

Materinstvo

Sodobne matere in hčere

Velikanske izpremembe, ki so jih prinesli izumi in odkritja tehnike in vseh praktičnih ved, pa tudi nova dognanja teoretskih mislecev so prekrucnili ali vsaj že močno omajali vse mejnike, o katerih so domnevali še naši dedi in starši, da so postavljeni za večnost. Prišli smo v takem pogledu že tako daleč, da zmerom bolj uvidevamo, da ni na svetu nič stalnega in da je stalna le še trajno tekoča, kakor silna reka deroča izpremena. Tudi vezi zakona in obiteljskega življenja so se zrahljale in razklenile, ker narasla kultura izpreminja tudi vsa socialna stvarstva človeštva po načelih višje svobode, resnične individualnosti in samoodločbe.

Nič več ni zakon prostovoljno sprejeta sužnjost, nič več ni žena možu last brez lastne misli in volje, brez lastnega okusa in prepričanja, topa stvar, ki le služi moževim željam in koristim, v vsem ostalem pa naj molči in trpi. Zena, ki je resnično prosvetljena, hoče biti in je danes že osebnost, enakopravna in neodločujoča v rodbini in družbi. In borimo se tudi za enakopravnost in neodločanje žensk v občinah, banovinah in v državi. Zena si je priborila svobodo, da uveljavlja svoje duševne sposobnosti v malone prav vseh poklicih, ker si je znala po nezaslišanih ovirah in ugovorih najmočnejših moških inteligentov izvojevati pravico, da so ji odprte prav vse višje in najvišje šole. Tako nič ne dvomimo, da dosežemo končno tudi ženske politične pravice, o katerih se danes konservativci in vsaj nazadnjaki le posmehljivo pomenkujejo kakor o nori utopiji. Svet in življenje se neprestano izpreminjata in utopija postane dejstvo. Svoboda in pravica korakata nevzdržno naprej.

Prav tako se je že in se bo še v vidnejši obliki izpremenila družina. Včasih je bilo pravilo, da sta roditelja samoodlastno igrala v hiši vlogo otroške usode. Sinovom sta dolečila poklic in hčeram zakon ali samostan ali — v najslabšem primeru — samevanje in topo odrekanje.

Ta roditeljska tiranija je danes že nemogućna. Duh časa, tok vseobče kulture je osamosvojil tudi naše otroke, in tudi pri njih se uveljavljajo v čim dalje vidnejši obliki načela svobode, samoniklosti in samoodločbe. Včasih se je zdelo nespodobno, da bi šlo deklet brez gardedame na ulico, a niti misliti si ni mogla mati, da bi ji hči hodila v gimnazijo ali celo na vseučilišče. V moški družbi brez gardedame.

Kako dolgo je trajalo, da so smela dekleta postati tipkarice; danes poznamo že uradnice vseh mogočih referatov in višjih in najvišjih plačilnih stopenj, da, celo v ministrskih načelnistvih in na sejah Društva narodov v Zenevi.

Otroci so postali skratka celi ljudje. Toda mnogo je še mater, ki zahtevajo, da naj bodo ti celi ljudje — sinovi ali hčere — še zmerom njih poslušni in pokorni otroci brez lastne volje, brez lastnega prepričanja in stremljenja. Odtod vlada v marsikateri obitelji hud razkol. Nesrečne so matere in nesrečni otroci. Roditelji tiče z vso svojo miselnostjo še vedno v preteklosti, otroci hite za cilji sodobnosti, pa hočejo živeti in si kovati srečo po lastni želji, po lastnem nagonu. Roditelji vztrajajo na načelih nekdanje mode, nekdanje spodobnosti, nekdanje šablone. Sport odklanjajo v vseh oblikah. Sinovi in hčere so jim uporni in se smejejo staršem, ki so jim po govorici in vedenju le še otroški. Iz te borbe nastajajo tihe, a velike tragedije. Poznamo jih tudi iz dram in romanov.*

Sodobna mati, ki včasih svoje dece niti po šolskem znanju ne doseza in ji je neznan vsa moderna literatura, pa seveda sodobnih teženj in zahtev niti približno ne pozna, je do svoje dece nevede krivična, neznanosna, smešna ter zbujajo nerazpoloženje, včasih celo zaničevanje. In vendar neskon-

* Čitaj n. pr. Gabr. Reuter: »Hčere« in »Iz dobre hiše« ter Ane Brigde: »Pomlad v Dalmaciji«.

no ljubijo tudi take matere svoje otroke, se se zanje do skrajnosti žrtvovale, zanje skoparile, zanje štedile, zanje se otrekale marsičemu v življenju. In ker jih otroci, čeprav že na univerzi ali celo v službah, morda zdravnicah, arhitektkah, profesorice, višje uradnice, nočejo več poslušati, so uboge majke vse nestrčne in očitajo deci grdo nehlajnost.

