

MATI IN GOSPODINJA

LETO 1932

16. MARCA

ŠTEV. 5

Trma

Nemški ljudski učitelj Anton Heinen pripoveduje v svoji knjigi »Življenjsko ogledalo« to-le smešno zgodbico: Dober, priden zakonski mož, ki je vselej svoje dolžnosti do družine zvesto izpolnjeval, je šel na veselico. In ker se je veselica vršila res veselo, je postal tudi on vesel in zabaven in dobre volje čez mero, celo več, kakor je mogel prenesti. Ob dveh ponoči je prilomastil domov in sicer v takem stanju, ki ga je le to oprostalo, da se je to zgodilo prvič. Njegova žena ga je kaznovala s tem, da tri dni ni spregovorila z njim niti besedice.

O tem je zvedel njegov lahkomišelni sosed in je na ves glas potožil: »O srečni človek! Če bi imel tudi jaz tako ženo, ki bi vsaj enkrat tri dni molčala!« Njegova žena ga je namreč kaznovala na drugačen način: pridigala mu je dan in noč, da je imel polno glavo in bi se ga bila kmalu tudi drugače lotila, če bi se bil na hujši način pregrešil. Ta žena je bila namreč jezna, ona pa trmasta.

Trma in jeza sta v bližnjem sorodstvu med seboj. Zgodi se, da postane nekdo jezen v tistem slučaju, ko je drugi trmast. Lahko bi tudi rekli: trma je jeza brez moči, jeza slabosti.

Naše čitateljice bodo gotovo rekle: »Torej naj bi bila žena onega pijanega moža morebiti še na vsó moč prijazna? Ali morebiti ni prav pošteno zaslužil svoje lekcije? Saj mu je hotela ravno to prav pošteno razložiti na ta ali oni način, da ni ravnal prav, ko je prišel v takem stanju domov.«

In res imajo čisto prav. Prav golovo ima žena pravico, biti žalostna nad takim možem; pokazati mu, da se je zelo pregrešil zoper njo in zoper otroke. Tudi je imela pravico, da bi ga drugi dan, ko je prišel k sebi, takole poučila: »Ljubi moj mož, danes se pa moraš pred menoj in ljubim Bogom sramovati, da si bil včeraj tako lahkomišeln. Saj morava vendar predvsem misliti na najine otroke, da jima ne dajeva slabih zgledov. — Toda tri dni nobene besedice spregovoriti — to pa ni bilo pametno. S tem je mati sama zopet dala otrokom slab zgled. In če bi bil mož sam pri sebi mislil: »No, če je pa tako, pa lahko spel grem. Te bom pa tudi jaz s svoje strani navadil.« Pa bi bil potem vnovič prišel pijan domov in vse drugo. Kaj pa potem? Potem bi imela žena dušo svojega moža, prav na svoji vesti: lahko bi se zgodilo, da bi bila uničila vso družinsko srečo.

Ne vem sicer, če je bil mož toliko viteški, da se je pri svoji ženi opravičil: »Ljuba žena, včeraj sem se spezabil; razžalil sem te, srani me je — kajti za to je treba že precejšnjega viteštva in veliko mero samovzgoje in samopremage. Če bi bil pa mož to storil, bi bila pa morebiti trma njegove žene še večja. To pa vem: mož je napravil prav tako, kakor da ne bi ničesar opazil o trmi svoje žene. Vse tri dni je tudi on molčal. In to že tudi nekaj pomeči.

Nasprotno pa bi bilo tudi od moža precej nespameto, če bi bil hotel ženo

takoj spraviti z lepimi obljubami, na pr. z novo obleko ali kaj podobnega. Prava pot pri tem bi bila edino ta, da bi imel pogum, če se je že zmotil, tudi svojo zmoto priznati, s tem bi bil trmo svoje žene gotovo zlomil. Če pa se je zgodilo,

da je moral tri dni molčati, je imel v treh dneh časa dovolj, da je sam spoznal svojo zmoto. To ga je potem tudi okrepilo in po preteku treh dni sta se prav gotovo zopet sporazumela.

O jajcu

Jajce tehta povprečno 55 g (40 do 60 g) in sestoji iz jajčne lupine, kože ali mrenice, beljaka ter rumenjaka, ki je zopet obdan od rumenjakeve kože.

Rumenjak sestoji povečini iz beljakovine, maščobe in vsebuje tudi lecitin. Poleg tega ima še nekaj vode, dušika prostih redilnih snovi, soli in vitamine.

