

## Vermischtes

**Erfolge körperlicher und geistiger Er tüchtigung.** Der Journalist F. Thörner, Hannover, der älteste der vegetarisch lebenden Armeegepäckmärschler, deren Siege bei vielen sportlichen Veranstaltungen unseres Lesers noch in Erinnerung sein werden, errang bei Wettmärschen im Verlaufe des Sommers in Leipzig in der Altersklasse einen ersten Platz, in Jena und Bremen je einen zweiten Platz. Am 17. September in Düsseldorf wurde Thörner in 3 St. 35 Min. 15ter Sieger beim 30 km-Armeegepäckmarsch, an dem über 100 Personen teilnahmen. — Das Büchlein des Siegers „Helmut Gotthilfs Neugeburt“ (Hannover, Verlag Hannovera, Preis 50 Pf.) hat die Anerkennung des Kgl. Preussischen Kriegsministeriums gefunden.

**Moussierender Apfelsaft oder Chambagner.** Falläpfel eignen sich gut dazu; sie werden mit reichlichem Wasser wie zum Honig gekocht, auf ein Sieb geschüttet und der Saft mit einer in Scheiben geschnittenen Zitrone,  $\frac{1}{8}$  l Citrovin-Essig, 500 g Zucker 24 Stunden in den Keller gestellt. Auf  $3\frac{1}{2}$  l Apfelsaft kommen vorstehende Zutaten. Der Saft wird abgesiebt und in Flaschen gefüllt, die Korke mit Bindfaden überbunden oder, falls Patentflaschen vorhanden, diese verwendet. Nun müssen die Säfte 8 Tage der Sonne oder der Küchenwärme ausgesetzt werden, dann kommen sie in den Keller und werden aufrechtstehend aufbewahrt.

Berta Wachsmann.

**Kürbis-Apfel-Marmelade.** Der Rückstand von Kürbis-Apfel-Honig wird durchgetrieben, dann gemischt und mit etwas Zitronenschale zu Marmelade verkocht. Es können mehr Äpfel wie Kürbis sein, der Geschmack wird kräftiger. Zucker, wenn knapp, wird später beim Gebrauch zugesetzt. Die Marmelade wird in Gläsern sterilisiert.

Berta Wachsmann.

**Der Tabakgenuss der Jugend.** Es ist ein widerlicher und jeden Vaterlandsfreund aufs tiefste betrübender Anblick, wenn man jetzt in der Kriegszeit unerwachsene junge Leute ihre Kraft, die sie in den Dienst unserer grossen und heiligen Sache stellen sollten, durch den Genuss eines Giftkrautes vergeuden sieht, das den jugendlichen Organismus in jedem Falle schädigt und nicht selten die Ursache späterer Militärdienstuntauglichkeit ist. Herzfehler infolge mässigen oder unmässigen Tabakgenusses sind heute etwas ganz Gewöhnliches; aber auch auf Lungen und Nerven sowie besonders auf das Wachstum wirkt derselbe höchst ungünstig ein,

wie in zahlreichen medizinischen und anderen Schriften nachgewiesen ist, die ich in meinem Aufsatz „Warum ist der Kampf gegen den Tabakgenuss eine nationale Pflicht?“ näher bezeichnet habe. Es muss doch auch die Disziplin, der wir in erster Linie unsere Erfolge verdanken, aufs schwerste gefährden, wenn junge Bürschchen die Rauchverbote der Generalkommandos ganz offen zu übertreten wagen. Ich sah kürzlich Mitglieder der Jugendwehr und andere junge Leute unter Führung eines Offiziers und eines Unteroffiziers rauchend zum Turnfest auf den Feldberg ziehen. Es wäre dringend zu wünschen, dass alle Generalkommandos ein einheitliches Rauchverbot mindestens bis zum vollendeten 18. Jahre, besser aber bis zum vollendeten 20. Jahre erlassen würden. Die Japaner wissen, warum sie ihren Jugendlichen unter 20 Jahren den Tabakgenuss verbieten. Sie wollen die Volkskraft gesund erhalten und „wenn Europa sein Harakiri vollzogen haben wird“, ungeschwächt in den Kampf der Zukunft treten.

Dr. H. Molenaar,  
Königstein im Taunus.

**Die Obsttrocknung** dürfte in diesem Jahre mehr als je von Bedeutung sein, da das Einmachen der Früchte wegen der Zuckerknappheit nur in beschränktem Umfang möglich ist. Zwar eignet sich für einzelne Früchte, wie Johannisbeeren, die Trocknung nicht; aber die meisten Früchte können auf diesem Wege ohne Zucker in eine schmackhafte Dauerware verarbeitet werden. Für die Haushaltung ist der einfachste Weg die Herdtrocknung entweder auf einfachen Holzhürden oder in Gestellen, in welchen eine grössere Anzahl solcher Hürden übereinander angebracht ist und die im Handel zu verhältnismässig billigen Preisen zu haben sind. Bei guter Aus trocknung halten die Früchte ohne die an ausländischem Dörrobst nachteilige Schwefelung oder Zersetzung von Spiritus. Sehr wichtig wäre, dass die Gemeindeverwaltungen sich grössere Dörreinrichtungen beschaffen und dafür sorgen, dass alles irgendwie verwertbare Obst durch Trocknung in seinem vollen Nährwert erhalten wird. Auskunft erteilt gerne die Geschäftsstelle des Ausschusses zur Erhaltung wichtiger Nahrungsmittel (Stuttgart, Landhausstr. 223 II). Die Kriegszeit sollte Anlass dazu werden, die alte Schnitztruhe an Stelle der Mostbereitung wieder zu Ehren zu bringen und dass die in rohesten Formen vor sich gehende