Saj jih razumemo. Le skrb za otroški blagor, le strah pred nevarnostmi, le tenki čut za spodobnost dela te očete in matere živene in nestrpne. Ne morejo se vmisliti v današnji čas, ki zahteva tudi od ženske, da je pogumna in borbeno za svoj cilj, ne da bi se s tem kompromitirala. Današnje dekle, ki nastopa in deluje v javnosti, se bolj zaveda kakor sta se njena mati in babica, da daje svobodno izbrani poklic in z njim povezani zaslužek več svobode in ugleda kakor bedni, čisto le iz zadrege sklenjeni zakon, več sreče in zadovoljstva kakor dolgočasenje v prisilnem samištvu.

Mati, ki je pametna, bo pač svojo hčer z mirno besedo opozorila na opasnost, ki jih prinaša življenje, na krivico dvojnje moralne, ki dovoljuje moškim vse, a ženam nicesar, na jezike, ki tako radi klevetajo, opravljajo in sumničijo, na hudobnost ljudi,

ki iz zavisti ali prirojene zlobe vohajo povsod, greh in skandal. Ali vedeti mora; da noben oče in nobena mati ne more dati otroku lastnih izkušenj, temveč si jih mora otrok sam pridobiti. Opozarja naj ga pač na kamenje in jame sredi poti, na prepade na desni in levi, toda več storiti ji ni moč. Vsakdo je sam svoj sreče kovač.

Nas čas potrebuje novih mater za nove otroke, to so matere prijateljice, hčere, njih tovarišice v borbi za novo življenje. Sodobna mati se torej mora učiti ob hčerki, za nimati se mora za njen poklic, njene naloge, čitati ne le kuharskih receptov, temveč kolikor možno vse, kar zanima in kar čita hči. Sodobna mati naj ne poskuša vleči svojo hčer navzdol in nazaj v preteklost, temveč naj se da sama rada potegniti od hčere na vzgor in naprej v bodočnost. Potem se razvije med njima nova, prava ljubezen dveh zen, ki sta obe zreli, a ne razmerje, v katerem je mati nezrela in zapostavljena hči pa vzvišena in sovražna. Zaupali si bosta in med njima ne bo laži, ne hinavstva. Gorje dušini, v kateri ni medsebojnega zaupanja, od krutega razgovora o prav vsem! *Glavno je razumeti drug drugega.* Potem bo med sodobnimi otroki in roditelji harmonija, ki edina prinaša srečo.

Terežina

Zdravstvo in kozmetika

Nekoliko presne hrane

Vsem ommi, ki hočejo pospeševati svoje dobro razpoloženje in zdravje ter so pripravni o koristnosti sirove ali presne in brezmesne prehrane, so namenjeni sledeči recepti. Tudi po navadnem obedu kot priboj, sek ali namesto močnat jedi se da ta vrsta prehrane izvrstno namestiti; saj nam prijetno, a tudi koristno obogati jedilni list, ker prinaša vanj raznovrstnost.

Med z orehi. V lično stekleno skledico natresi sesekljane orehe, zmesaj jih s sladkorno moko; ali pa napravi v sredo jamico, ki jo napolni z medom ter pokapaj vse z limonovim sokom.

Borovnična jed. Vkuhane borovnice razmesaj z mlekom ali v peno stepeno smetano in primesaj po okusu se sesekljanih orehov.

Pomarancna skledica. Iztisni iz pomaranče sok, narezi vanj na majhne kocke drugo olupljeno pomarančo, primesaj žlico vkuhanega ribeza ali brusnic, po potrebi se osladi in serviraj s piškoti.

Čespljeva čezana. Oprazi na 2 dkg pres-

nega masla žlico prescjanih kruhovih drobtin; dodaj par žlic čespljeve marmelade, zmesaj in parkrat prevri; ako je pregesto, razmesaj z vodo in začini z limonovim sokom in cimetom.

Jabolčna čezana. Skuhaj olupljena jabolka z nekoliko vode; prellači vse skupaj in primesaj prežganju iz presnega masla drobtin in sladkorja. Po potrebi zalij še z vodo ali vinom, osladi in začini s cimetom. Na loži v stekleno skledico in potresi povrhu s sesekljanimi orehi, kar pa tudi lahko izostane.

Sivčarska, presna jed. Očiščenega svežega rdečega korenja, kolerabe, karfijske in jabolk, vsakega približno enak del, a vsega skupaj naj bo 10 dkg, torej okoli 2½ dkg vsakega, nastrežaj na strgalniku in napravi ločeno zelenjavo od zelenjave ozi. sadje kupačke na steklenem krozniku in pokapaj vse z limonovim sokom. Na sredo deni polno žlico v peno stepeno smetano; na vnani strani pa napravi okrog zelenjav venec sesekljanih prehov, ki so pomeshani s sladkorjem.