Beljak je nekoliko rumenkasta, gosto tekoča snov, ki daje pri gnitju smrdeče pline; zato ima pokvarjeno jajce neprijeten duh. V beljaku je precej vode, beljakovina, maščoba in soli.

Jajčna mrenica pod lupino je iz rožene snovi (keratin).

Lupina pa sestoji iz ogljikovikislega apna (apnenec) in je luknjičasta.

Jajca se lahko pokvarijo, ker pridejo vanje bakterije in povzročajo razkroj. Za zunaj umazana jajca je priporočljivo, da jih kar najhitreje očistimo, ker se sicer taka jajca prav rada pokvarijo in se tudi rada navzamejo zunanjega duha. Paziti je treba tudi na to, da je material, v katerega zavijamo jajca pri shranjevanju ali razpošiljanju, brez vsakega neprijetnega duha.

Če se hočemo prepričati ali je jajce sveže ali ne, ga preizkusimo takole: Jajce vzamemo z ostrim koncem proti svetlobi v cevasto zaprto roko in gledamo skozenj. Čim jačja je svetloba (solnce, električna žarnica) tem bolje. Sveža jajca se nam vidijo popolnoma svetla in prosojna, slaba pa motna in temna. Jajca, ki so se že začela razkrajati, imajo madeže (pege) ob robu ali v notranjosti. Podložena (valjena) jajca imajo ostro omejen madež v rumenjaku. Klopotci nimajo izrazitih madežev, pač pa močno senco, ki zgine pri dvakratnem obračanju jajca.

Med lupino in jajčno mrežo na tistem iaičnem koncu se nabere kmalu po

ohlajenju izleženega jajca zračni prostor, ker oddaja jajce vodo — se suši. Čim starejša je jajca, tem lažje postaja. Zato ga lahko preskusimo če je sveže ali ne tudi s tem, da ga denemo v raztopino kuhinjske soli v vodi (100 g soli na 1 l vode). Sveža jajca se potope v tej raztopini kuhinjske soli in tam obleže na dnu. Čim starejša pa je jajca, tem bolj se premika, postavlja pokonci, plava v tekočini, pa tudi na njej ako je gnilo.

To pa poskusimo lahko še bolj natančno, če si pripravimo 11% raztopino kuhinjske soli (t. j. 55 g soli v pol litra vode) in 8% raztopino kuhinjske soli (t. j. 40 g kuh. soli v pol litra vode). Jajce, ki pade v 11% raztopini na dno, je gotovo sveže. Jajce, ki plava v 11% raztopini, a pade na dno v 8% raztopini, je staro, a še ni pokvarjeno. Jajce, ki plava v 8% raztopini je staro, pokvarjeno in neužitno.

Če sveža jajca ubijemo, vidimo, da ima bele notranje stene in svež duh. Beljak je svetel, čist, bister in sluzast. Rumenjak se ne meša z beljakom, ampak se lepo odloča. Pokvarjena jajca pa imajo neokusen, zatohel, slamnati duh ali pa celo po gnilobi. Beljak je često belkasto moten in se preliva z rumenjacom.

Če hočemo imeti jajca delj časa, jih je treba shraniti (konservirati). Taka pa so veliko manj vredna in zaradi tega tudi niso priporočljiva. Jajca shranjujejo v ohlajenih prostorih, ledenicah, jih vlagajo v apneno mleko, v vodotopno steklo, v pepel itd. Dalje jih tudi prevlečejo z voskom ali parafinom, da tako zapro luknjice lupine. Za kratek čas jih shranimo s pomočjo vrele vode.

Najboljše je, če jajca uporabimo ali pa prodamo čimprej, to je popolnoma sveža. Kadar jih imamo doma malo časa,

jih je treba shranjevati v za to narejenim stojalnih in pogostokrat obračati. Rumenjak je namreč težji kot beljak. Če ostane torej jajce delj časa v enaki, nespremenjeni legi, pada rumenjak polagoma navzdol do lupine. Ker je ta luknjičava, propušča bakterije v notranjost. Beljak pa je vsled svoje zateglosti in trdnosti bolj zavarovan kot pa rumenjak, ki nudi bakterijam obilo hrane in je tudi proti zraknim vplivom občutljivejši. Prepričati moramo torej, da se rumenjak ne pogreznemo globoko – in sicer z obračanjem jajc. Dobe se pa za kratko ohranjanje jajc posebne omare, v katerih zamoremo v nekaj sekundah obrniti 100 ali še več jajc in sicer čisto enakomerno.

jajca shranimo s segrevanjem v vreli vodi takole: Zložimo jih v sito, cednik ali kako mrežo, držimo to pet sekund v vreli vodi, jih vzamemo ven, polijemo z mrzlo vodo, do suhega zberemo in spravimo na hladen prostor. Pri tem se je strdila tenka plast beljakovine, zamašila luknjice lupine in neprodušno zaprlo jajčno vsebino.

