bestehen; dagegen muß immer reine, frische Luft vorhanden sein.

Für den Sommer haben die sogen. „Frischluftställe“ in den letzten Jahren auch in Deutschland freudige Aufnahme gefunden. Die Züchter haben sich davon überzeugt, daß die Haltung des Geflügels in diesen leichten Holzhütten, die Tag und Nacht Luft und Licht ungehinderten Eintritt gewähren, eine ganz vorzügliche ist. Die gefährlichsten Erkrankungen kommen fast garnicht mehr vor, die Leistungen der Tiere sind bessere, die Küken kommen tadellos aus und sie sind lebenskräftig.

Diese naturnahe Haltung unseres Federvolkes wird leider in den allermeisten Fällen in der rauhen Jahreszeit nicht fortgesetzt. Sobald die nochkalte Herbstzeit sich einstellt, beginnt der Züchter mit der erwärmung des Stalles. Er will die teuren Wintereier haben, und die bekommt er nur, wenn die Hennen recht warm sitzen. Mit Ofen, Grudeheizungen oder gar mit Warmwasserbeizungen wird den Tieren ein molliger Raum, oft mit 15 Grad Wärme, bereit. — Tatsächlich beginnen die Tiere in diesem Treibhaus auch bald und reichlich Eier zu legen. Sie sehen diese naturwidrige Eierproduktion auch eine Zeitlang fort. Das hat aber zur Folge, daß die Hennen im Frühjahr fast überhaupt nicht mehr legen. Der überanstrengte Körper liefert nur noch wenige schwachbefruchtete Eier, denen keine lebensfähigen Küken entschlüpfen. Viele dieser Treibhaustiere erleben aber das Frühjahr überhaupt nicht mehr. Sie fallen nach dem Aufenthalt im freien tödlichen Erkrankungen zum Opfer.

Eine gewisse Wärme soll der Stall in der kalten Jahreszeit haben; niemals aber eine künstlich erzeugte. Am empfindlichsten treffen das Geflügel die Nässeausströmungen der Wände während der Nachzeit. Es empfiehlt sich daher, dicke Strohmatte herzustellen und diese an den Wänden zu befestigen. — Auch ein fußfester Stall fährt zu

vielen Unzuträglichkeiten. Man bringe deshalb eine fürohohe Schicht Stroh oder Torfmull als Streu ein. Ganz besonders für diesen Zweck geeignet ist trockenes Laub, das überdies die Hühner zu reger Scharrtätigkeit anregt.

Der Schlafraum muß den Tieren in der kalten Jahreszeit unbedingt eine behagliche Wärme bieten. Man verringere ev. die Anzahl der Sisstangen soweit, daß die Hühner dicht nebeneinander sitzen müssen und sich gegenseitig wärmen. Ist der Stall ziemlich hoch, so kann man 50 Stm. über den Sisstangen eine Flapperdecke aus alten zusammengenähten Säcken spannen. Ebenso macht man aus diesem Material einen Vorhang vor dem Sisstangenraum, um die Wärme zusammenzuhalten. Es ist nur darauf zu achten, daß die Düfte durch eine gute Ventilation schnell abziehen können, und daß die Fensterneuerung eine genügende ist.

Auch der Scharraum muß am besten ringsherum durch Räpper geschlossen sein, nur die Südseite bleibt offen. Es ist ganz besonders bei diesem Raum darauf zu achten, daß das Streumaterial nicht feucht wird.

Schließlich muß der Züchter durch eine geeignete Fütterung dafür sorgen, daß das Geflügel nicht friert. Es wird deshalb genügend Fett und Stärke, diese beiden Stoffe erzeugen bekanntlich Wärme im Körper, im Futter gegeben. Von den Körnerfrüchten enthält Mais und Hafer besonders viel Fett. Stark wärmebildend sind die Haushaltsabfälle, Kartoffel-, Fleisch- und Brotreste usw., die man mit dem sättigenden Abspülwasser schwach anfeuchtet. — Dem Weichfutter darf Fleisch- oder Fischmehl, besser noch Knochenkroth nicht fehlen. Das Trinkwasser soll den Tieren immer stundenwarm, verschlagen, vorgelegt werden.