... Mrzlo! ... kajne?

Toda Vi ste vendar videti mladi, sveži in zdravi kljub ostremu zimskemu vremenu. Sicer pa drugače sploh ne more biti, kajti: jaz vam varujem kožo! Samo Nivea vsebuje Eucerit, etilno okrepčevalno sredstvo za kožo. Nivea prodira globoko v kožne luknjice in daje na ta način Vaši koži pri vlažnem in mraznem vremenu potrebno odporno silo.

Praprosta jabolčna jed. Dve olupljeni, krhki jabolki nareži na tanke listke, potresi jih z rozinami, ki so se namakale četrť ure v vodi, nakar jih seve ožmi, in z orehi ter sladkorjem.

Datiji, fige in rozine. Namakaj čez noč fige v sveži vodi, potem jih odcedi in zreži na majhne kocke. Primesaj jim prav toliko datljev, ki si jim odstranila peske in jih zrezala, ter isto množino opranih in osušenih rozin. Pokapaj obilno z limonovim sokom in potresi s sladkorjem.

Korenje z jabolki. Enako težo korenja s kožo vred in jabolk nastrgaj na strgalniku, napravi iz tega ličen venec na krožniku, obloži z limonovimi rezinami in potresi vse s sladkorjem.

Jabolčna in pomarančna jed. Olupi jabolka in pomaranče. Zreži jih počez na koloobarčke ter odstrani vse peske. Naloži v stekleno skledo vrsto pomaranč, vrsto jabolk, pa zopet vrsto pomaranč itd., dokler ne porabiš vsega. Vlij po vrhu kuhanega sladkorja. Tako naj stoji na mrazem vsaj 1 uro.

Jabolka, pomaranče, banane. 2 oprani neolupljeni sočni jabolki zreži na listke, prav tako 3 pomaranče in 2 banani, oboje

je treba olupiti, zrezati na koloobarčke in odstraniti peske. Zloži menjaje se: pomaranče, jabolka, banane na steklen krožnik, posuj dobro s sladkorjem ali še bolje je, da poliješ s kuhanim sladkorjem, in naj stoji 1 uro na hladu.

Banane z mandeljni. Natresi po površini steklenega krožnika oprane in osušene ter s kožo vred sesekljane mandeljne, povrhi naloži v krogu olupljene narezane banane. Na sredo kroga nakupiči olupljeno, na tanke rezine narezano pomarančo, pokapaj vse z limonovim sokom in serviraj mrzlo.

Pena iz siravih jajec. Motaj z motičem 1 celo jajce in 1 rumenjak in 8 dkg sladkorja, da postane gosto tekoče, nakar priimešaj sok ene limone in ene pomaranče.

Pomarančna prijava. Zmešaj sok dveh pomaranč in ene limone s pol litra vode, dodaj nekoliko tankih vrhnjih olupkov pomaranč, nakar postavi na hlad vsaj za 1 uro. Pijaca se prilože posebno na domačih veseljih, serviramo jo v čašah s slamčicami.

Navedeni recepti so, kar se naznačuje množine, določeni po večini samo za eno osebo. To pa zato, ker jih navadno daješeno vsakemu gostu posebej. Vse priučeje

jedi vsebujejo še skoraj vse vitamine in so dobrodošla izprememba zlasti proti koncu zime, ko že začne zmanjkovati svežega sadja.

Malo kozmetike

Neodpustljiva pogreška je, ako ležeš spat z neočiščenim obrazom. Tekom dneva se je namreč nabrala na koži razna nesnaga: prah, saje, pesek i. dr. One, ki si obraz pudrajo ali ga celo mažejo z rdečilom, so si znojnice sploh popolnoma zamašile. Toda ponoči morajo znojnice, mora vsa koža — dihati. Zato ni nikoli moči dovolj naglasiti, kako neobhodno potrebno, kako važno je, da se kanali znojnic očistijo in se osvobodijo vseh, tudi najmanjših tujih teles.

A ne samo to. Te izpraznjene male luknjice treba napolniti s hranljivimi tvarinami, ki prodirajo preko noči v glavno kožno staničevje, da ga okrepi in osvežijo. Kako nespametno bi bilo, ako bi prav v nočnem času zamemarili priliko, in bi ne nudili koži blagodejnega odpóčitka in nege, ki jo moramo opraviti zvečer, ko se podnevi ne utegnemo in ne moremo baviti s tem.

