

4. / III. 1915.

Kriegsloft.

Unter dem Titel „Kriegsloft“ eröffnete gestern die Gerichtssachverständige für Lebensmittel Fräulein Marianne Stern im kleinen Urania-Saale einen Vortragszyklus über die wichtigen Fragen, was und wie angesichts der Teuerung und der Absicht unserer Feinde, uns auszuhungern, gekocht werden soll. Die Vortragende erschien vor einem langen Tisch, auf dem während ihrer einleitenden Ausführungen von einer ihrer Schülerinnen auf einem Gasrechaud gekocht wurde. Sie wies auf die Notwendigkeit hin, mit den vorhandenen Lebensmitteln das Auslangen zu finden. Da die wichtigsten Komponenten

unserer Nahrung Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate sind, muß die Frage, was soll gekocht werden, so gelöst werden, daß in den Speisen diese Komponenten reichlich enthalten sind. Man wird jetzt — um dem Körper Eiweiß zuzuführen — statt des teuren Fleisches und der teuren Eier Ersatzmittel wählen, also Fische, Gemüse und Milchspeisen. Da auch das Fett schier unerreichbar ist, wird man sparsam damit umgehen, statt Butter Marmelade auf das Brot streichen und mehr süße Mehlspeisen kochen. Was die Kohlenhydrate anlangt, so werden an Stelle des rar gewordenen Weizenmehles die Erbsenmehle treten. Das Gerstenmehl ist zwar wegen seines unangenehmen Geruches bei den Hausfrauen nicht beliebt, der Geruch ist jedoch durch Ausrösten des Mehles zu entfernen. Das Maismehl eignet sich vortrefflich für eine ganze Reihe von Mehlspeisen. Die Vortragende zeigte einen aus Maismehl zubereiteten Gugelkuchen vor, der sehr appetitlich aussah, und wies darauf hin, daß sie in ihren späteren Vorträgen die Rezepte, nach denen gekocht werden soll, ausführlicher besprechen werde. Statt des Wald- und Wiesengürtels werde Wien in nächster Zeit einen Wald- und Spinatgürtel erhalten. Wien werde mit Spinat überschwemmt werden, und die Hausfrauen werden sich dieses Gemüse sehr nutzbar machen, denn es enthält viel Eiweiß. Inzwischen waren auch schon mehrere mit weißen Schürzen versehene junge Damen erschienen und reichten auf kleinen Papiertellern Proben mehrerer Speisen (Sering Salat, Kohlschnitten, Maiskuchen usw.) herum, die lebhaften Beifall fanden. Der Vortrag, der sehr gut besucht war, fand bei dem sehr zahlreich erschienenen Frauenpublikum lebhaftes Interesse.