„Schon der Name Schulz! Sophia Schulz — wie klingt das simpel gegen Sophia v. Petersdorff."

„Ja, wenn ich so oberflächlich gesinnt wäre wie du, Annemarie, und nur auf das Aeußerliche bedacht — doch warum darüber streiten? Wir werden uns ja doch nie verstehen!"

„Papa kommt!" — wie elektrisiert sprang die junge Frau auf, als sie den Vater im Vorzimmer sprechen hörte; sie öffnete die Tür, froh darüber, daß die unerquicklich gewordene Unterhaltung auf diese Weise ihr Ende fand.

„Jawohl, und noch jemand kommt — Felix Markhoff — melde mich gehorsam zur Stelle."

Der hübsche, elegante Offizier salutierte und küßte dann galanat der Mutter und Schwester die Hand.

„Ach, Seiner Majestät Schönster! Jetzt wird es Licht in unserer Finsternis," lachte die junge Frau. „Wo haben Sie meinen Herrn und Gebieter?"

„Er wird sich erlauben, seine Herrin und Gebieterin nachher abzuholen. — Nun, wie weit seid ihr mit euren Beratungen?"

„So ziemlich im Klaren. Nur wegen des Menüs wollten wir noch mit euch sprechen, um eventuelle Wünsche zu berücksichtigen."

„Ah, famos! Und was sagt Sophiechen, deren Küchengenie ja über allen Zweifel erhaben ist? Das Regiment freut sich schon auf den neuen, jungen Haushalt und beneidet Petersdorff."

„Ich sage nichts, Felix," entgegnete Sophia kurz.

Verwundert sah Felix die Schwester an.

„Sie sagt gerade genug, Felix," warf Annemarie in gehässigem Ton ein, „sie sagt nichts weniger, als der ganze Ball überflüssig sei — wegen des Kostenpunktes — wir sollen nicht einladen, wir sollen lieber sparen."

Felix ließ das Monokel aus dem Auge fallen und blickte in unangenehmem Staunen auf Sophia.

„Phia, bist du toll? Das geht doch nicht, wo ich den Kameraden schon den Mund wässerig gemacht habe — nee, das geht nicht — was denkst denn du? Sparen! Das wollen wir anderen Leuten überlassen; dieses Wort braucht nicht in unserem Lexikon zu stehen. Sparen! Das riecht schon so nach Philistertum, seit wann hat denn unser Sophiechen so spießige Ansichten?"

„Seit in der Fabrik dreißig Arbeiter entlassen sind wegen Mangels an Beschäftigung," sagte sie hart. „Nach meiner Meinung ist es da nicht angebracht, ein Ballfest zu geben, wenn die Leute heute schon vielleicht nicht wissen, wo morgen das Brot herzunehmen! Das ist meine Ansicht, Papa," wandte sie sich direkt an den Kommerzienrat.

Der zuckte ungeduldig mehrere Male die Achseln.

„Machst dir ein ganz falsches Bild. Uebrigens hab' ich es gar nicht gern, wenn Frauen sich ums Geschäft kümmern, wovon sie doch nichts verstehen, nichts verstehen," entgegnete Herr Markhoff, seine Tochter aber dabei nicht ansehend, deren groß und fest auf ihn gerichteter Blick ihm unbequem war. „Ich möchte nur wissen, wer dir solche Raupen in den Kopf gesetzt hat — Kopf gesetzt hat."

„Natürlich nur Bob," meinte Annemarie.

„Konnt' ich mir beinahe denken, beinahe denken. Der ist ja solch' Schwarzseher, hat keinen Mumm, ist so ängstlich, so ängstlich, ein bißchen Draufgängertum könnt ihm nicht schaden, nicht schaden."

(Fortsetzung folgt.)

Kumiss, Kefir, Yoghurt.

Von [Nachdruck verboten.]

Professor Dr. E. Roth (Halle a. S.).

Hatte es einmal den Anschein, als wenn der Kumiß, das heißt gegorene Stutenmilch, auch eine Rolle im westlichen Europa spielen sollte, so dürfte doch die Zeit verpaßt sein, da Kefir und neuerdings Yoghurt erfolgreich auf dem Plan erschienen sind. Und doch ist es interessant, einmal sich mit dem Kumiß zu beschäftigen, jenem eigentümlichen, von den mohammedanischen Völkerschaften des südlichen Ostrußlands von altersher aus Stutenmilch bereiteten alkoholischen Getränk, zumal wir in B. Rubinsky einen so trefflichen Führer besitzen.