Če so nam jajca zmrznila, tedaj jih pustimo lepo pri miru, le obrnemo jih tako, da beljak ne more iztekati. Navadno je počena samo lupina; kožica pa je samo napeta, drugače pa cela. Če jih rabimo sirova, jih zložimo za 1 uro v mrzlo vodo, sicer jih pa kuhamo ravno tako kakor druga. S. H.

Ne odtegujmo deci mleka!

Splošna gospodarska kriza ne prizanaša niti našemu malemu mlekarstvu. Ko so odpovedale vse kmetijske panoge, je želja mnogih, naj bi mleko nadomestilo vir dohodkov v gospodarstvu.

Pred vojno je bilo to mogoče, ker smo imeli največje odjemalce mleka v Trstu in Reki. Po vojni pa smo ostali na enkrat osamljeni in moramo računati s stanjem kakršno je danes. Zato pa ne kaže oživljati ali celo ustanavljati nove mlekarne tam, kjer ni mnogo mleka in kjer ni trga. Sedaj se morajo boriti s težkočami za obstoj celo starejše do sedaj dobro stoječe mlekarne. Zaloge sira kakor tudi masla se kupičijo, na nasprotni strani pa je konzum prav malenkosten. S pocenitvijo mesa je resno zadeta produkcija mlečnih izdelkov. Na izvoz mlečnih izdelkov preko meje pa ni misliti, ker so tudi inozemski trgi založeni s prav dobrim in cenim blagom.

V tej krizi nam preostane še rešitev. Povečati je treba konzum mleka. To pa ne samo v mestih ampak tudi na deželi. V mestih bi lahko mnogo kave, čaja in druge umetne brozge zamenjali z mlekom. Marsikateri luksuz bi lahko omejili, pa bi imela deca dovolj mleka. Pri ubogih pa naj upeljejo mesto podpor vsaj delno kar te za mleko

Z dežele prihaja glas o tako zvani mlečni nadprodukciji. V gotovih krajih se je količina mleka v kratkem času skoro podvojila. Ali smo mogoče res v enem letu izboljšati mlečnost naše živine? Ali je bila mogoče lanska letina krme tako dobra? Niti eno niti drugo ni res! Denarja primanjkuje, in tako gre poslednja kaplja mleka v mlekarino. Kako je prizadeta pri takem ravnanju zlasti deca, vedo tisti, ki slišijo tarnanje teh siromačkov, ki pijejo mesto mleka čaj s saharinom. Vzporedno z deco je prizadeta seveda tudi živinoreja, ker teleta prehitro odstavljajo. Je to prav žalostna pot, ki bo imela slabe posledice za splošno gospodarstvo.

Ne ustvarjajmo torej brez potrebe mlekarstvo krizo, saj je produkcija mleka v naši državi tako malenkostna, da ne bi imeli vsi prebivalci niti mleka za zajutrek. Prvo zadostimo domači potrebi in šele odvišno mleko oddajmo v mlekarino.

ga Črno blago postane kakor novo, če ga opereš v izkuhi divjega kostanja, ali v izkuhi smrekovih vršičev. Tudi pranje z razredčenim kisom naredi lepo blago. Barvo poživijo, če namočijo izplaknjeno blago v litru vode, v katerem je raztopljena žlica soli, žlica boraksa in $\frac{1}{4}$ l kisa. Suši v senci.

Koristne malenkosti

1. V hudem mrazu je sušenje perila na prostem dokaj neprijetno, ker rado zebe v roke. Če pridenemo zadnji vodi, v kateri perilo splakujemo, nekaj soli (eno pest na eno vedrico), potem perilo ne pritrzne na vrh, kamor ga obesimo. Roke pa si je dobro umiti v kisu in jih osušiti, ker potem ne zebe v roke, ko perilo obesimo. Da ostanejo prsti toplejši, pomaga nekoliko, če kleščice za prtrjevanje perila na vrvi, malo pogrejemo v pečici.