### Selbstfütterer.

Von G. Voas.

(Nachdruck verboten.)

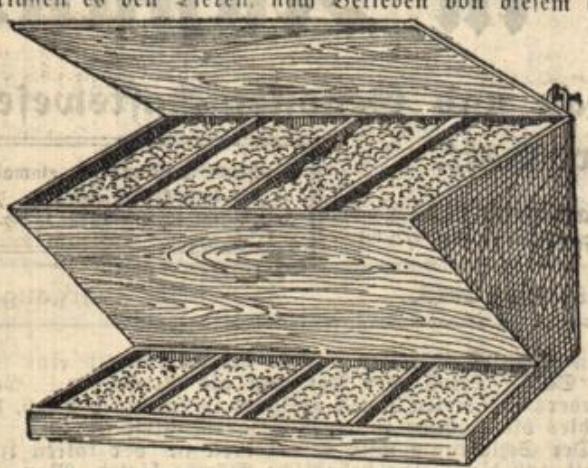
Nachdruck verboten.

„Zeit ist Geld“, sagt ein altes Sprichwort, auch in der Geflügelzucht müssen viele Personen mit der Zeit rechnen, besonders diejenigen, die tagsüber vom Hause ferngehalten sind. Die Tiere aber würden arg leiden, wenn ihnen das Futter unregelmäßig und vielleicht manchmal gar nicht gegeben würde. Um den Tieren aber zu jeder Zeit zu ermöglichen, Futter zu sich nehmen zu können, bedient man sich immer mehr der selbsttätigen Futtertröge. Hiermit ist nun aber keineswegs gesagt, daß man sich nun um die Hühner gar nicht mehr zu kümmern brauchte. Die Selbstfütterer sind lediglich ein Notbehelf, können aber für bestimmte Futtermittel ständig Verwendung finden. Jedenfalls ist es ein großer Vorteil, wenn den Tieren alle zum Wohlbefinden nötigen Futterstoffe ständig zur Verfügung stehen; lediglich Körner machen eine Ausnahme, diese dürfen nur bei jeder Mahlzeit gereicht werden, es sei denn, daß ein Scharraum vorhanden ist, der eigentlich nie fehlen sollte.

Die Fütterung im allgemeinen trennt man heute in zwei verschiedene Arten, in Trocken- und Weichfütterung. Ersterer hat viele Anhänger gefunden, besonders bei denen, die am Tage wenig Zeit haben, sich dem Geflügel zu widmen. Hierbei finden auch die Selbstfütterer hauptsächlich Verwendung.

Da die Tiere kein Weichfutter bekommen, dem man allerlei Nebenstoffe wie Knochenkroth, Fischmehl, Fleischmehl, Kleie, Schrot usw. beimengen kann, muß man sich auf andere Weise helfen, den Tieren diese Stoffe zugänglich zu machen. Würde man all diese unbedingt nötigen Stoffe zusammenmischen und in flachen Gefäßen hinstellen, so würden die Tiere das beste heraus suchen und das Futter verunreinigen. Beim Selbstfütterer ist dies

ausgeschlossen, da nur soviel Futter herausfällt, als weggefressen wird. Manche Büchter mischen das Futter nicht, sondern haben Selbstfütterer mit mehreren Abteilungen, die mit verschiedenen Arten Futter gefüllt werden, und überlassen es den Tieren, nach Belieben von diesem oder



