

O naši prehrani: Ogljikovi hidrati

(Nadaljevanje.)

V nadaljnjo skupino hranilnih snovi spadajo ogljikovi hidrati ali vodani. Hidrati se imenujejo zato, ker pomeni »hidro« v grščini voda. Te spojine pa sestavljajo sledeče prvine: ogljik, vodik in kisik. Ker sta zadnja dva sestavna dela vode, je to poimenovanje popolnoma upravičeno. Ogljikovi hidrati so dobavitelji naše telesne toplote. Navadno oglje, premog ali drva gorijo in oddajajo pri tem toploto. Prav tako kurivo so za naše telo ogljikovi hidrati, ker se spaja ogljik z vdihanim kisikom iz zraka in se tvori v telesu ogljikova kislina. V telesu nastaja torej slična sprememba (oksidacija) kot pri zgorevanju drv, le brez plamena. Pri rastlinah so pa ogljikovi hidrati v glavnem sestavni deli rastlinskih stanic in so torej njih gradbeni material.

K ogljikovim hidratom prištevamo predvsem celulozo, škrob in sladkor.

Celuloza je zelo umetno sestavljen ogljikov hidrat. Stanična mrenica, ki obdaja rastlinsko stanico, je v glavnem iz celuloze. Žitna zrna meljemo in tako dobimo moko. Pri tem se na žitnem zrnu odloči lupina od sredice; sredica da moko, lupina pa so otrobi. Lupina namreč tesno pokriva beljakovinsasto skorjo jedra. Ako se moka predobro seje, odstranimo pri tem iz moke celulozo in glavni del beljakovin in masti. Tik pod lupino so še vitamini; zato je taka moka manjvredna. Otrobi, ali bolje celuloza v moki, vpliva na gibanje črevesja (peristaltiko) s tem, da ga pospešuje. Zato je črna kruh boljši od belega, ker ima več otrobov.

Škrob je za človeško hrano najvažnejši ogljikov hidrat. Najdemo ga skoraj v vseh živilih. Obilo ga je v semenju žit in stročnic, v kostanju, krompirju in v nekateri zelenjavi.

Rastline zbirajo rezervne zaloge škroba v semenih in gomoljih. Večkrat je no-

tranjost celic n. pr. pri krompirju ali žitnem zrnu popolnoma napolnjena s škrobom. Podobno zbiranje se vrši tudi pri človeku, toda v zelo omejenem obsegu. Pri prebavi se izpremeni škrob v sladkor, ker le ta more preiti v krvni obtok in s tem do vseh telesnih delov, ki ga potrebujejo. Kolikor telo sladkorja ne porabi, ga shrani kot posebno vrsto škroba (glykogen) v jetrih in mišičevju. Ko pa nastane pomanjkanje teh snovi v telesu, se ta škrob takoj spremeni v sladkor, ki gre v krvni obtok kot hrana.

Ogljikove hidrate najdemo kot škrob v moki, ki je sestavni del kruha. Kruh je naša glavna hrana. Navaden kruh ima 10% beljakovin in okoli 63% ogljikovih hidratov. Rekli smo že, da je za človeka najbolj zdrav črn kruh, vendar ga ne bomo priporočali ljudem, ki bolehalo na motnjah želodca in črevesja. Svež kruh, posebno če je tako svež, da je še topel, zelo napenja, še bolj pa napenja kruh, ki je vmešan s kvasom. Glivice kvasovke spreminjajo škrob ali sladkor v ogljikov dvokis ali alkohol, ki se plinita; zato testo vzhaja. V svežem kruhu se ta sprememba dokonča šele v enem dnevu. Če torej zaužijemo svež kruh, se ta sprememba ob telesni toploti pospeši in zato nas napenja. Svež kruh je po tem takem popolnoma prepovedan za bolnike z želodčnimi boleznimi ali z boleznimi organov, ki so blizu želodca (žolčni mehur).

Poleg krušne moke pridobivamo od žitaric še riž, koruzno moko in zдроб, ovsene kosmiče, ječmenček itd. Vse žitarice in druge rastline imajo značilne vrste škrobov, ki jih lahko ločimo pod drobnogledom, po značilnih oblikah.

Tudi krompir smo že omenili, da nam daje škrob. V enem kilogramu krompirja je okoli 200 gramov škroba. Poleg tega pa ima krompir še 1 do 2% beljakovin. Krompir je dobro prebavljiv, samo če se

dobro skuha, vendar pa izgubi pri kuhanju mnogo soli, ki mu dajejo okus. Na žerjavici pečen krompir je najbolj okusen, kar dobro vedo pastirji. Krompir je prava domača hrana, ker je pridelovanje krompirja razmeroma lahko in ni drag. Za bolnike, ki ne smejo uživati soli, moramo kuhati krompir na pari ali pa ga pečemo. Z mlekom pomešan krompir je prav lahka in izdatna hrana, ki jo radi uporabljamo pri želodčnih boleznih.