Therapeutisch kommt dem Genuß von Kumiß im ersten Stadium der Schwindsucht so leicht nichts gleich, und bei vielen Darm- und Magenkrankheiten kann man lange suchen, bis man ein ähnliches Nahrungsmittel findet: nach schweren Krankheiten vermag sich der Patient aber mit nichts so rasch auf die Beine zu helfen als mit Kumiß, der nebenher noch die gute Eigenschaft entwickelt, den Appetit zu wecken und rege zu erhalten. Von allen Aerzten wird übereinstimmend bezeugt, daß die in die Steppe kommenden Kranken während einer Kumißkur viel größere Quantitäten der täglichen Nahrung aufnehmen als vor und nach der Kur.

Zur Herstellung von Kumiß müssen vor allem Tiere zu Gebote stehen, welche reichlich Milch absondern; kirgisische und baschkirische Rassen haben sich nach allen Untersuchungen als die milchergiebigsten erwiesen, deren Absonderungsprodukte, worauf es für die Bereitung von Kumiß in hohem Grade ankommt, arm an Fett, aber reich an Zucker sind. Vor dem Alter von fünf Jahren sollte keine Stutenmilch verwendet werden, mehr als dreizehn Jahre zählende Tiere soll man ausmerzen, wenigstens zur Milchentnahme. Im Stall läßt sich dieser Schlag nicht halten und ziehen, ihm muß die freie Weide zur Verfügung stehen. Die Tiere müssen sich Bewegung machen, sich tummeln können. Trockene Wiesen sind besser als feuchte Orte, was mit dem Grauwuchs in inniger Beziehung steht und dadurch einen bedeutenden Einfluß auf die Verdauung und somit die Milchproduktion ausübt.

Man melkt die Stuten etwa fünf- bis sechsmal, in Anstalten sogar sieben- bis achtmal täglich; der Durchschnittsertrag eines Tieres soll vier bis sechs Liter Milch betragen, doch soll man selbst zwölf Liter ermolken haben, freilich betrachtet man das als Ausnahme. Die Milch — so berichtet man — zeichnet sich durch angenehmes Aroma, süßen, an Mandel erinnernden Geschmack aus, reagiert alkalisch und ist bedeutend dünnflüssiger als Kuhmilch, von welcher sie sich auch chemisch bedeutend unterscheidet.

Künstlicher Lab läßt dann die Stutenmilch gerinnen. In der Steppe ersetzt einfach etwas fertiger Kumiß den Lab. Dabei wird die Masse langsam gerührt oder wenigstens bewegt; das Fertigwerden des Kumiß hängt dann hauptsächlich mit von der Witterung ab; an warmen Tagen rechnet man auf etwa 15 Stunden, bei großer Hitze ist der junge Kumiß bereits nach 12 Stunden fertig, aber noch kein eigentlicher Kumiß. Dazu muß er erst eine Gärung auf der Flanke durchmachen, die ihn in mittleren Kumiß verwandelt, wie der technische Ausdruck lautet. Andere lassen diese Gärung in offenen Gefäßen erfolgen. Dann erfolgt stets ein Kühlen auf Eis. Genaue Stundenzahlen lassen sich nur schwer angeben, da zuviel Einzelheiten dabei mitspielen. Mischungsverhältnisse und Wetter spielen eine zu große Rolle, als daß Zahlenangaben eine richtige An- und Uebersicht geben könnten, auch ist die Bereitung des Kumiß, so leicht sie an sich erscheint, doch keineswegs einfach. Einen schlechten Kumiß kann jeder herstellen, das ist allgemein bekannt, aber einen guten, aromatischen, feinschmeckenden und in seiner therapeutischen Wirkung allen Anforderungen entsprechenden Kumiß zu erzeugen, dazu gehören viele Kenntnisse, und vor allem praktische Erfahrungen. Auch die Jahreszeit spielt dabei eine nicht zu unterschätzende Rolle mit; in jenen Gegenden Rußlands schätzt man den im Herbst hergestellten Kumiß am höchsten, er ist nahrhaft, aromatisch und — alkoholreicher.

Doch nun zum Kefir, das übertragen „Wonnegetränk" bedeutet. Von diesem Trunk wissen wir etwas mehr, zumal die Kefirkörner, die zum Bereiten des Getränkes notwendig sind, überall käuflich zu haben sind und sich als bis erbsengroße gelbliche Klümpchen darstellen. Deutsch gesagt, haben wir es mit einer Hefe zu tun, die inniggemengt vier Mikroorganismen enthält. Durch die Vorgänge, welche infolge der Kefirkörnerwirkung in der Milch entstehen, ist die Zusammensetzung, Beschaffenheit, der Geschmack wie die Wirkung des Kefirs von der Milch selbst wesentlich verschieden. Der ein bis zwei Tage alte Kefir pflegt leicht abführend zu wirken, während beim dreitägigen Produkt in der Regel das Gegenteil eintritt. Von dem entweder selbst bereiteten oder fertig bezogenen Brei der stark Kohlensäure bildenden aufgeweichten Pilze übergießt man zur Herstellung des Getränkes nach den Angaben von Kobert etwa 250 Kubikzentimeter mit zwei bis drei Litern frischer Milch und läßt ihn unter häufigem Herumschütteln zwölf bis vierundzwanzig Stunden bei Zimmertemperatur stehen. Dabei wird das Ganze rahmähnlich und nimmt einen angenehmen, säuerlichen Geruch an. Nimmt man die Prozedur im kühlen Keller vor, so verlangsamt sich die Entstehung des Kefirs, und im Gärschrank hört die weitere Gärung sofort auf. Man hat es also sehr bequem in der Hand, sich jede Quantität zur beliebigen Stunde herzustellen, zumal mit jeder Erwärmung sofort der alte Prozeß seinen Fortgang nimmt.