Posebno občutljive in suhe kože ni možno ohraniti sveže in prožne, ako je ne negujemo preko noči s hranljivimi mazili, ki morajo vsebovati dosti maščobe. Zelo ugodno vpliva olje, mandljevo ali orehovo, ki naj bo toplo, ker ima tako večjo čistilno moč. Dobro mazilo ni potrata, ker ga koža nujno potrebuje, najprej za čiščenje, potem za vtiiranje v kožo. Postopamo najuspešneje na sledeči način: Kosmiče vate pomakamo v dotično raztopino, n. pr. v segreto mandljevo olje — dobro je pa tudi navadno oliv-

no — in potem brišemo nalahno in brez pritiska po obrazu. Vato je treba večkrat izmenjati, ker je kmalu umazana. Sele ko smo opravili to najnujnejše delo, namažemo ves obraz z mastno nočno hormonsko kremo, nakar tolčemo zopet nalahko s tremi prsti obeh rok po mastni koži, da vtrepeljemo maščobo vanjo.

Mastne kože ne smemo mazati prej, preden je nismo očistili s kafrino raztopino...

Ako je podnevi videti koža obraza utrujena, uvela, brez življenja, napravimo sledeče: najprej si umijemo obraz s prekuhamo mlačno vodo. Potem si ga namažemo s svežim beljakom in ležemo za četrť ure v temen prostor. Beljak se strdi v krinko ali masko, napne kožo in zadržuje oddajanje vlage preko znojnic. In prav zato postane koža sveža in prožna. Po preteku četrť ure odstranimo krinko z mešanico mlačne vode in obrazne vode, a postopati treba previdno, da ne raztegemo kože in si sami ne napravimo gub. Potem si prav pičlo namažemo obraz z dnevno kremo ter ga prav tako pičlo napudramo.

Ustnice treba zlasti pozimi mazati s posebno maščobno kremo, da na mrazu ne razpokajo. Mala mehka ščetka, s katero jih potem ščetkamo, okrepi kožo in pomnoži kroženje krvi. Na ta način dosežemo, da so ustnice vedno zdrave in rdeče ter ne potrebujejo nikakega ostudnega umetnega barvila.

Tudi obrvi treba ščetkati vsak dan z majhno ščetko in jim dati pravilno smer. A tudi vejice s pomočjo ščetke, namočene v mlačno vodo ali v kremo, ščetkamo previdno navzgor, kar ni samo lepo, marveč tudi zabranjuje, da bi silile vejice v oči.

Zena in družba

Takt je vse

Sočutje in usmiljenje je naravni odmev srca, ki čuti tuje trpljenje, tujo holest. Malo je takih trdosrčnih ljudi, da bi jih ne ganila beda bližnjika. Clovek se zgrozi nad njo, in ko pomisli, da bi tudi njega lahko zadelo isto, takrat se mu porodi želja — četudi morda samo bežno — da bi ublažil tuje trpljenje. In istočasno se navadno javlja tudi glas vesti, ki nas opominja, da pomagamo. Ta pobuda srca in vesti združuje dobrosrčne ljudi k dobredelnim podjetjem, trka na njihov dobri notranji čut ter ustvarja tako plemenita dejanja v bla-

gor siromasnih, od usode zapostavljenih bližnjikov.

Toda ni dovolj, da vršimo dela usmiljenja v misli: Danes tebi, jutri morda meni! Treba tudi gledati na to, kako izkazujemo dobrote. Vsakdo ima svoj ponos, še prav posebno ga navadno ima revež, ki ni ničesar zakrivil, a se mu hudo godi, dočim njegov tovariš morda v izobilju živi. Tak siromak ima pravico, da postopamo z njim obzirno in rahločutno. Kajti težko pada na dušo trpečega nerazumevanje in brezbriznost. Morda je težkega srca iskal nekoga, ki bi mu razodel svoje gorje, si olajšal

dušo. Pa naleti na napačnega. Saj morda ni zahteval drugega, kakor da ga s sočutjem poslušamo, se vživimo v njegov položaj. Bridko je zanj, če mu niti tega nismo dali.

Popolnoma napačno je mnenje, da revež ni občutljiv in da je kruh vse, kar mu je treba. Prav beda se težko razkazuje radovednim pogledom; v muki se poteza ponosen človek vase, postaja nezaupen, celo osoren in sovražen do svoje okolice. Včasih dela vtis ošabnosti.

Sočutje, ki nastopa bučno in brezobzirno, izgreši svrha, ki jo je hotelo doseči. Važno je torej, kako ga izkazuješ: ali smo bili dovolj obzirni in pazljivi napram tegobam siromaka? Takt je vse!