jenem zu nehmen. Die beigegebene Abbildung stellt einen Selbstfütterer dar, der mit 4 Abteilungen versehen ist, damit mehrere Arten von Schrotten usw. Aufnahme finden können. Man füllt nun diese Abteilungen mit Maischrot, Weizenkleie, Fischmehl und Gerstenchrot, dann können die Hühner nach Belieben nehmen; ein Bechiel in den Futterarten ist sehr vorteilhaft, sodass statt Fischmehl Knochenchrot, statt des Gerstenchrotes Haferchrot genommen wird. Daneben dürfen aber Gefäße mit Grit und Kalk nicht fehlen, man kann schließlich den Futtertrog um ein oder zwei Abteilungen verlängern. Neben diesen oder ähnlichen Futterarten müssen die Tiere Körner bekommen, wobei ein Bechiel sehr empfehlenswert ist. Grünfutter darf nie fehlen, sowohl als die Tiere nur mögen. Die Anfertigung der Selbstfütterer, wie ihn die Abbildung zeigt, ist nicht schwer, sodass wohl jeder Büchter ihn selbst herstellen kann. Er bietet mancherlei Vorteile, die eine Anfertigung sehr wohl rechtfertigen.

### „Muß denn die Schafzucht zurückgehen?“

Im Anschluß an den Artikel in der letzten Nummer des „Landwirt in Nassau“ wird uns aus Uisingen, 25. Nov., geschrieben:

Muß die Schafzucht zurückgehen?

So fragte auch ich, als ich nach längerer Abwesenheit vor einigen Jahren wieder einmal in unser liebliches Taunusstädtchen einkehrte und dort im Gespräch von dem Rückgang der Schafzucht hörte. Der Schafbesitzer wurden immer weniger und die Schasherde immer kleiner, sodass man sich schon mit dem Gedanken vertraut gemacht, die Schäfereigenossenschaft ganz aufzuheben. Nach dem Grunde dieser auffallenden Tatsache fragend, wurde mir zur Antwort, daß wohl der mögliche Grund in der Wiederaufstellung der Oedländerreien zu suchen sei; denn da die Heidestreifen zum größten Teile wieder mit Fichten und Kiefern bepflanzt würden, bliebe keine Weide mehr für die Schafherde übrig.

Inzwischen muß sich die Ansicht darüber geändert haben, denn bei meinem diesjährigen Besuch erfuhr ich hier zu meinem Erstaunen, daß sich die Schafzucht wieder in ganz ungeahnter Weise gehoben habe, die Schasherde zähle jetzt wieder über 300 Stück. Also muß es doch Weide genug geben. (Vgl. den oben erwähnten Artikel.)

Und nach unserer Meinung ist die Schafzucht für eine Gemarkung wie die Uisinger einfach ganz unentbehrlich, schon allein aus Rücksichtnahme auf die Landwirtschaft, ganz abgesehen von der Wolle und dem Fleisch. Die Gemarkung ist sehr ausgedehnt, sodass das Missfahren, besonders mit Luhfuhrwerk das meistens noch hier gebräuchlich ist, sehr zeitraubend ist. Bei den weitgelegenen Alleen kann man froh sein, wenn man mit Kühen drei bis viermal am Tage hinfährt. Zu der Größe der Gemarkung kommt aber noch hinaus, daß es darin viel minderwertigen Boden gibt, der wiederum sehr viel Mist nötig hat, um ertragfähig zu werden bzw. zu bleiben, woran es aber oft fehlt.

Da kann denn nur die Pferch helfen. Ob das die Uisinger eingesehen haben? Und wie hier, so wird es auch noch in vielen anderen Orten sein. Darum möge überall die Mahnung beherzigt werden: „Gebt die Schafzucht nicht auf!“