Sladkor je poleg škroba glavni ogljikov hidrat, ki ga najdemo v vseh rastlinah. Poznamo pa več vrst sladkorjev. Posebno mnogo sladkorja imata sladkorni trs in sladkorna pesa. Oba tadva sladkorja sta v surovi neprečiščeni obliki rjavo rumene barve. Če pa ta sladkor prečistimo (rafiniramo), dobimo sladkor belo bleščeče barve, ki ga rabimo v go-

spodinjstvu za slaženje jedil in pijač. Večina sadja ima v sebi grozdni sladkor.

Sladkor najdemo v narodi tudi v medu, v mleku kot mlečni sladkor (laktoza). Sadni sladkor ali maltoza je v sladu kalečega žita in ga uporabljajo v pivovarnah. Pa tudi v krvi in telesnih sokovih človeka in živali najdemo vedno malenkostne količine grozdnega sladkorja, ki je za naše življenje nujno potreben.

Marsikdo misli, da je uživanje sladkorja zgolj zapravljljivost. Toda to mnenje je zmotno. Sladkor prištevamo med važna hranila. Mnogim jedilom zboljšujemo okus in z njim tudi olajšujemo prebavo. V današnjih časih se nam zdi pripravna nekaterih jedil brez sladkorja nemogoča.

(Dalje prihodnjič.)

Razmišljanja o krompirju

Da bomo o vsem prav sodili, si oglejmo ceno! V mirnih časih je bil kg krompirja pri kmetu 60—75 par. Celo še cenejši je bil. To ni bilo prav. A današnja cena nad 1 liro je pa vendar povišana od prejšnje za skoraj 300%, t. j. krompir je štirikrat dražji, saj stane kg, postavljen na postajo, 1.10 lir, kar dá v prejšnjem denarju malenkost manj kot 3 dinarje. Ta cena je v primeri z drugimi cenami vsekakor primerna, da ne rečemo kaj drugega, zlasti če pomislimo na stare plače vsega uslužbenstva in delavstva, ki mora imeti vsaj nekaj krompirja, če hoče preživeti svojo družino. Pa se je kmetom na splošno vendarle zdelo, da bi bilo prav, če krompir pripravijo za spomlad, češ, takrat bomo dobili zanj, kolikor bomo hoteli. Niso pomislili na svoje rojake po delavskih in meščanskih okoliših, ki bodo ostali brez te najvažnejše hrane. Izjem, lepih in častnih, je bilo prav malo.

Ker v kmetovem srcu ni bilo v težkem trenutku pravičnega razporeženja do drugih stanov, je morala poseči vmes oblast in z novo strogo odredbo zagotoviti nujno potrebne količine krompirja vsemu prebivalstvu. Mirno lahko zapišemo, da bi zadnje uredbe o krompirju ne bilo, če bi bila večina kmečkega stanu prav gledala na sedanje prehranjevalne razmere. Če

ima sedanja odredba, ki so jo izsilili kmetje sami s svojim nepravilnim, skrajno nesocialnim postopanjem za kmete kakšne neljube trdote v sebi, naj bi bil to prav resen in učinkovit opomin kmečkemu stanu, da naj pravilno takšno ravnanje, kakor ga je pokazal pri krompirju; ni pravilno niti v rednih razmerah, nikor pa v takšnih, v kakršnih sedaj živimo.

Že ponovno smo na tem mestu naglašali, da nam je pri srcu blaginja in bodočnost slovenskega kmeta. Tudi ta članek so narekovali isti nagibi. Čim manj bo namreč kmečki stan kazal razumevanja za obstoj narodne celote, tem več bo prišlo prisilnih odredb, ki ga bodo bolj ali manj ovirale v svobodnem gospodarjenju in utesnjevale njegovo razpolaganje s svojimi pridelki. Vzoredno s tem pa bo padal kredit kmečkega stanu, ki smo ga ustvarjali s težavo ob sodelovanju najboljših kmečkih delavcev. Narod bo videl, da kmet v najtežjih časih ni storil prostovoljno svoje dolžnosti do skupnosti, ampak se je uklonil le na odločen pritisk oblasti. Posledice trezno premislite vsi, ki ste prebrali te besede in storite vse, da se »krompirjevi«
dogodki ne bodo več ponovili pri nobenem drugem pridelku in nikdar več.