Anton je dober človek. Daje dragocena darila, toda prijaznega obraza ne kaže med darovanjem. Koliko več bi bile vredne njegove bogate podpore, ako bi dal za nameček toplo, sočutno besedo, prijazen nasmehek!

Ali tudi prijazen obraz lahko vara.

Teta Mara je vedno sladka in ljubezniva. Z medenim nasmehom in hkratu z bridkim

obžalovanjem te opozarja, da se med tvojimi lasmi že tu pa tam sveti siva nit, da imaš zamaščen podbradek, da ti hoja ni več tako prožna, da si bila nekoč krasotica — Venera — toda ... toda ... z najljubeznivejšo kretnjo ti daje najbolj grenke praške.

Kako to, da ljubezniv obraz enega toliko pomeni, pri drugem pa je brez cene ali je celo žaljiv? Pač zato, ker pri prvem prihaja prijaznost od srca, pri drugem pa je krinka, ki se zanjo skriva zloba, škodoželjnost. Luna sije, a ne greje, ker so njeni žarki samo odsev, saj ne prihajajo iz vira toplote kakor pri soncu. Ako imamo v svoji notranjosti vir resnične — ne namišljene — toplote, prihaja nevede in nehotе tudi na obrazu do izraza. V resnici blag človek, ki želi bližnjiku le dobro, ima v svojem srcu sonce, in kogar s svojimi dobrotnimi očmi pogleda, se čuti obdarovanega.

Prav v sedanjih težkih časih imajo iskreno prijazen obraz, razumevanje za bridkost drugih, sočutje in dobrotna roka najvišjo ceno.

*

Kuhinja

Fizolov gulaš. 30 dkg preko noči namočenega fižola prepelicaš ali belega srbskega, skuhaš na sveži vodi skoraj do mehkega. Potem opraviš 6 dkg na kocke zrezane prekajene slanine, dodaš veliko, drobno sesekljano čebulo in praži še nekoliko, da se blede zarumeni. Potem primešaj kavno žličko sladke paprike in 2 žlici paradižnikove meze, stlačen strok česna, 3 velike olupljene, na kocke zrezane krompirje in nekoliko fižolovke, v kateri se je kuhala fižol. Pazi, da se krompir napol zmehča; potem dodaj še fižol in nekoliko preostale fižolovke. Pari pokrito dalje, da postane vse mehko in se tekočina zveže v primerno gosto omako. Po potrebi še zalij s fižolovko. Gulaš lahko izboljšaš s par žlicami kisle smetane, ki pa ni neobhodno potrebna.

Riževa leča. (Češka jed). 8 dkg na kocke zrezane prekajene slanine praži skupno s sesekljano čebulo, dodaš pol žličke rožne paprike, stlačen strok česna, jedilno žlico paradižnikove meze, potrebne soli, $\frac{1}{4}$ kg izbrane čez noč namočene in oprane leče, šopek timiza, majaronovih plevic in prav malo sesekljane zelene. Ko se je vse že nekaj minut pražilo, primešaj še 12 dkg opranega in osušenega riža, iznova prepraži, na kar zalij približno z litrom vode ali kostne

juhe. Pari pokrito tako dolgo, da se leča in riž zmehčata in se tekočina spoji v voljno gneto. Rižev o lečo daj s praženim krompirjem in kislim zeljem na mizo.

Karfijola kot uvodna jed. Očiščeno in oprano karfijolo skuhaš v slanim kropu, vzemi jo iz vode, odcedi vso tekočino in položi karfijolo v namazano porcelanasto ali ognjvarno posodo. Napravi svetlo prežganje iz 2 dkg masla in 2 dkg moke, zalij ga z mlekom, da dobiš gosto omako, osoli in začini z nastrganim oreškom, primešaj celo jajce in 1 rumenjak ter žlico nastrganega parmezana. Z omako polij karfijolo, potresi jo na gosto s parmezanom in obloži s kosmiči presnega masla. Postavi posodo za 10 minut v vročo pečico, da dobi karfijola zlatorjavo skorjo.

Omaka k pljučni pečenki ali k divjačini. Na žlici masti opraviš 5 dkg na kocke zrezane slanine, dalje nekoliko korenja, zelene, peteršilja, čebule in na drobno sesekane goveje kosti. Ko je vse dobro prepraženo, potresi z dvema žlicama moke, zarumeni, zalij z juho in okisaj z milim vinskim kisom. Prideni še vršiček timiza, lovorjev listič, malo celega popra, limonov olupek, nekoliko nove dišave in muškatovega oreška. Vse naj vre pol ure, potem precedi in pretlači

v drugo posodo, primešaj še par žlic kisle smetane in žličko juhana. Prevri omako iznova, nakar je gotova. — Ako uporabljamo omako k divjačini, zamenjamo goveje kosti s kostmi od divjačine in zalivamo deloma tudi s kvaso.