### Eine Forschung über die Fortpflanzung der Schweine.

Vor der amerikanischen Akademie für Künste und Wissenschaften sind die Ergebnisse von Forschungen vorgetragen worden, die mit dem Namen dieser gelehrt Gesellschaft scheinbar wenig zu schaffen haben, aber an sich eine erhebliche Wichtigkeit in Anspruch nehmen können. Es handelt sich nämlich um die Feststellung, ob eine Beziehung zwischen der Größe eines Wurfs und der Zahl von Brustwarzen beim Mutterschwein besteht. Die Sachverständigen haben 1000 Würze neugeborener Schweine verschiedener Rassen zusammengestellt, indem einzelne Tabellen für die Zahl der Jungen in einem Wurf, für ihre Lage im Mutterleib, ihr Geschlecht und für die Zahl und Anordnung der Brustwarzen gemacht wurden. Von der Gesamtzahl der untersuchten Schweine waren 3024 männlich und 2946 weiblich. Die Zahl der Brustwarzen schwankte zwischen 8 und 18, der Durchschnitt betrug etwa 12. Bei der Mehrheit der Schweine war ihre Anordnung regelmäßig. Eine auffällige Beziehung zwischen der Größe des Wurfs und der Zahl der Brustwarzen beim Mutterschwein scheint nach diesen gründlichen Untersuchungen nicht zu bestehen. Es kommt vor, daß ein Mutterschwein mit nur 8 Brustwarzen bis zu 15 Jungen auf einmal wirkt. Immerhin sind solche Fälle ziemlich selten. Als eine Regel von wenigstens häufiger Zuverlässigkeit kann der Gang bezeichnet werden, daß die Größe des Wurfs der Hälfte der Zahlen entspricht, sodass also ein Mutterschwein mit 12 Brustwarzen gewöhnlich einen Wurf von 6 Jungen ergibt.

### Der Dünger der Kaninchen.

(Nachdruck verboten.)

Bei allen Rentabilitätsberechnungen über Kaninchenzucht, welche mir bisher zu Gesicht kamen, vermisste ich die Berechnung des durch die Tiere erzeugten Düngers. Und doch steht derselbe einen nicht unbedeutenden Wert dar und verdient, daß einer Erwähnung getan wird. Der Grund für die Anerachtlassung dieses Erzeugnisses ist wohl der Umstand, daß manche Büchter keine Verwendung für den Dünger finden können. Die Büchter auf dem Lande werden wohl wegen der Verwertung des Kaninchendüngers nicht im unklaren sein, denn ihnen steht doch wohl allen etwas Land zur Verfügung. Sei es nun ein Obst- oder Gemüsegarten, oder sei es auch nur ein Blumenbeet, immerhin werden dort die Exkremente der Kaninchen, welche samt der damit verbundenen Streu ein Düngemittel bilden, das jedem anderen Dünger gleichwertig ist, den Pferde, und Schweinedünger sogar noch übertrifft, gute Dienste leisten.

Eine gute Verwendung findet z. B. der Kaninchendünger, wenn man ihn logisch nach jedesmaligem Ausmist auf den Komposthaufen bringt und dort mit Unkräutern, Laub und anderen Gartenabfällen vermischt.

Die städtischen Büchter werden schon eher zuweilen in Verlegenheit kommen und nicht wissen, wohin sie den Kaninchendünger bringen sollen, denn gar manchem Büchter steht kaum so viel Raum zur Verfügung, daß er seine Etage oder Kiste bzw. Herklingstone aufstellen, geschweige denn ein Plätzchen, wo er etwas Gemüse bauen oder einige Blumen pflegen kann. Am vorteilhaftesten ist es für diese Büchter, wenn sie sich mit Landwirten der Umgegend, die doch fast wöchentlich einmal zur Stadt kommen, oder mit Gärtnern wegen der regelmäßigen Abnahme des Düngers vereinbaren und von diesen nicht Geld, sondern Mitteln entnehmen, deren Preis dem Düngewert entspricht.