(Konec.)

Opozorilo vsem čebelarjem

Že v eni prejšnjih številkih »Domoljub« smo na tem mestu obvestili naše bralce čebelarje, da bo dobilo »Slovensko čebelarstvo« v Ljubljani nekaj vagonov breztrošarinskega sladkorja za dokrmljenje čebel. Sladkor je deloma že v Ljubljani (3 vagoni), ostanek bo pa prispel, če se bodo čebelarji v dovoljnem številu priglasili. Na A—Z panj se dobi 3 kg. na kranjč 2 kg in na prašilček 1,5 kg denaturiranega sladkorja.

Vse čebelarje opozarjamo na sledeče:

Sladkor za krmljenje čebel je mogoče dobiti le preko pristojnih podružnic Slov. čeb. društva in sicer samo člani društva. Zato naj čebelarji-nečlani pristopijo k društvu, da bodo mogli biti deležni sladkorja. Cena sladkorja se bo sukala okrog 5 lir za kilogram.

Vsak čebelar naj sladkor naroči takoj pri svoji podružnici in ga tudi čimprej pokrmi. Naj se nihče ne zanaša na to, da bo krmil spomladi, ker mu do takrat lahko pade polovica ali pa še več družin. Panji imajo letos večjidel veliko premalo zaloge za zimo, tako da ne bodo dotakali niti pomladnih toplih dni.

Sladkor, ki ga dobite v obliki trdih ploščic, razdrobite in ga raztopite v mlazni vodi. Vendar je važno, da vode ni preveč. Zato se držite pravila, da se doda na 1 kg sladkorja le dobrega pol litra vode. Pitajte na običajen način s pitalniki.

V onih krajih, kjer je letos medila prav do zadnjih dni jelka (hoja), naj čebelarji hojev med iztočijo in ga nadomestijo s sladkorjem. Nevarno je namreč, da bodo na hojevem medu zazimljene družine postale grizave in zaradi tega utrpel veliko škodo.

Če bi nastopilo zelo neugodno vreme za krmljenje, si lahko čebelarji po kmetih, ki imajo le manjše množine družin, pomagajo na ta način, da jih postopno prenesejo na topel prostor, tam dopitajo, potem pa spet namestijo zunaj.

Vsem čebelarjem priporočamo, naj ne zanemari nihče svojih družin. Vsak panj je košček narodnega premoženja in v današnjih časih pomaga k prehrani prebivalstva. Zato se poslužite sladkorja, ki ga je bilo težko dobiti in ga pozneje gotovo ne bo več.

Oskrbovanje korenin sadnega drevja

Zelo važen del sadnega drevesa so korenine. Če so močne in zdrave, lahko prehranijo drevo samo in tudi vse plovce. Drevo s slabimi in bolehnimi koreninami ni odporno proti različnim rastlinskim in živalskim zajedalcem ter kmalu podleže boleznim. Drevo z zdravimi koreninami pa bujno raste, cvete in da bogat sad. Koreninice potrebujejo za svoj razvoj in za delo, ki ga morajo opravljati mnogo zraka, toplote in primerne vlage.

Namen korenin je, da preskrbe in dovedejo drevesu vse redilne snovi, ki jih potrebuje. Znano pa nam je, da srkajo hrano le kot las tanke nitke, ki se nahajajo samo na koncu koreninskega ventila. Ti izrastki imajo posebno trdo konico, s katero rinejo med zemljo. Tik za njo pa se nahajajo posebne srkalne dlake, ki srkajo hrano. Bolj ko so korenine razrasle, več imajo koncev in dlak, s katerimi srkajo vlažne redilne snovi. Zato

mora vsak sadjar skrbno paziti, da koreninice delujejo v redu. Te pa bodo v redu dovajale drevesu hrano le, če bodo v zadostni množini imele zraka, toplote in vlage. To dosežemo na ta način, da drevesni kolobar večkrat prekopljemo površinsko ali globoko, rigolamo, z zalivanjem ali odpeljavanjem vode in pa z gnojenjem.

Že pri saditvi drevja smo zemljo izboljšali in prerahljali, kolikor je bilo mogoče. Vendar pridejo koreninice kaj kmalu iz umetno obdelane zemlje v trdo in surovo grudo. Če je prst dobra, je vse v redu. V slabših zemljah pa si moramo drugače pomagati. Tu izkopljemo okoli že prej izkopanih jam nov pol metra širok jarek. Korenine, na katere pri kopanju naletimo, gladko odsekamo. V jarek namečemo dobre kompostne zemlje ali prsti z drugimi, v dotični zemlji manjkajočimi snovmi in ga dobro zahodimo. Čez par let to zopet ponovimo. Se-

daj skopljemo poleg starega še nov tri četrt metra širok jarek, ki ga prav tako napolnimo z dobro prstjo.

