

mit“. Die Herren sprachen sich häufig dahin aus, es sei alles recht schön, nur fehle das Fleisch. Merkwürdig! Und doch lassen sich eher Männer zum Vegetarismus bekehren, als Frauen. Alle jene Personen, welche sich für die Ernährungsfrage interessierten und aus diesem Grunde beim Besuche der Ausstellung auch zu unserer Abteilung gelangten, gingen nicht fort, ohne uns ihren Beifall für die Darstellung der vegetarischen Ernährungsweise auszudrücken. Es wurden viele Personen über die vegetarische Lebensweise direkt unterrichtet, viele tausende Flugblätter, Bücherverzeichnisse, Probenummern der verschiedenen Zeitschriften verteilt, und mit Kostproben praktisch Propaganda gemacht.

Nachstehend liefern wir den Nachweis über die Summa der für den Ausstellungszweck eingegangenen Gelder und deren Verwendung. Den kleinen Cassarest haben wir unserer Vereinskasse zugeführt; derselbe wird zu Propagandazwecken benutzt werden.

### Ausweis über die eingegangenen Gelder und deren Verwendung.

Einnahmen.		Ausgaben.	
	fl.		fl.
Beiträge d. Mitglieder d. Wiener Vegetarier-Vereins . . . . .	286 70	Für Platzmiete . . . . .	141 50
Beiträge des Deutschen Veget.-Bundes, auswärtiger Vereine und Genossen . . . . .	595 85	„ Gerüste, Tische, Stellagen, stoffl. Decoration und Malerei	310 61
Für verkaufte Nahrungsmittel .	45 60	Für Firmatafel u. Schilder . . .	24 —
		„ Fahnen- u Wappendecorat. .	12 —
		Für Gärtner: lebende Gewächse und Blumen . . . . .	50 —
		Für Frachten u. Porti . . . . .	97 41
		„ frische Nahrungsmittel . . .	97 99
		„ Drucksachen, Programme u. Schriften zur Verteilung . . .	60 66
		Für Medaille u Diplom . . . . .	32 —
		„ Fahrten, Trinkgelder und Auslagen der Vertretung . .	66 09
		Für Bedienung und Reinigung des Objects . . . . .	18 71
		Summa	910 97
		Cassarest	17 18
		Total	928 15
Summa	928 15		

Wien, am 15. October 1894.

#### Die Vereinsleitung:

Franz Kanitsár, Obmann-Stellv.    Osc. Pleuser jr., Schriftf.    Rich Stiasny, Cassierer.

### Haus und Küche.

### DOCUVEG

„Die Conserven“. Schon wieder liegt ein Kochbuch vor mir und zwar das Büchlein „Die Conserven“ von Frau von Sz. Obschon die Kochbücher sich jetzt jagen, möchte ich doch diesem Heftchen, welches in Jahresfrist die 4. Auflage erlebte, das Wort reden. Die Verfasserin ist eine äusserst praktische Hausfrau, welche lehrt, wie man vieles sonst als wertlos Fortgeworfene noch nützlich verwertet. In der neuesten Auflage ist dem Dörrobst ein breiterer Raum zugemessen und sind namentlich die Angaben für Birnen, welche man in jeder kleinen Portion trocknen kann, ganz vorzüglich. Gewöhnlich hat man Birnen, welche schnell hintereinander weich und schlecht werden, alsdann dörirt man sie eben und schützt sie so vor dem Verderben. Vorschriften für Gelées aus Aepfel und Apfelsinenschalen sind wertvoll und kann ich empfehlen. Bei einigen Rezepten ist Weinstein säure empfohlen, auch Salicyl wird angewandt, diese Mittel lassen wir selbstverständlich fort. Der Preis des Büchleins beträgt 1 Mark.

Bertha Wachsmann,  
Suderode a./H.

**Spinat-Salat.** Während des ganzen Jahres steht uns der Spinat zur Verfügung; seine Kultur ist die denkbar einfachste und dabei lohnend durch den

reichen Ertrag. — Sein hoher Prozentsatz an Mineralien machen ihn äusserst wertvoll für unsere Küche; nach Dr. Lahmann's Analyse in der „Diätetischen Blutentmischung“ enthält er, bei 1000 Gewichtsteilen Trockensubstanz an Asche: Gesamt-Asche 164,8, Kali 27,29, Natron 58,16, Kalk 19,58, Mangan 10,51, Eisenoxyd 5,52, Phosphorsäure 16,89, Schwefelsäure 11,32, Kieselsäure 7,45, Chlor 10,22.