2. Perilo, ki smo ga pri likanju malo posmodili, popravimo, ako ga zdrgnemo s citrono in izpostavimo solncu.

3. Pri pranju barvastega blaga se ne zlivajo barve, če denemo v prvo vodo, v kateri peremo, 1 žlico zmletega popra.

4. Vodo v kateri se je kuhal olupljen krompir, dobro porabimo za pranje svilenega blaga. Stara črna svila, ki se grdo sveti, postane kakor nova, če jo operemo v krompirjevi vodi.

5. Pri šivanju se nit rada zvija in vozlja, zaradi česar pogosto ne moremo z delom hitro naprej. Če pa naredimo vozle na tistem koncu niti, ki smo ga imeli prvega v roki, ko smo začeli odvijati klobčič ali vretence, tedaj se nit ne mota in ne vozlja.

6. Če so nam po neprevidnosti čopiči od oljnatih barv postali trdi, jih po več dni namakajmo v bencinu in končno spirajmo v terpentinu. Trde čopiče in ščetke omehčamo tudi, če jih denemo v vrelo lug ter operemo. Pravilno pa jih shranjujemo vedno v posodi polni vode ter po potrebi vodo dolivamo, da je čopič vedno pokrit. Preden pa jih vtaknemo v vodo, jih čisto operemo v terpentinu.

7. Emajlirane kopalne kadi in školjke pri vodovodu osnažimo s krpo, ki jo namočimo v terpentinu. Emajl postane kakor nov.

S. H.

Izpr. trž. nadzornik Hugon Turk:

Kakovost mesa po telesnih delih

Vrednost mesa se prav zelo razlikuje po telesnih delih živali in sicer tako pri različnih živalskih vrstah, kakor tudi pri vsaki posamezni živali. Vobče je meso v zadnjem in zgornjem delu telesa boljše nego v sprednjem in spodnjem delu.

Pri odrasli govedu prištevamo po kakovosti mesa k

I. vrsti (kvaliteti): 1. ledveno mišico ali pečenko (imenovano tudi »pljučna pečenka«, riba, beefsteak (izgovori bifstek) ali filet, to je meso velike mišice v notranjosti ledja in medenice; 2. roast-beef (izgovori rostbif) ali rumpsteak (izgovori rumstek), to so mišice ob obeh straneh hrbtnih vreten (hrbta); 3. bržole (Rostbraten, Ried) ob vretencih pod plečeti; 4. meso v križu ali križ (Tafelspitz), torej mišice telesnega križa; 5. »šimbas«, mišice pred telesnim križem; 6. stegno zadnjih nog z »ribico« (beli šerclj) ob robu stegna in »kroglo« v notranjščini stegna; 7. goveji jezik; 8. srednja reberca.

II. vrsti: 1. plečeta z raznimi skupnimi mišicami plečne kosti lopatice; 2. velika rebra (»palisade«); 3. gornji debel del repa (volovski rep — Ochsen-schlepp); 4. mesnati del trebušne prepone (branice) — Kronenfleisch.

III. vrsti: 1. zareberje (za rebrami in nad hlamom pod lakotnico (Kaiserspitz); 2. prsni kos (sprednja prsa s trdo mastjo ob prsni kosti); 3. srednja pržolica od prsnege kosa navzad pod rebrami; 4. gornji deli trebušnih mišic ali zareberaa pečenka.

IV. vrsti: 1. spodnji deli trebušnih mišic — hlam ali flam; 2. meso ob hrstancu prsne kosti (»Kruspelspitz«); 3. mišice glave in vrata (»vratni greben« — Rindskamm); 4. bočnik ob spodnjih delih sprednjih in zadnjih nog; 5. sprednje in zadnje »krače« ali meča, nad in ob sprednjih in zadnjih nogah.

Obraitana je posebej še mišica srca

ali srce; uživajo pa se tudi goveja jetra, ledvice, vranica, pljuča in možgani.

Telečje meso je lahko prebavljivo, dasi se težje zveči, vsebuje tudi več limastih (klejastih) snovi, kot poznejša govedina, posebno veliko lima (kleja) imajo telečji hrustanci in kosti, zato se rabijo za napravo žolice, aspika in galert. Meso čisto mladih telet je bledordeče do sivordeče, starejših pa bolj temnordeče. Teleta, ka so se dalj časa hranila z mlekom imajo bolj belkasto meso. Čim mlajše je tele, tembolj vodeno je meso, zato je prepovedano klati teleta pod štiri tedni starosti.