Ta način dovajanja hrane in boljše-vanja zemlje se zelo dobro obnese tudi v starih sadovnjakih, v katerih imamo staro in zanemarjeno sadno drevje. Tu izkopljemo pod kapom 0.5—1 m širok jarek, korenine porežemo ob notranji steni, jamo pa zasipavamo z dobro gnojno ali kompostno zemljo.

Pri površinskem prekopavanju pokopljemo pod drevjem vsaj za dobro ped globoko. S tem uničimo plevel, ki požre mnogo hranilnih snovi, preprečimo izhlapevanje vode in dovajamo zemlji toploto in zrak. Rahlo površje propušča zrak in vlago v zemljo. Pod sadnim drevjem, posebno pod pritličnim, ne smemo nikdar trpeti plevela. Pa tudi drugih kulturnih rastlin ne. Poleg tega, da druge rastline posrkajo veliko hrane, ki je namenjena sadnemu drevescu, mečejo še veliko senco, tako da se zemlja ne more prav ogreti. V zmrzli zemlji pa sadno lrevje silno slabo uspeva.

K površinskemu obdelovanju sadovnjaka prištevamo tudi okopavanje in narejanje kolobarjev. Kolobarji so prav tako potrebni drevesu zaradi zraka, toplote in vlage. Najbolj potrebni so kolobarji pri mladem drevju. Tu jih napravimo tako, da vise proti zemlji in se voda lahko nabira in počasi polzi v zemljo. Pri starejšem drevju, ki ima srkalne koreninice že daleč od drevesa, napravimo kolobar v obliki gomile, okoli ka-

tere skopljemo plitek jarek, da se deževnica steka vanj.

Kolobarje kopljemo pri mladem drevju vedno tako široke, kolikor daleč sega krona. Pri starejšem drevju pa to večkrat ni mogoče. Vendar naj bo tudi tu drevesni kolobar vsaj 3 m širok. Kolobar obnovimo vsako jesen, vendar ga tudi med letom večkrat okopljemo in oplevemo.

K oskrbovanju drevesnih korenin prištevamo tudi odeje; tu razlikujemo dvojne: ogrejevalne in one, ki preprečujejo izhlapevanje vode. K ogrejevalnim prištevamo: kamenje, debel pesek, drobir, gromoz itd. Če nasujemo ta material pod drevesno krono, bo zadušil plevel in zadržal tudi vlago v zemlji. Poleg tega pa se kamenje silno hitro ogreje, toploto pa odda zemlji. V jeseni pa pokrijemo drevesni kolobar s starim hlevskim gnojem ali dobro kompostnico. To napravlja zemljo rahlo in vlažno. Čez zimo varuje hlevski gnoj tudi pred pozebo. S hlevskim gnojem pa nikdar ne pokrivamo drevesnih kolobarjev pred junijem, ker bi se drugače zemlja premalo ogrela. Najboljše je, da pokrivamo v jeseni, kot smo že omenili. Snovi, ki imajo to lastnost, da zemljo ogrevajo, nikdar ne škodujejo sadnemu drevju in jih lahko vedno s pridom uporabljamo.

Tudi glede gnojenja moramo biti previdni, da drevo zaradi preobile hrane ne prične divjati. O tem, kako in kdaj gnojimo pa prihodnjič.].

Prijetna skupna soba

(Nadaljevanje)

Kot smo zadnjič že omenili, je za udobno skupno sobo poleg reda in čistoče potrebna zlasti pravilna razporeditev pohištva. Pri še tako skromnem pohištvu in v še tako skromnih razmerah si uredimo vsaj en prijeten prostor, kjer nam bo prijeten tako počitek po delu, kakor bomo tudi lažje in bolj zbrano delali. Kjer ni velike krušne peči, okoli katere je mogoče postaviti priproste lesene klopi, si tedaj uredimo kot, ki je najbližji peči, ob dveh stenah, ki nimata vrat. Marsikdaj vidimo sredi sobe veliko, nerodno mizo s kupi stolov okrog, a koti so prazni in vsak kdor kolj hodi

ekozi sobo, se zadeva ob mizo in stole. Klop ob dveh stenah pa, ki se v kotu stikata, zavzame mnogo manj prostora, kakor stolj sredi sobe. Tudi je za večjo družino možno na klopi več sedežev kakor na stoli. Važno je pa tudi to, da so klopi cenejše. Klop naj ima ob zidu leseno naslonilo, da se stena preveč in prehitro ne umaže. Lahko pa namesto naslonila pritrđimo na stene preproste preproge, ki naj jih gospodinja ali njene hčere same napletejo iz ostankov blaga ali starih nogavic ali pa tudi iz slame. Še nedavno so nosili na naš trg Hrvati zelo praktične in poceni preproge iz lič-