Krompirjeve kroglice. Skuhaj v slani vodi 1 kg krompirja v oblikih in ga potem olup. Olupi tudi 3 safalade in zmelji vse skupaj v stroju za meso. Dodaj sesekljane zelenega peteršilja, srednjeveliko, sesekljano, na masti oprazeno čebulo, 3 cela jajca in še malo osoli, ako je potrebno. Vse dobro zmešaj, ter napravi kroglice, ki jih povlajaj v raztepenem jajcu in drobtinah in opeci na masti. Daj jih s solato na mizo. Namesto safalad lahko uporabljaj tudi kakršnokoli kuhano ali pečeno meso.

Goveji rep v sari. $\frac{3}{4}$ kg govejega repa, sesekanega na prst debel koščke, zmešaj z 20 dkg na kočke zrezane povrtnine: korenja, rumene-podzemeljske kolerabe, zelene, vsakega enak del; dodaj še 5—8 dkg jesprenjčka in na rezance zrezano čebulo. Na to nalij $2\frac{1}{2}$ litra vode, osoli, opopraj in dodaj še loporjev listič, žlico paradiznikova meze in šopek zelenega peteršilja. Vre naj pokrito počasi približno 3 ure. Ko se meso lahko loči od kosti, je dovolj kuhano. Pol ure prej dodaj 2 velika na kočke zrezana sirova krompirja in pol na rezance zrezano glavice ohrovtu. Ko je vse kuhano in krompir že skoraj razpada, potresi s sesekljanim drobnjakom in daj na mizo s kruhovimi emoki.

Okisano goveje srce v smetani. Goveje srce prereži čez pol, operi ga v mrzli vodi in odstrani vso zastalo kri. Potem ga v loncu zalij z 1 litrom vode; kot začimbo dodaj šopek timiza, pol latorjevega lističa, korenino in zelenje peteršilja, malo korenja, zelene, soli in nekaj zrn celega popra. Ko se srce skuha do mehkega, kar traja približno poldrugo uro, naj se v juhi shladi, nakar ga zreži na drobne rezance. Juho, ki se je povrela na polovico, pretlači z začimbami in zelenjavami vred skozi sito. Oprazi 1—2 žlici moke na dveh žlicah masti, da bo prežganje svetlorjavo, dodaj polno kavno žličko drobno sesekljane čebule in pol žličke sesekljane zelenega peteršilja, sesekljano in sitačeno sardelo, kako žlico vinskega kisa in pol skodelice kisle smetane ter razmešaj končno z juho od srca. Dodaj zrezano srce in žlico gortice. Ko se je parilo vse skupaj še 10—15 minut, pokusi ali je prijetno kislasto, nakar daj na mizo s krompirjevim emoki ali s praženim krompirjem.

Z zelenjavo nadevana ocvirkova pasteta. $\frac{1}{4}$ litra vode osoli in jo zavri s polno žlico masti; stresi v tekočino 15 dkg moke in mešaj na ognju, da se sprime v gosto testo. Odstavi ga in pokrij; na mrzlem naj se ohladi. Potem vgneti vanj 15 dkg svinskih sesekljanih ocvirkov, 1 jajce in samo toliko moke, da se da testo valjati. Ko je počivalo četrť ure, ga razvaljaj 1 cm debelo in obloži z njim dno in rob kože, ki meri približno 2 litra. Ostalo testo prihrani za pokrov. Ze prej pripravi malo več kot 1 kg zelenjave: spinace, ohrovtu in zelja, gomolj zelene, karfirole in dr. Vse naj bo drobno zrezano, v slani vodi pol mehko kuhano, dobro odcejeno. Potem zelenjavo še sesekljaj in ji primešaj 2—3 drobno nastrgane kuhane krompirje, majaronovih plevic in sesekljane zelenega peteršilja; oprazi na olju, po potrebi še osoli in primešaj 1 jajce in naloži v posodo, obloženo s testom. Pokrij povrhu s testenim pokrovcem in peči pasteto dobro uro v pečici, da se pri vrhu zarumeni. Zvrni jo in serviraj kakor pogosto s solato.

Amerikanski jabolčni puding. Daj kalupa za pudinge dobro namaži s presnim maslom in posipaj z drobtinami. Potem ga obloži z dobro oslajenimi in pielo parjenimi jabolčnimi rezinami in polij nanje sledeče testo: $\frac{3}{8}$ litra moke, 1 žlico stopljene masti, ščepec soli, $\frac{1}{2}$ čajne žličke pecivnega praška, polno veliko žlico sladkorja in toliko mleka, da se da stepsti v gosto tekoče testo. Kalup sme biti napolnjen samo do polovice, ker testo zelo vzhaja. Kuhaj puding 1 uro v sopari; potem ga zvrni, da so jabolka na vrhu. Namesto jabolk lahko uporabljaj kakršnokoli sadje ozir. kompot.