Vrste telečjega mesa so ne glede na njihovo kakovost sledeče: 1. glava z možgani in jezičkom; 2. vrat s priželjcem; 3. vratni greben («roža», «karre»); 4. reberca ali koteleti; 5. obistni kos ali obistna pečenka; 6. sklepna pečenka ali file (nadaljevanje obistne pečenke); 7. pleče ali plečna pečenka; 8. prsni kos; 9. zareberje; 10. stegno («šlegelje»); 11. krače («Stelzen») in 12. noge.

Pri prašiču delimo meso po kakovosti sledeče:

I. vrsta: 1. stegno ali gnjat; 2. hrbet,

zarebernica, koteleti, karbonade; 3. pljučna ali deviška pečenka.

II. vrsta: 1. plečeta; 2. vratni greben (šin, šink); 3. prsni kos ali «cesarsko meso».

III. vrsta: 1. prsa; 2. reberca; 3. trebušni deli mesa.

IV. vrsta: vse drugo meso ter krače in parkelji.

Slanina ali špeh je tolsča v debelih plasteh na hrbtu in ob prsih opitanih prašičev domačih in posebno sremsko-vojvodinskih.

Ovčje meso delijo po kakovosti:

I. vrsta: 1. stegno, 2. hrbet.

II. vrsta: pleče.

III. vrsta: 1. vrat; 2. prsa; 3. zareberje (koteleti, bržole, karbonadi).

IV. vrsta: vse drugo.

Ovčje meso je navadno precej mastno in ima nekaki lojev okus, katerega mnogo ljudi ne obraja. Najmanj masti ima stegno (šlegel, Keule), zato se prišteva k I. vrsti. Najboljše meso je od skoplenjcev ali kostrunov med 2. in 4. letom starosti, posebno če so se pasli in opitali na gorskih (alpskih) pašnikih. Zato tudi tako slove «tržiške bržole».

R a z n o

g Naprava stanovitnega sadjevca. Kmetijska družba je izdala novo «Gospodarsko navodilo» pod tem naslovom, ki obsega 34 strani. V njem se obravnava na kratko naprava sadjevca, poljudno in lahkoumljivo, tako da se zamore v kratkem času vsakdo poučiti o tem važnem načinu uporabe sadja za dom. Navodilo je namenjeno predvsem praktičnim sadjarjem, ki imajo veliko posla z napravo domače pijače za dom. Proti vpošiljavi 5 Din v znamkah, ga Kmetijska družba vsakomur dopošlje.

ga Stara koruza škoduje kuram, posebno če je plesniva. Kokoš pogine, če ji ne pomagaš, da gre koruza iz golše. Treba da ji vliješ kapljo olja in zabašješ stroček česna.

ga V desetih stotih kurjega gnoja je 16½ kg dušca, 15½ kg fosforne kisline,

8½ kg kalija in 24 kg apna. V enaki množini sračjega gnoja je 10 kg dušca, 14 kg fosforne kisline, 17 kg apna in 6 kg kalija. V gosjem gnoju je 5½ kg dušca, fosforne kisline 5½ kg, kalija ½ kg, 8 kg apna. Golobji gnoj je ravno toliko vreden kakor kravji. Konjski gnoj ima v desetih meterskih stotih 5½ kg dušca, fosforne kisline 2½ kg, kalija 5½ kg, apna 2 kg. Goveji gnoj ima v isti množini 3½ kg dušca, fosforne kisline 1½ kg, kalija 4 kg, apna 3 kg. Svinjski gnoj 4½ kg dušca, 2 kg fosforne kisline, 6 kg kalija, ¾ kg apna.

ga Nogavice stanejo zdaj skoraj več kakor vsa druga obleka, kajti tenko blago, ki ga nosijo zdaj, je tako za nič, da ni redek slučaj, da se raztrgajo prvi dan. Je mnogo deklet, ki si kupijo vsak teden par novih nogavic in vržejo stare proč,

ker ne morejo pri sedanji modi čevljev nositi zakrpanih nogavic. To znese na leto lep denar. Treba je, da se nova nogavica podloži pod peto in prsti, ali vsaj prešije z enako nitko. Iz starih nogavic enake barve se vdélajo lepo stopala ... samo podplati. Čevlji, ki je prevelik, trga nogavice. Pazi na podlogo v čevljih in na čebličke. Zametasta ali pliševa podloga v peti in na podplatu varuje škode. Predolgi nohti, kurje oko, otiski in trdi žulji so tudi trgači nogavic.