ja. Prav tako dobre pa so, če jih napravimo iz domače slame. Kjer je ena od sten, kjer si uredimo tak kotichek, zunanja stena. bo taka stenska prepraga tudi ščitila pred mrazom, ker kolikor toliko zdržuje mrzli zrak, ki prodira skozi steno. Te vrste doma napravljenih slamnatih preprog obrobimo z ozkim robom iz ostankov kakšnega pisanega blaga, da se robovi prehitro ne razcefrajo. Da dobi naš kotichek bolj pestro barvo, si izvezimo tudi par blazin, ki jih poredimo po klopi. Napolnimo jih z morsko travo ali pa kar s senom, ki ga poljubno izmenjamo.

Prav posebno bo klop dobrodošla tam, kjer je mnogo živahnih otrok, ki se drugače le preveč radi prekučujejo po stoli in se lahko resno poškodujejo. Otrokom napravimo na spodnji strani klopi predale. Vsak otrok naj ima po enega ali dva taka predala, kamor naj spravlja svoje šolske knjige, ročno delo, pa tudi druge svoje drobnarije, ki jim ni mogoče dobiti drugje mesta, a je grdo, če so razmetane okrog. Če ni otrok, ali so že odrasli, bomo v te predale spravljali šivalne potrebščine, krtače, razno hišno orodje kot klešče, kladivo, žeblje in drugo. Zelo veliko reči gre v take predale in če se le malo potrudimo, in vedno iste reči po istem redu spravljam v iste predale, ne bo nikoli nervoznega tekanja po vsem stanovanju navadno prav takrat, ko se nam najbolj mudí. Tudi otroci naj se navadijo na ta red. Vsaka reč bodi vedno na svojem mestu!

Še o mizi nekaj! Če je iz javorjevega lesa in je zgornja ploskev vedno čisto poribana, niti ni potrebno, da jo pokrivamo s prtom. Bo prav tako lepo učinkovala. Na taki mizi naj otroci pišejo svoje šolske naloge in bo manj vika in krika, kadar se jim polije črnilo. Čist prt pogrnimo le ob nedeljah in takrat, kadar z gotovostjo pričakujemo gosta. Če pa je miza iz navadnega mehkega lesa, pa kupimo povoščeno platno in ga napnimo preko mize. Madeže potem lahko obrišemo z mehko vlažno krpo. Prav tako, če ne še bolj, je povoščeno platno primerno za mize in kredence v kuhinji. Miza naj bo končno tako narejena, da se lahko po potrebi raztegne in spet zloži, kar je zelo praktično za manjše sobe. Tudi v mizo naj bo vdelan vsaj en predal.

Kjer so debele vnanje stene in pod okenskimi policami globoke vdolbine, tam si napravimo majhne omarice, čijih zadnja stranica je pač stena. Zdaj ko je les drag, si s tem veliko prihranimo. Take omarice so nam namesto velike kredence, kamor spravljam razno posodo, kozarce, čaše za čaj in podobno. Če pa uporabljamo te omarice za knjige, potem niti niso potrebna vratca, temveč prednjo stranico omare nadomestimo s cenanim zastorčkom, ki naj bo iz temnega blaga, da se prehitro ne pozna vsak madež. S takimi predali in policami neverjetno pridobimo na prostoru.

Če imamo veliko posteljnino, zlasti zimskih odej in pernic, ki jih neradi čez poletje obdržimo na posteljah, je zelo praktična za spravljanje le-teh skrinja, ki jo še prav pogosto najdemo po hišah na kmetih. Sem vložimo čez poletje tudi vso zimsko obleko, a preko zime poletno, tako da za manjšo družino zadostuje poten le še ena večja omara, ki ima polovico prostora določenega za obleke, a v drugi polovici so police za perilo. S skrinjo pridobimo vrh tega par sedežev in če je količkej večja, za silo manjši osebi ali otroku tudi posteljemo na njej.

Tako smo po možnosti opisali skupno sobo, ki si jo uredimo prav tako lahko na kmetih kakor tudi v preprostih meščanskih in delavskih družinah. Pozimi so take sobe prav posebno prijetne, ker ni treba toliko paziti, da se ne bi kam zadeli in kaj pokvarili, kot je to mogoče pri dražjem položčenem ali iz različnih plasti lesa sestavljenem pohištvu. Naše pohištvo bo preprosto pleskano s svetlo ali temnorjavo barvo, kakor se komu pač bolj dopade.