Bisher war es nur üblich, den Spinat als Gemüse zuzubereiten; ein Versuch, ihn auch roh als Salat zu verwenden, gelang vollkommen. Wenn wir die anderen grünen Salate auf unserm Tische entbehren müssen, bietet der Spinat-Salat eine willkommene Aushilfe. Auch ältere Leute, mit nicht mehr ganz intakten Zähnen, können sich daran wagen; die Weichheit seiner Blätter lässt das Zerdrücken und Zerkleinern sehr gut zu. Bekanntlich werden bei der rohen Zubereitung die Nährwerte vollständig erhalten, während beim Kochprozess in Dunstform viel wichtige Bestandteile entweichen. Die Zubereitung kann mit gutem Essig und Oel, oder mit Citronensäure und etwas fein zerschnittenen Zwiebeln geschehen.

Bertha Wachsmann, Suderode.

## DOCUVEG

### Deutscher Vegetarier-Bund.

Ungeschwefelte, an der Luft und teilweise im Ofen getrocknete Nüsse liefert Ernst Prieger, Creuznach (Rheinprovinz) à kg. 30 Pf. Reine Naturbutter liefert die Molkerei Sontheim-Brenz, Württemberg. Der Versand erfolgt in Kästchen mit 9 einzelnen Pfundstücken, à Pfd. ca. 1,12 Mk. frei, bei Jahresabschluss, sonst nach der Jahreszeit. Die Butter ist sehr haltbar und wird, ganz nach Wunsch, ungesalzen oder schwach gesalzen geliefert. Auf Grund chemischer Untersuchung seitens eines vereideten Chemikers ist die Butter rein und von hohem Fettgehalt. Der Vorstand würde auch gern mit einer österreichischen Molkerei-Firma abschliessen, falls die österreichischen Bundesmitglieder den Wunsch äussern sollten.

Hering. Lentze. Seiferth.

Die Baltzer'schen Gedichte sind auch in gebundenen Exemplaren vorrätig. Der Schatzmeister Seiferth (Bayerische Str. 99) versendet dieselben gegen Einsendung von 60 Pf. für jedes Bändchen. Sie eignen sich vorzüglich zu Weihnachts-Geschenken. Es sind folgende 3 Sammlungen: 1. Aus meinem Leben, 2. Aus der Edda, 3. Aus dem Evangelium. Der Ladenpreis betrug ursprünglich à Bändchen 3 Mk.

### An Mitgliedsbeiträgen gingen ein:

bis 21. October d. J.

\*R. Zedlich, Berlin, 2,—. — \*Amtsgerichtsrat Bering, Mühlheim a. Ruhr, 7,50. — Otto Rammelmeyer, Lindenthal-Cöln a. Rh., 2,50. — \*Carl Lauckhard, Darmstadt, 2,05. — \*Anton Biemann, Gablonz a. d. Neisse 2,50. Hartmann, Kunersdorf 0,55. — \*C. J. Kleist, Rudolstadt 2,50.

Die mit \* bezeichneten haben ausserdem 2,50 M. als Abonnement für die Rundschau bezahlt.

### Verzeichnis der Mitglieder.

Vom 20. September bis 20. October traten dem D. V. B. bei:

Atzinger, Dr. J. U., k. k. Ministerialsekretär, Wien I., Himmelpfortgasse 8. — Bauer, J., Masseur, Wien III., Landstr. 74. — Budik, Franz, Ingenieur, Bahnhof Hohenau. — Edelmann, E., Mechaniker, Wien II., Wildemanngasse 7. — Endl, Josef, Buchhalter, Wien II., Afrikanergasse 5. — Fürst, Anton, Goldschmied, Wien XV., Tannengasse 29. — Ginzel, Franz Karl, k. & k. Hofmusiker, Wien XVIII., Bergsteiggasse 48. — Grimme, Th., Lehrer, Alland, N.-Oest. — Grossmann, Max, Bankbeamter, Wien I., Rokhgasse 4. — Grünberger, Arnold, Musiker, Wien III., Löwengasse 11. — Günther, A. V., Commis, Wien VII., Kirchengasse 3. — Hertlich, Friedrich, Oberlehrer, Wien V., Wildemanngasse. — Hertrich, Frau Marie, Wien V., Wildemanngasse. — Horák, Adolf, Privatier, Mödling b. Wien, Enzersdorfer-Str. 48. — Jurak, Eugen, Juwelier, Wien I., Spiegelgasse. — Jurak, Frau