ga Pecivo se pokvari, če ni kvasni prašek dober. Slab prašek diši po amonijaku in se sprijemlje v kepice.

ga Čim bolj mastno je meso, tem bolj je redilno in tem ceneje pride. Mastno goveje meso ima 16.9% beljakovine, 27.2 tolsče in 327 kalorij; pusta govedina pa 0.6 beljakovine, 1.5 tolsče in samo 98 kalorij. (Kalorija je redilna stopnja.)

ga Mesna juha je povsod v veliki in preveliki časti in je marsikomu glavni del obeda. To pa ni hrana za delovnega človeka, posebno če je juha bolj podobna vodi. Za dobro mesno juho je treba najmanj $\frac{1}{4}$ kg govejega mesa na osebo in toliko kurenine ali telečjih kosti. Marsikje pa kuhajo po $\frac{1}{4}$ kg govedine za 4—6 oseb ... Dr. Sonderegger piše: Mesna juha dela apetit pa ne redi, močno pusta mesna juha je postna jed ob kateri izgubiš vso moč. V 100 delih goveje pečenke je 33.7 beljakovine, 2.5 tolsče, kar da 151 kalorij; v kuhani govedini 35.0 beljakovine, 2.8 tolsče, kar da 176 kalorij; krvavica ima 9.3 beljakovine, 8.3 tolsče, kar da 170 kalorij; domači zajec 20.77 beljakovine, 9.37 tolsče, kalorij 191; mesna juha 0.35 beljakovine, 0.3 tolsče, kalorij 4.

ga Suh špargelj, ki se je namakal vso noč v vodi, zarumeni in nima dobrega okusa. Bolje je, da ga namakaš samo eno uro, oviješ potem z mokro cunjo in spraviš na hladnem. Za pošiljatev izkoplji špargelj proti večeru, ko se je ohladil, pa ga zavij v mokro cunjo in daj tako v košku na pošto.

ga Pri mlži si ne moreš nikdar dovolj skrbno umiti rok. Mleko je velik prenašalec bolezni. Ob času svetovne morije so oboleli v neki zagrebški družini za legarjem. Odkod je prišlo okuženje?

Mleko je prinašala kmetica iz okolice. Njen mož je bil kot vojak dodeljen bolnišnici za legar. Prišel je domov in je pomolzel krave. Mleko je tudi zelo občutljivo za vsak duh. Če ga denes poleg čečebule, bo dišalo po čebuli; če je hlev nemaren, diši mleko po gnoju; če ni posoda dobro umita, diši po posodi. V neki graščini je imelo nakrat kljub vsej snagi mleko duh po mrhovini. Mlekar je izpraševal pastirja in prišel na to, da je pasel pastir krave po kraju, kjer je bila zakopana mrhovina. Poleti je navadno po mestih več slučajev griže pri otrocih. Krivo je, pravimo, nezrelo sadje. Pa je mnogokrat krivo mleko. Po manjših stanovanjih ni nobene shrambe, mleko se pari na oknu, solncu ali v kakem kotu. Da ni treba kuriti, daje gospodinja neprevrelo mleko — in griža je tu. Mleko, ki nima pravega prostora, je treba vselej prevreti pred uporabo. Seveda je mleko potem manj redilno.

ga Ušivo kokoš okoplji v pelinovi izkuhi. Kurnik pobeli vsako pomlad in ga večkrat snaži.

ga Sir ima v sebi mnogo redilnih snovi, tako 52% beljakovine, 25% maščobe poleg drugih soli in snovi. Malo dobrega sira po kosilu, kakor je navada na Francoskem in je bilo v navadi tudi po Slovenskem in je še na jugu naše države, kjer je sir zelo uvaževano živilo, pospeši prebavo. Trd, pust, jedko dišeč in črviv sir, ki se vleče, se je prevrgel iz živila v strup.

ga Grahamovemu kruhu pripisujejo velik vpliv na prebavo in veliko redilno vrednost. Dr. Derblich pravi v svojih »Zdravstvenih nasvetih«, da obstoji ta dobrota Grahamovega kruha samo v domišljiji »prirodovcev«.

ga V času živinske bolezni so dajali nekdanj živini na kratko zrezano seno in kuhano repo, kar je obvarovalo živino bolezni. Hleve so prekadili z brinjem.

ga Jančevo meso je najbolje od majnika do septembra, kostrunje od junija do decembra.

ga Meso izgubi pri kuhanju do 20% svojih redilnih snovi, ki se razproste v juhi.