Bei der Lungenschwindsucht stellt der Kefir ein Getränk dar, welches sehr gern genossen wird und den Kranken auf leichte und angenehme Weise reichlich Nährstoffe zuführt. Patienten, welchen die reine Milch nicht zusagt, welche die Aufnahme im gewöhnlichen Zustande ablehnen, sind oft von dem Kefir entzückt und unschwer dazu zu bringen, selbst größere Mengen dieses „Wonnetrankes" zu genießen. Aber auch bei sonstigen Schwächezuständen ist Kefir ausgezeichnet. Skrofulösen sollte man ihn empfehlen, Gichtiker tun gut, sich seiner zu bedienen, Diabetiker können ihn ohne Schaden genießen und bei allerhand Magenbeschwerden wird Kefir ausnahmslos gut verdaut und trägt somit zur Ernährung bei, die so oft daniederliegt. Die Zugabe von Plasmon oder Fleischfomatose erhöht natürlich die Wirkung noch bedeutend.

Als drittes der gegorenen Milchgetränke hat sich neuerdings der Yoghurt einen Namen gemacht, welcher im südöstlichen Europa, im Orient seit uralter Zeit bereitet, genossen und geschätzt wird. Er gilt in gleicher Weise als Genußmittel, wie als Heilmittel und Nährmittel. Aufmerksam wurde man in Westeuropa eigentlich erst dadurch, daß bei rationeller Anwendung der neuen, auf wissenschaftlicher Grundlage beruhenden Küchenmethoden die Herstellung einer kräftigen, bekömmlichen und wohlschmeckenden Kost wesentlich erleichtert und vereinfacht wird und dabei auch ökonomische Vorteile zu erzielen sind.

Die Verfeinerung der allgemeinen Lebenshaltung hat auch zu einer Entwickelung des Geschmackssinnes geführt, so daß wir an die Güte unserer täglichen Nahrung erhöhte Ansprüche stellen.

In erster Linie beurteilt man eine vorgesetzte Speise nach ihrem appetitlichen Aeußern, dem einladenden Aussehen, Duft und Geschmack, erst nach dem Grad der behaglichen Sättigung pflegt der Genießende die Nahrhaftigkeit der Gerichte zu beachten.

Je nachdem man von einer Gruppe der Nährstoffe in der Nahrung seinem Körper ein Zwiel oder Zuwenig zuführt, tritt eine Ueberernährung oder eine Unterernährung ein, welche beide die betreffende Person mit einer Minderung an Leistungsfähigkeit zu büßen hat; daneben macht sich aber auch häufig gleichzeitig eine Belastung durch Einverleibung einer teuren Nahrungsmenge, die unausgenutzt verschwendet wird, bemerkbar.

Eine zu häufige Wiederholung in gleicher Weise zubereiteter Speisen, die Einförmigkeit selbst an sich ausgezeichneter Kost, erzeugt Ueberdruß, Widerwillen und Appetitlosigkeit. Diese aber stehen einer regelrechten Ernährung entgegen, so daß auch hierdurch eine volle Verwertung der Speisen ausbleibt. Die Bereitung des Mahles erfordert daher zeitgemäß verschiedene feine Zutaten und Würzen, welche den Speisen sowohl Kraft wie Wohlgeschmack verleihen und eine vermehrte Abwechselung in die Darbietung mannigfaltiger Gerichte bringen.

Unsere Nährmittelindustrie trägt in umfassender Weise diesem Bedürfnis weiter Kreise der Bevölkerung Rechnung, indem sie Kostnahrung und Speisewürzen in Formen, welche sie als Küchen- und Tafelspezialitäten zur Anreicherung und Verfeinerung der Kost geeignet machen, herstellt und in gefälliger Aufmachung verhältnismäßig preiswert in den Handel bringt.