Kjer pa ni več prostorov in ima družina le enosobno stanovanje ter je v edini sobi več postelj, potem si tak prijeten prostor uredimo v enem kotu kuhinje, pač v tistem, kjer najmanj motimo gospodinjo pri njenem delu. V kuhinji prav tako napravimo pod klopmi predale in v okenskih vdolbinah omarice, a tudi vsak kuhinjski stolček naj ima svoj predal. In če postavimo ob eni praznih sten večjo police z zastori, je kuhinjska kredenca že kar odveč. Police, klopi in predale bo pa znal bolj ali manj dobro napraviti vsak količkej spržen družinski poglavar, ki bo tudi z večjim veseljem prihajal domov v kotichek, ki si ga je sam z lastnim trudom napravil.

Trdanovi

Trdanovi so dajali približno vsak mesec enkrat gledališko predstavo, katere se je lahko udeleževala vsa vas. Prvo dejanje se je vršilo v gostilni, kjer je oče Trdan dajal za pijačo, napijal pivskim bratcem, prepeval in se hvalil, da njega še dolgo ne bo konec. Drugo dejanje se je vršilo že v domači hiši, kamor je Trdan prištorkljal ves nejevoljen in zahteval večerjo. Mati Reza mu je ni hotela dati, češ da je ni zaslužil in naj mu kuhajo tam, kjer je bil ves dan. Potem se je pričelo tretje dejanje: Oče je začel robantiti in kleti, mati je zmerjala, otroci so jokali, potem so pričeli frčati po hiši krozniki in kozice, vmes je padla tudi kaka klofuta ali so zaigrali nohti po Trdanovem obrazu. Četrto dejanje se je pa vršilo naslednji dan, ko je mati Reza nataktnjena vstala in tožila, da ji ni živeti pri takem možu, oče je imel mačka in je polegal ter ni bil za nobeno delo, otroci pa so čemerno pohajali po hiši in se ogibali očeta in matere.

Zares, življenje pri Trdanovih ni bilo prijetno. Nikjer ni prijetno, kjer mož zahaja v gostilno in žena ne zna s potrpežljivostjo in redom v hiši privezati moža na dom. Najbolj so to seveda čutili otroci. Najstarejši, Tonček, je bil očetov ljubljeneček. Oče ga je razvajal, kar ga je le mogel. Vse njegove muhe je gojil. Dokler je bil še majhen in nobene ostre mu ni smela reči mati, ker se je fant takoj zatekel k očetu, kjer je gotovo našel varstvo. Pa vendar fant zato ni prav nič maral očeta. Sovražno ga je gledal vsakikrat, kadar se je pijan vračal iz gostilne in če je le mogel, mu je šel s poti. Zmlada se ni privadil dela, ker oče ni pustil, da bi njegov ljubljeneček delal, zato tudi pozneje, ko je že nekoliko odrasel, ni maral prijeti za nobeno delo. Nekega dne pa, ko je bil v hiši zopet prepir in pretep, je izginil in se ni več vrnil v domačo hišo. Zaneslo ga je v mesto, kjer se je pridružil mestnim postopačem. Postal je potepuh in kmalu so ga poznali po vseh sodnijah in sodnijskih zaporih.

Ostali otroci, bili so še trije, so preživljali žalostno mladost. Kadar je bil v hiši pretep in prepir, so se plašni skrivali po koteh ali po so bežali v klet ali v hlev, da jih oče v svoji jezi ne bi pretepel. Mimica, starejša, se takrat vsaki-

krat na glas molila in se križala, Franček je preklinjal, kakor je slišal očeta in vihtel pesti ter se rotil, da bo očetu že pokazal, ko odraste, najmlajša, Ančka, pa je samo gledala brata in sestrico in momljala prazne besede. Da, Ančka ni bila prav pri zdravi pameti. Od rane mladosti je živela sredi večnega strahu, pa ji je ta strah udaril na možgane. Tudi sicer je bila rahlega zdravja, imela je rdeče oči že od rojstva. Ko jo je oče gledal še vso nebogljenjo v zibelki, ko so se ji oči solzile, se mu je za hip vzbudila kosmata vest in sam vase je momljal: »Da, da, je res moja hči. Skrofulozna je in pijanci imajo take otroke.« Pa ga je samo za hip obšlo to spoznanje; izrabil ga je le za pretvezo, da je mogel zopet v gostilno, da si opere svojo žalost nad nesrečo v družini.