Lebterer ist natürlich verschieden und richtet sich ganz nach der Menge und Güte der eingesetzten Einstreu. Die beste Streu ist wohl das Torfmull, welches sowohl die flüssigen Exkremente sofort aufnimmt, somit den Stall stets trocken hält, als auch den wertvollen Stickstoff bindet, wodurch die Lust im Kaninchentall weniger unangenehm wird. Aber auch Heu und Stroh, als Einstreu verwendet, liefern einen vorzüglichen Dünger, der auf Lehmböden und in Gärtnereien wegen seiner leichter Lössbarkeit und sofortigen Verwendbarkeit gute Erfolge erzielt.

Ein Kaninchen erzeugt jährlich etwa einen Centner feste Exkremente, deren Hauptbestandteile als Stickstoff, Phosphorsäure und Kali einen Wert von 1.50 Ml. haben. Ebenso wertvoll ist der Urin der Tiere. Derselbe wird in Gefäßen gesammelt und, zur Hälfte mit Wasser verdünnt, als vorzügliches Düngemittel verwendet. Bei längrem Stehen geht aber ein großer Teil der Dungkraft verloren und man tut gut, auch den Urin gleich auf den Komposthaufen zu gießen, wo er sich mit den dortigen Stoffen verbindet und diese verbessert.

Caro J. S.

## Neue Obstbauanlagen.

**Camp.** 22. Nov. Die Grundbesitzer wenden sich in immer stärkerem Maße dem Obstbau und der Beerenzucht zu. Neben Tausenden von Aprikosen- und Süßkirschenbäumen werden neuerdings in die hochgelegenen Berghänge in größerem Maßstabe Sauerkirschen angepflanzt, die sich dort schon gut bewährt haben. An Stachelbeeren allein könnten dieses Jahr etwa 350 Hkt. zum Verkauf gebracht werden. Alles geeignete Land wird zur Obst- oder Beerenzucht ausgenutzt.

**# Aus der Mainebene.** 24. Nov. Nach dem schönen Saatensand des Wintergetrübes zu urteilen, haben sowohl Mäuse wie Schnecken nicht in dem Maße den Getreidefeldern geschadet, als früher angenommen wurde. Unsere Landwirte sind bei diesen Schädlingen zu Keime gerüstet, indem sie Gift legten und ungelöschten Kalk streuten. Wie hier, so sind sie auch gemeinsam vorgegangen zur Bekämpfung der Obstschädlinge. In den verschiedenen Gemarkungen wird nicht ein einziger Baum angetroffen, der keinen Beimpftel trägt und fast alle Bäume sind mit einem Kalkanstrich versehen. Nur ein gemeinsames Vorgehen, was diesmal durch die Verwaltungsbörde in energetischer Weise bestimmt wurde, kann in dieser Beziehung Wandel schaffen.

## Herbstversammlung im 13. landw. Bezirksvereine.

Die Herbstversammlung des 13. landw. Bezirksvereins findet am Sonntag, den 30. November d. J., nachmittags 3 Uhr, in Wiesbaden statt. (Das Versammlungsortsblatt wird in der nächsten Amtsblatt-Nr. bekannt gegeben.) Die Tagesordnung enthält folgende Punkte:

1. Geschäftliche Mitteilungen. — 2. Erstwahl des Vorstandes. (Es scheiden aus: Vorstandsmitglied v. Heimburg-Wiesbaden, R. Auf II.-Württemberg, J. Preis-Hochheim, stellv. Vorstehender, Dr. Ad. Neyer I.-Auringen, R. Heil, Bürgermeister a. D., Hochheim, Dr. Seipel-Schierstein, Stadtrat W. Kimmel-Wiesbaden, G. Dr. Görtner-Delkenheim, J. Allendorf-Weilbach.) — 3. Festsetzung des Voranschlages für das nächste Rechnungsjahr. — 4. Vortrag des Herrn Landwirtschafts-Inspectors Kaiser-Wiesbaden über: „Die Milchverarbeitung der Städte durch die Abmelchwirtschaft und Vorschläge zur Verbesserung dieser Wirtschaftsform“. — 5. Besprechung und Kritik über die Ausstellung des Herdbuchvereins in Langenschwalbach. — 6. Bericht über Verlauf und Ergebnis des diesjährigen Obstmarktes in Wiesbaden. — 7. Verschiedenes, Wünsche und Anträge der Mitglieder.