Dobra orehova potica. Napravi shajano testo iz 1 kg presejane pšenične moke, dveh dkg drozja, 15 dkg masčobe (masti, presnega masla in olja, vsakega nekaj), dveh celih jajec in dveh rumenjakov, potrebne soli in mleka, kolikor ga je treba. Ko je testo dobro stepeno, namaži skledo nad testom ob kraju z mastjo, da se ne prime, pokrij in naj stoji na gorkem, da se nekoliko dvigne. Zaščoča pol ure. Potičevje pripravi že zvečer; namreč izberi in če nisi sama, tolkla orehov, jedra na hitro operi in jih posuši ter v pečici oprazi, da bodo rumenkastorjava. Vendar treba paziti, da ne zarjave preveč in ne dobe grenkastega okusa. Orehe potem zmelji v stroju, popari jih z mlekom, če hočeš, primešaj tudi 1 jajce in nekoliko presnega masla, a ni neophodno potrebno. Potem razvaljaj testo, namaži ga z orehovimi nadevom in potresi s sladkorjem, kateremu



„Dubravka“

najboljše olivno
rafinirano olje

Zahtevajte ga v vseh boljših
trgovinah!

si primesala malo nastrganih limonovih olupkov, cimeta, in pol kavne žlice dišečih klinčkov. Zvij testo v potico in davi v namazan kalup, da vzhaja. Preden denes potico v pečico, se mora čutili testo rahlo in mora biti potice skoraj še enkrat toliko kot prej. Orehovi potici lahko damo drugačen okus, ako primesamo nadevu nastrgane čokolade, ali pa medu. Tudi lahko potresemo povrhu še malo rozin in pobrizgamo z rumom. Potico peci v pečici dobro uro, ko jo vzameš iz nje, jo pusti še nekaj časa — $\frac{1}{4}$ ure — v kalupu, potem jo povezni na lesen krožnik. Potice so boljše in tudi bolj zdrave, šele 2—3 dni po peki. Dobre so pa tudi še po 14 dneh, zlasti, ako so fino prirejene. Potice, ki so s potičevjem tako namazane, da testa skoraj ni videti, niso niti dobre niti zdravju koristne. Zlasti dandanes se bomo vzdržali take potratnosti.

Penasta čokolada. Razmotaš prav dobro z motičem v kotliču ali v kozici 3—4 cela sveža jajca. Potem primesaj $1\frac{1}{2}$ l mleka in $\frac{1}{4}$ kg nastrgane ali v pečici s par žlicami mleka raztopljene čokolade. Postavi posodo na vroč štedilnik in stepaj tako dolgo teko-

cino, da začne zavirati, potem jo hitro nalij v gorke skodelice in takoj serviraj. K čokoladi daj maslene strčke, šarilja in spenje ne smetane.

Cokoladna smetana. 10 dkg dobre vanilijeve čokolade razreži in popari s pičilim četrt litrom vroče vode. Razmešaj jo, da bi gladka, potem primesaj 10 dkg presejanega sladkorja, tekočina mora biti gosta tekoča. Primesaj jo celemu litru v trdo peno stepene smetane, napolni z njo steklene čaše ali skodelice in jo daj na mizo s piškoti, vafl ali cevkami.

Jučeni liker. Na 35 dkg sladkorja vlij $\frac{3}{4}$ litra dobrega mleka in razmešaj, da se sladkor popolnoma raztopi. Potem dodaj šibico vanilije in kuhaj pet minut. V drugi posodici raztepi 6 popolnoma svežih rumenjakov in med neprestanim mešanjem prav pomalem prilivaj vroče mleko, ki si ga prej precedila. Biti moramo jako previdni, da jajca ne zakrcknejo. Odstrani od štedilnika in mešaj ali stepaj dalje, da se popolnoma ohladi. Proti koncu mešanja prilivaj pomalem še četrt litra konjaka ali spirita.

Kako ravnamo z obutvijo

Pozimi, ko se obuvala večkrat zmocijo in nas potem še bolj zebe v noge, treba obutvi posvečati posebno skrb.

Usnjeni čevlji, ki so postali trdi, se spet zmehčajo in postanejo voljni, ako jih najprej prav na hitro zmocimo s toplo vodo. Potem jih nategnemo na kopita in usnje odrgnemo z mehкими krpami, da se osuši. Potem nateremo čevlje v presledkih večkrat z ricinovim oljem. Vsakokrat se morajo dobro posušiti, šel potem jih namažemo iznova.