3a:na:še:ma:le

Marec

Sveti Gregor lep in jasen,
sad na vrtu zdrav in krasen.

Ako gosta
rosa pada
zraste sušcu
mehka brada:
zraste trati
trava mlada.

Suščev cvet:
aprilov led;
majev cvet:
čebelin med

Leo Tolstoj:

Kdo je iznašel žganje

Reven kmet je šel zjutraj delat na polje. Za malico je imel s seboj samo kos suhega kruha. Skril ga je skrbno v grmovje, prijel za plug in pognal konjiča z veseljem: hi!

Čez dve uri sta bila kmet in konj utrujena in sta se oddahnila od trdega dela. Konj se je smel po travniku pasti, kmet pa se je zleknil med grmovje. Segel je po svojem kruhu, pa ga ni več našel. Med tem, ko je kmet oral, je hodil tam okrog mlad hudobec. On je vzel kruh, skril se za grm in čakal, kako se bo kmet jezil, on pa veselil. Toda kmet je rekel udano: »Ga je pač kdo vzel, ki je bil lačen.« Lahkega srca in lahkega želodca je potem delo nadaljeval.

Hudobec ni prišel na svoj račun. Šel je k svojemu mojstru Satanu in mu sporočil, da pri tem kmetu ni imel sreče: »Lenuh!« je zagrmel v ubogega hudobca Satan, »tri leta ti dam časa, toda potem mora biti kmet moj.«

Hudobec se je prestrašil. Ugibal in premišljal je, kako bi pridobil zadovoljnega kmeta Satanu. Končno je prišel na pravo misel. Oblekel se je v kmečko obleko in stopil pri kmetu v službo kot hlapec. Ker je kazalo, da bo tisto leto na po-

lju suša, je svetoval kmetu, naj poseje rž na močvirno njivo. Vsepovsod se je setev posušila, samo kmet in njegov hlapec sta obilo žela, da je bil skedenj premajhen za vse snopje. »Škoda, da imamo toliko kruha,« je rekel kmet, »vse življenje ga ne bomo pojedli.« Tedaj se je peklenški hudobec zarežal in je rekel: »Če ga ne boš mogel pojesti, ga boš pa spil. Na ta način se boš že znebil žita in boš še vesel pri tem in jaz tudi!« Te zadnje besede je pa izrekel tiho in se pogladil po krempljih. Potem je naučil kmeta, kako se dela žganje. Kmet je žgal žganje iz žita in peklenški hlapec mu je pri tem pomagal z velikim veseljem. Kmet je pokušil pijačo. In potem jo je pokušal zopet in zopet ter pil in pil. Zviti hudobec se je vesel zglašil pri Satanu in sporočil: »Kmet je tvoj, že pije!«

Mojster Satan se je hotel sam prepričati. Hudobec ga je popeljal v kmetovo hišo. Tam je sedel mož s svojim sosedom ob steklenici žganja in sta zvrčala kozarec za kozarcem. Kmetova žena je pa nalivala. Ko je polila s tresočo se roko nekaj žganja ob steklenici, je kmet vzrožil in zakričal: »Zanikarno bitje ti, tak pazi vendar, če ne, te naučim!« Satan se je ves vesel nasmehnil. Tedaj je potrkal na vrata prosjak in prosil za kosček kruha. »Jaz ne morem pitati vseh stradačev,« je zagrmel kmet in zaloputnil beraču vrata pred nosom. Satan si je od veselja mel roke.

Kmeta sta pila dalje. Bahala sta se s svojimi posestvi in se ponašala s svojo modrostjo. Hudobec je zašepetal svojemu mojstru: »Pazi, zdaj sta lisjaka, kmalu pa bosta volka.« In res! Od bahanja sta prešla na izzivanje. Sosed se je grozno raztogotil in je prisolil svojemu prijatelju zaušnico. Satan od veselja ni vedel, kaj bi počel. Hudobec pa se je zahehetal: »Le čakaj, kmalu bosta volka postala prasca!«

Da se zahvali za zaušnico, vrže kmet steklenico gostu v glavo. Ta zbeži. Kmet za njim. Sosed pade. Kmet se spotakne obenj. Oba se valjata po blatu in oble-