Die Mitglieder des Vereins, alle Landwirte und Freunde der Landwirtschaft werden zum Besuch der Versammlung freundlichst eingeladen.

## Weinbau.

## Die Weltweinernte im Jahre 1913.

Die englische Firma W. u. A. Gilbey veröffentlicht einen ausführlichen Bericht über die Ergebnisse der Weinernernte in allen weinbautreibenden Ländern Europas, Afrikas und Australiens. In den meisten Gebieten hatte das Wachstum des Weinstockes unter den Unbillen der Witterung zu leiden. Sowohl zur Zeit der Blüte, im Frühjahr, als auch zur Zeit der Reife herrschte im allgemeinen stürmisches Wetter, so dass die Ernte sowohl in qualitativer als auch in quantitativer Hinsicht unter dem Durchschnitt der letzten Jahrzehnte steht. Perioden abnorm günstiger Witterung im letzten Sommer hatten die Erwartung wachgerufen, dass speziell die Ernte der feineren Weinsorten ein günstigeres Bild zeigen werde, aber das regnerische Wetter, das unmittelbar vor der Reife einsetzte und das noch durch einen Einsatz von Insekten in seiner Wirkung verschärft wurde, hat diese Hoffnung zerstört. Bloß Italien hatte heuer ein außerordentlich gutes Weinjahr. Nach der amtlichen Schätzung wird der Ertrag auf 1280 Millionen Gallonen gegen 970 Millionen im Jahre 1912 und 938 Millionen im Jahre 1911 geschätzt. Italien steht mithin im heurigen Jahre hinsichtlich der Quantität an der Spitze der weinbautreibenden Länder. Auch in bezug auf die Qualität wird die italienische Ernte ziemlich befriedigend sein. Die Qualität des sizilianischen Marsalaweines wird heuer sehr gut werden.

Weit weniger befriedigt werden die Liebhaber der französischen Weine sein. Die Ernte ist heuer um ein Drittel kleiner als jene des Vorjahrs. Da der Konsum in Frankreich in stetigem Wachsen begriffen ist, so wird

dieser Aussall jedenfalls stärkere Importe zur Folge haben. Immerhin wird auch heuer die französische Ernte, wenn man nicht die Menge, sondern nur den Wert berücksichtigt, an erster Stelle stehen. Der Ertrag wird auf über eine Milliarde geschätzt. Eine entschiedene Missernte hatte die Champagne zu verzeichnen. Es wurden bloß 2,2 Millionen Gallonen geerntet gegen 5,8 Millionen im Vorjahr. Trotzdem die Qualität dieser Weine in diesem Jahre recht mittelmäßig sein dürfte, so ist doch eine Preisseigerung nicht unwahrscheinlich, da das Gesetz, das den Gebrauch des Wortes „Champagner“ nur für die Weine einer genau abgegrenzten Gegend zuläßt und namentlich die Weine des Departements Aube ausschließt, nicht ohne Einfluss auf die Preisgestaltung bleiben dürfte. Die Claret- und Burgunderweine dürften in qualitativer Hinsicht nicht voll befriedigen. An der Côte d'Or war die Witterung der Entwicklung der Reben nicht günstig, und das Rhonegebiet hatte ein schlechteres Jahr überhaupt noch nicht zu verzeichnen. Die Gegend von Cognac war vom Wettergott heuer etwas mehr begünstigt.