Eine durch natürliches Angebot einer Jahreszeit oder Gegend reich vorhandene Fülle von Nahrungsmitteln irgendeiner Art würde der menschlichen Ernährung zum größten Teil durch schnelles Verderben verloren gehen, wenn nicht die gewaltigen Summen von den in ihnen enthaltenen Nährwerten, Appetit- und Geschmacksreizen durch Konservierung erhalten und für weite Verbreitung transportfähig gemacht würden.

Schon die Ernte vieler unserer einheimischen Obstsorten und Früchte findet während kurzer Zeit in verhältnismäßig eng begrenzten Gegenden statt. Zwar läßt sich ein Versand der frischen Produkte durch die weitverzweigten und schnellen Verkehrsmittel bewerkstelligen, ein dauernder, wirtschaftlicher Gebrauch der Frischstoffe wird aber erst durch ihre Behandlung in Trockenanlagen, Konservenfabriken, Mälzereien, Zucker- und Stärkefabriken, Brennereien, Kellereien und vielen anderen industriellen Anlagen erreicht.

Das Trockenobst, die Fruchtextrakte und Fruchtsäfte, Marmeladen und Gelees, die flüssigen, fruportigen und eingetrockneten Malzauszüge, die Zuckerarten, vornehmlich Rohr- und Rübenzucker, dann auch Sirup und Karamel, ferner Weine, Bier, die Branntweine und Destillate, Essig und Essenzen, Frucht- und Blütenäther, ätherische Oele, Samenöle und Fette werden aus Pflanzen und Früchten durch technische und chemische Prozesse erhalten und sind als Speisezutaten und Würzen in der modernen Küche neben den in- und ausländischen Genußdrogen, Kräutern und Pflanzenteilen, wie Majoran, Thymian, Sellerie, Pfeffer, Zimt, Nelken usw. unentbehrlich geworden.

Auch aus tierischen Produkten gewinnt man künstlich Kraft- und Würzstoffe und verbindet diese ebenso wie die Mineralsalze, zum Beispiel Kochsalz und Phosphorsalze, mit den Pflanzenstoffen zu Gewürzkompositionen und Nährpräparaten, durch deren Zufügung die Speisen und Gerichte erst die Vorzüge besonderer Feinheit, Anregung und günstiger Nährwirkung erhalten.

Aus der großen Reihe der feinen Speisezutaten und -würzen mögen nur einige als Beispiele hervorgehoben werden. Durch den deutschen Chemiker Liebig wurden zuerst die Extraktivstoffe des Fleisches zu einer leicht löslichen, haltbaren Paste als Speisewürze eingedickt. Auch Pflanzenextrakte, Pils- und Hefenextrakte hat man zu Speisewürzen fabriziert. Die aus Würzextrakten, Salzen und Nährstoffen in bestimmten Verhältnissen zusammengestellten Nährmittel zeichnen sich dadurch aus, daß sie bei höchst einfacher Zubereitungsweise nahr- und schmackhafte Gerichte liefern. So die Suppentafeln und Suppenwürfelchen, in denen man sowohl Fleischbrühe wie Kräuter-, Gewürz-, Mehl-, Gemüse- und Fleischeinlagen genießt, und welche kaum einer feineren passenden Zutat entbehren. Der pikanten und anregenden Saucen bedient man sich je nach Geschmacksrichtung selbst für die feinsten Gerichte während der Mahlzeit. Bouillon-, Suppen- und Saucenwürfel und -kapseln werden bei der Einfachheit ihrer Aufbewahrung und Verwendungsweise in den Küchen viel gebraucht. Pergament-, Wachs-, Paraffinpapier, sowie Staniol bilden die Umhüllungen, welche die festen, trockenen Nähr- und Gewürzpräparate vor äußeren Einflüssen schützen. Die kremeartigen Fleisch-, Fisch-, Krebs- und Pflanzenextrakte, eiweiß- und fetthaltigen Pasten, sowie feine Gewürzpfefferlein und dergleichen werden vorteilhaft auch in irdenen Tiegeln mit Schraubenverschluß, zur beliebigen Entnahme kleiner Quantitäten ohne Gefährdung der Gesamtmenge durch Infizierung, geliefert. —osb.—

Feine Speisezutaten und Würzen.

Die Lehre von den Nahrungs- und Genußmitteln und ihrer Bedeutung für die menschliche Ernährung ist volkstümlich geworden, und selbst Hausfrauen, welche nach überkommener, altbewährter Weise kochen und wirtschaften, können sich auf die Dauer der Erkenntnis nicht verschließen, daß bei rationeller Anwendung der neuen, auf wissenschaftlicher Grundlage beruhenden Küchenmethoden die Herstellung einer kräftigen, bekömmlichen und wohlschmeckenden Kost wesentlich erleichtert und vereinfacht wird und dabei auch ökonomische Vorteile zu erzielen sind.