žita. Satan potrepja hudobca po rami in pravi: »Ti si pa tič, povej mi, ali je zvaril to pijačo iz lisičje, volčje in prešičje krvi?« — »O ne,« se zvit namuzne hudobec, »to pijačo si je zvaril človek iz svojega vsadanega kruha. Lisičja, volčja in prešičja kri ni v pijači, ampak v človeku. Človek se premaguje, tedaj je silen; če se pa opije z mojim žganjem, premagovanja ni zmožen in v njem se zbujе zver: Pusti, naj ljudje pije in najina žetev bo velika.«

Satan ves radosten objame hudobca. Potem skliče ves svoj zbor. Pred zbranimi tovariši obesi svojemu zvestemu služabniku najvišji red na prsi in pravi: »Od vseh vas vragov je žganjarski hudič moj najboljši hlapec. Posnemajte ga!« Od tedaj hodi žganjarski hudič s svojo steklenico zmagoslavno po svetu in za njim hodi z velikim uspehom vse peklo.

Kdo je moj bližnji?

Mati pogleda na uro. Šest je. In oče pride šele ob pol osmih! Ali naj čaka tako dolgo? Nikakor, kaj se vse lahko zgodi v eni uri! Ali naj gre spet sosedo prosit, da stopi v lekarno? Toda sosedu ima zdaj doma dovolj posla. Mož bo prišel k večerji. Ali naj pokliče otroka z dvorišča in ga pošlje v lekarno? Ah ne, saj vemo, kako je z otroki. Sama pojde! Sosedo pa poprosi, da malo popazi na Dorico.

Potem odbrzi. Da bi ne bila lekarna tako daleč! Od Skladiščne ulice do Velikega trga je pol ure. Ali naj se pelje s tramvajem? Toda preden pride do postajališča, bo voz odpeljal... Mati steče dalje. Morda dobi prihodnji voz? Res pride, toda je poln ljudstva.

Končno mati le pride do lekarne. Lekarnar vzame njen listek. »Čez dvajset minut bo narejeno«, pravi. »Ali boste počakali?« Mati počaka. Čakajo pa še drugi ljudje. Sede na klopi, listajo po knjigah in bere zgodbe. Mati pa nima miru. Ne more sedeti. Gleda skozi okno in spet hodi po sobi. Vidi, kako je vzel lekarnar belo posodo iz omare, sliši, kako drobi v možnarju. Ali bo to za Dorico? Ne, le še in še pokliče drugo ime in vedno

stopajo drugi ljudje k mizi, da vzamejo svoje zdravilo in odidejo.

Naposled vendarle: »Otrok Novak Petindvajset dinarjev, prosim,« de lekarnar. Mati odpre svojo torbico in strese denar v roko. Steje dinarje in pare: petnajst dinarjev petdeset par je vse, kar ima. »Petindvajset dinarjev stane,« ponovi lekarnar. Mati zardi in tiho reče: »Nimam toliko. Ali vam smem ostanele jutri prinesiti?«

Ljudje se spogledajo. Mater je sram.

»Ne, gospa Novak, na upanje ne morem dati,« pravi lekarnar. »Ali vam ni mogoče steči brzo domov in prinesiti še ostanek?« Pa vzame zdravilo in ji porine denar nazaj.

»Pot je predolga, gospod lekarnar,« pravi mati. »Prosim dajte mi zdravilo, da se mi otrok ne zažudi.« In potem zajoka.

Lekarnar pomišlja, kaj naj stori.

Pa vstane delavec s klopi. Stopi k mizi pa odšteje lekarnarju devet dinarjev petdeset: »Tako! Zdaj dajte gospe zdravilo!«

Gospa Novak pogleda v moža. Ne pozna ga. Stisne mu roko in reče: »Bog povrni!«

Čez pol ure sedi ob postelji in da Dorici zdravilo. Ko pride drugo jutro zdravnik, pravi: »Vročica ponehava. — Otrok je rešen!«

Kaj meniš, kdo je rešil malo Dorico?

Kaj moraš vedeti?

3. Kaj je bilion?

(Miliyon milijonov) (1 in 12 ničel)

4. Kako globoko bi bilo morje, ko bi bilo dno čisto ravno?

(2500 metrov)

5. Koliko zraste noht v 10 dneh?

(1 milimeter.)

6. Koliko časa je prespal 50 letni človek?

(Približno 17 let)

7. Kateremu iglastemu drevju pozimi igle odpadejo?

(Macesnu.)

8. Kako je bilo ime Noetovim sinovom?

(Sem, Kam in Jafet.)