Auch die Freunde des Rhein- und des Moselweines werden das Jahr 1913 nicht loben. In vielen Rheingegenden wurde nur ein Viertel bis ein Drittel (und in vielen weit darunter, Ned.) eines normalen Jahres geerntet. Dem portugiesischen Portwein wird es sowohl an Gehalt als an Aroma fehlen; die Freunde des andalusischen Sherry werden dagegen im großen und ganzen zufrieden sein. Die Weinernte der österreichisch-ungarischen Monarchie ist schon früher ausführlich behandelt worden. Im allgemeinen kann wohl gesagt werden, dass das Ertragnis weder in quantitativer noch in qualitativer Hinsicht voll befriedigt hat, da aber die Ernte relativ besser war als in vielen anderen Ländern.

## Hauswirtschaft.

## Das Obst im Haushalt.

Als Nahrungs- und Erfrischungsmittel spielt das Obst im Haushalt eine sehr wichtige Rolle. Alle Hausfrauen wissen eine saftige Frucht zum Nachtisch und ein Schälchen Kompost im Winter zu schäben, doch nur wenige Frauen sind darüber belehrt worden, dass im Obst nicht nur ein Nähr- und Erfrischungsmittel, sondern auch ein nicht zu unterschätzendes Heilmittel besitzen. In dieser Hinsicht ist vor allen Dingen der Apfel von besonderem Werke, und kann aus diesem Grunde der reichliche Genuss dieser Frucht nicht genügend empfohlen werden. Der Apfel reinigt und verdünnt das Blut, übt auf die Verdauungsgänge sehr vorteilhafte Wirkung aus. Wer unter Hartlebigkeit leidet, wird durch reichlichen Apfelenzusatz in kurzer Zeit Besserung feststellen können, wer müde und ermattet ist, wird durch Apfelsaft erfrischt. Auch vor dem Schlafengehen genossen, übt der Apfel eine äußerst gesunde Wirkung aus, indem er das Blut beruhigt und den aufgeregten Geist besänftigt. Der Apfel ist besonders allen denen zu empfehlen, die schwere oder andauernde geistige Arbeit verrichten. Warmes Apfelmus wirkt sehr wohltuend und erleichternd bei Halsschmerzen und Heiserkeit. Nach dem Genuss einer größeren Mahlzeit ist es sehr empfehlenswert, durch einen guten Apfel die Verdauung anzuregen.

Viele Mütter führen Klage darüber, dass ihre Kinder keine Farbe bekommen, immer an Blutmangel leiden, und dabei ist das Mittel, dass diesem Leid bei längerer Anwendung Abhilfe verschafft, in ihrem eigenen Haushalt zu suchen und wie heißt es? — Obst. Darum ihr Hausfrauen und Mütter, spart nicht mit Obst auf dem Tisch. Für kleinere Kinder und magenschwache Personen ist gekochtes oder auch geschmortes Obst dienlicher, darf dann auch in größeren Mengen genossen werden als in rohem Zustande. Die üble Angewohnheit, das Obst ungewaschen und ungehäult zu verzehren, ist leider noch allzu sehr verbreitet. Man sollte doch bedenken, durch wieviel Hände das Obst geht, die meist am Sauberkeit recht viel zu wünschen übrig lassen. In dieser Tatsache liegt eine nicht zu unterschätzende Gefahr der Übertragung ansteckender Krankheiten. Außerdem sind die Schalen der Früchte, namentlich für schwächere Magen, direkt schädlich. Aus diesen Gründen ist ausdrücklich davor zu warnen, ungewaschenes oder ungeschältes Obst zu genießen. Die Schalen der Apfelsin wird eine sparsame Hausfrau nicht unbekümmert fortwerfen, denn dieselben liefern eine ganz vorzügliche Suppe. Die Schalen werden mit so viel Wasser, als man Suppe wünscht, etwas Zitronensaft und etwas Zimt gut ausgekocht, sodann durch ein Sieb gegossen. Man quirlt nun etwas Mehl oder Kreis mit 2 Eiern, zieht die Suppe damit ab und fügt nach Belieben Zucker hinzu. Die Schalen kann man auch