Ko je oče potem nekega dne umrl, v hiši ni bilo žalosti. Vsi so se nekako oddahnili. Mala Ančka se je vsedla na prag in vsakemu, ki je prišel mimo, radostno pripovedovala. »Pri nas so pa ata umrli, pri vas pa ne.« S tem dnem so se prenehali za vas gledališki prizori, Trdanova družina pa je prišla na beraško pal'co. Prodali so jim domačijo in šli so po svetu s trebuhom za kruhom. Toda, ko so odrasli, so se le neradi spominjali očeta in svojega doma.

Lekarna

Oslajena ali osladkana voda pomiri razdraženo ali prestrašeno kri. Če je otrok padel, se udaril, prestrašil, če ga je kuhala vročina, so mu dale matere oslajene vode. Taka voda potolaži tudi bolečine, ki jih povzroča zlata žila, kamen in pesek. Če boli glava od želodca, če te pečejo oči, če imaš nahod, če si zaprt, pomaga kupica oslajene vode. Za nahod pomaga tudi, če njuhaš sladkorni prah ali če se pokadiš z njim. Sladkorni prah so pihali še v prejšnjem stoletju v oči, če je šlo »belo gor«. Za vnetje v grlu so dajali bolnemu žlico prahu, in rane so nasipali z njim. Sladkórjev dim zamori zametke bolezni, ob nalezljivih boleznih je dobro prekaditi stanovanje z njim. Za vročino, ki kuha otroka pri škrlatnici, davici, kozah, ošpicah kadar telo zebe, pomaga najbolj precej posladkana voda. Ustavi tudi prehudo nočno potenje, če izpiješ kupico, preden zaspiš.

KUHINJA

Prežgana juha z drobnimi makaroni. V razbeljeno mast ali maslo vržem nekaj žlic enotne moke in mešam toliko časa, da je prežganje bolj temnojavno. Prežganje razredim z mrzlo vodo, to se pravi na razbeljeno prežganje zlijem zjemalko vode in mešam toliko časa, da se moka enakomerno razpusti. Nato zalijem s kropom in pustim pol ure vreti. Za duh dodam juhi malo kumne, en lavorov list in eno šalotko ali kos čebule, v katero sem zataknila kake tri ali štiri nageljnovke klinčke. Drobne makarone poparim s kropom, operem v mrzli vodi in jih do mehkega skuham v prežganki. Soliti seveda ne smem pozabiti. Še boljša je prežganka, zalita s krompirjevkjo, to je odcedek kuhanega olupljenega krompirja.

Makaroni s sirom brez masti. Makarone poparim s kropom, operem v mrzli vodi in skuham v slanem kropu. Makaroni naj bodo malo bolj kot na pol kuhani. Kozico prav natanko namažem z mastjo. Potem vlagam plast makaronov. Vsako plast potresem z naribanim navadnim sirom ali pa s sirom iz kislega mleka. Površino sira potresem še prav malo z drobno narezanim drobnjakom. Zadnja plast naj bo potresena s sirom in drobnjakom. Kozico denem za 20 minut v pečico. Makarone podam na mizo kot samostojno jed z zeljnato solato.

Zeljna solata. Posameznim listom izrežem štiričke in jih zrežem na tanke rezance. Rezance posolim, potresem s kumno in jim primešam nekaj kuhanih, olupljenih in na prav tanke rezine narezanih krompirjev. Krompir dobro pomešam s solato, da ta zmešča rezance. Solato takoj zabelim z oljem in pustim stati do uporabe. Okisam šele, preden dam na mizo. Dolgo časa okisana solata postane namreč grenka.

Kaša kot prikuha. Četrta litra kaše zberem, poparim s kropom, operem še v mrzli vodi in odcedim. V kozici segrejem ilico na mleku pobrane smetane. V mast vržem odrezek čebule, da ta malo zarumeni. Na segreto mast stremem kašo in mešam toliko časa, da se mokrota posuši. Ko je mokrota posušena, zalijem kašo s 1/2 litra kropa in pustim počasi vreti četrta ure. Kašo dam k mesu s posiljenim zeljem na mizo; ako mesa ni, brez njega.

Posiljeno zelje. Belo ali rdeče zelje zrežem na rezance, ki jih posolim, potresem s kumno, polijem s kisom. Med zelje razrežem nekaj kislih jabolčk. Jabolka zbršim in neolupljena narežem med zelje. Skledo, v kateri je zelje, pokrijem in pustim eno uro na toplem pro-

storu. V kozici razgrejem malo masti in dodam sesekljano čebulo. Ko čebula zarumeni, stremem v kozico zelje in med pridnim mešanjem pražim toliko časa, da se zelje zmešča in da se jabolka razpuste. Nato potresem zelje z moko, malo popražim in zalijem s kropom ali s krompirjevkjo. Zelje mora biti precej gosto.