Obutev ne sme biti zaprta v omari, kamor nima dostopa zrak. Najbolje je, da so police iz lat, spredaj je pa zakrita z zastorom. Tako smo varni, da usnje ne bo začelo plesniti. Čevlji, ki jih nosimo poredko, kakor tudi vsi drugi, morajo biti na kopitih, kakor hitro jih sezujemo.

Premočene čevlje nabašemo z zmečkanim časopisnim papirjem, ki vsrka vlago in ohrani obutvi lepo obliko, kar je zelo važno. Ako nimamo čevljev stalno na kopitih, se usnje krči in grbi in delajo se gube zlasti tedaj, če obutev ni bila na kopitih.

Črne čevlje treba skrbno snažiti, mazati s kremo in jih nato s ščetko vsakokrat lepo zlikati. Ako imajo rjavi čevlji madeže, jih temeljito unijemo z mlačno milnico, toda paziti treba, da se usnje čim manj zmocí. Na ta način odpravimo vso nesnago in zaserjeno kremo. Potem jih osušimo in namažemo s kremo in postopamo dalje kakor običajno.

Ker nas tople in suhe noge obvarujejo prehlajenja, predhodnika skoraj vseh bolezní, moramo skrbeti, da nam bo vedno toplo. Sebi in otrokom denemo lahko v čevlje po njihovi velikosti prikrojene klobučevinaste podplate ali vložke, ki ohranijo noge tople. Doma pa naj bodo otroci v copatih, ki jih lahko sami naredimo.

*

Suhe krljke jabolk in hrušk, ki smo si jih v letošnjem ugodnem in rodovitnem poletju in v jeseni nasušili, treba prav tako presušiti, ker hitro začno plesniti, ako so shranjeni na količkaj vlažnem kraju.

Posušene gobe treba pozimi večkrat pregledati, morda so se navzele vlage in plesnijo; mogoče so zašli molji vanje, ki lahko uničijo vso zalogo. Najbolje je, da jih parkrat v presledkih stresemo iz vrečice na polo zavijalnega papirja ali na rešeto in jih

posušimo vrh štedilnika ali na peči. Ako so molji v gobah, je reševanje težko. Najprej moramo izbrati vse »žive« listke in jih odstraniti, potem posušimo ostale gobe v precej vroči pečici, a treba je paziti, da se ne sežgo.

Gumijaste čevlje popraviš. Raztrgano mesto namažeš s precej gosto raztopino stopljene in presejane kalofonije in vinskega cveta. Lepilo se hitro suši in dobro drži.

Krompir, ki je kašnat in se razkuha, še preden je dovolj mehak, zakuhamo v krop in ne v mrzlo vodo, kakor je to v splošnem navada. Tak krompir je treba kuljati počasi in na mitem ognju. Osolimo ga šele potem, ko je že toliko mehak, da z lahko zabodem vilice vanj. Važno je, da ocedimo vodo, še preden je krompir popolnoma kuhan. Krompir pustimo v loncu, ki ga postavimo na rob štedilnika, da se krompir v lastni sopari zmehča. — Krompirju, ki pri kuhanju počrni, primešamo jedilno žlico kisa. A kakor hitro je kuhan, ga damo takoj na mizo, ker sicer počrni in izgubi dober okus. — Krompir lupimo neposredno pred kuhanjem. Nikoli ga ne smemo puščati dalje časa v vodi, ker mu voda vzame dober okus in tudi mnogo redilnih snovi.

Olje za solato in majonezo. Če ga morda nimaš, ga lahko nadomestiš z raztopljenim presnim maslom ali kisló smetano, katerima primešaj par kapljic limonovega soka. Tudi domača smetana, pobrana z zavretega mleka, zadošča, a treba je, da jo pretlačiš skozi cedilce. Da vseh vrst solato lahko zabelimo z ocvirki prekažene ali sveže slanine in kisa, je splošno znano.

Olje v hladnem času najbolje hranimo v pločevinastih ročkah, ki se dobro zapirajo. Pa tudi v steklenicah, ki jih dobro zamašimo in zapečatimo ter skrbno zavijemo v črn papir, tako da so popolnoma v temi. Razume se, da mora biti olje spravljeno na hladu, kjer pa ne zmrzuje. Vlaga mu škoduje.

Raztrgani kosi volnenih pletenih predmetov se dajo razčupati in dobimo volno, ki jo uporabimo za polnjenje okrasnih ali tudi posteljnih blazin. Volna se sicer hitreje stlači kakor perje, vendar služi prav dobro.

Vonj po ribah je jako trdovraten. Spravimo ga iz rok, ako si jih najprej odrgnemo z drobnim presejanim peskom, splahnemo z mrzlo vodo in si potem roke zmanemo z gorčični moki.