Škodljive rastline

Navadni volčin ali izvin (Daphne mezereum)

Med prvimi, že v marcu cvetočimi rastlinami, ki rastejo v naših bukovih gozdovih, je **navadni volčin**. Njegov vonj sliči vonju hiacint ali španskega bezga ter privablja metulje in čebele v veliki množini. Ta rastlina je močno strupena. Lubje ima posebno snov, ki povzroča mehurje in so ga zaradi tega uporabljali v lekarnah za obliže. Prav tako so nekdanj uporabljali lubje navadnega volčina za barvanje volne. Dafnini, to je namreč snov, ki povzroča mehurje, razpače pri kuhanju v glikozo (sladkor) in neko barvilo (dafnetin), ki barva volno rumeno. V semenih, ki imajo precej olja, je hudo strupena snov kokogain, ki je grenkega okusa. Ptičem seme prav nič ne škoduje, in se radi sladkajo z lepimi, rdečimi in mesnatimi jagodami, seme pa izločijo nedotaknjeno.

Ime volčin so dali tej rastlini zato, ker njene jagode celo volka umore. Pravijo, da je šest jagod dovolj. Iz istega vzroka mu pravijo ponekod tudi volčička, ker je močno strupen tudi modrasovec. Zaradi pekočega okusa pa so mu dali ponekod ime divji poper.

Zastrupljenje s tintnim svinčnikom

Že kot otroke so nas svarili v šoli, da moramo biti previdni, kadar ostrimo tintne svinčnike, ker je možno zastrupljenje. Morda smo, ko smo dorasli, na to pozabili in smo začeli omalovaževati ta nasvet. Toda tu ne gre stvari omalovaževati; resnica je namreč, da nikakor ni brez kvara, če pride v rano raztopina tintnega svinčnika, ker začne uničevati staniče in se pojavi gnोजenje, ki ima nalogo preprečiti razdiralno delo tuje snovi. Če se belim krvnim telescem, to je namreč gnoj, ne posreči takoj uničiti (požreti in razkrojiti) delcev svinčnika, gredo globlje v staniče, ker hočejo privedi krvi več odpornih snovi. Medtem pa ruši tuje telo staniče kar naprej. Posebno nevarno utegne postati zastrupljenje blizu kit, kosti ali sklepov, ker se loti istih in je dolgotrajno. Zaradi tega je treba precej previdnosti, če imamo opraviti s tintnimi svinčniki; če smo se pa ranili z njimi, pojdemo takoj k zdravniku.

PRAVNI NASVETI

Preživnina za ženo. A. Š. Vprašate, ali bi mogli zahtevati zvišanje mesečne preživnine, ki vam je bila določena na 300 dinarjev. Dolžan jo je bil plačevati mož, ki pa je vse premoženje izročil hčerki in tudi njegova hči plačuje določeno preživnino. Radi velike druginje z navedenim zneskom ne morete več živeti. — Ako ni s pogodbo ali s sodbo, s katero vam je bila določena preživnina v denarju, kaj drugega določeno, bi po našem mnenju radi spremenjenih razmer mogli zahtevati zvišanje mesečne preživnine. Vsaka pogodba o denarnem nadomestku za preživljanje, je že po svoji naravi in po svojem bistvu sklenjena v to svrhu, da prevžitarju nudi možnosti preživljanja. Če radi spremenjenih razmer kupna moč denarja tako pade, da vžitkar z določenim zneskom ne more živeti, je naravno in pravično, da se določeni znesek poveša. Seveda pa v vašem primeru ne moremo z gotovostjo trditi, da boste uspeli, ker ne poznamo vaših razmer, niti okolnosti, pod katerimi ste sklenili prevžitarsko pogodbo, oziroma sodbe, če vam je bila s sodbo določena preživnina.

Preseljenec. S. J. K. Kolikor moremo posneti iz vašega pišma, ste bili zavarovani po zakonu o zavarovanju delavcev zoper bolezen, zoper nezgode in zoper onemoglost, starost in smrt. Tak primer pri vas še ni nastopil, zato zavarovalnice iz naslova zavarovanja ne boste mogli zahtevati. Sicer pa glede tega vprašajte pri Zavodu za socialno zavarovanje v Ljubljani. Glede podpore se pa obrnite na Rdeči križ.

Spor radi meje. S. J. O. Pred leti je zemljemerec trem sosedom v gozdu izmeril in določil mejo, tako, da so bili vsi trije zadovoljni. Sedaj pa naslednik enega soseda te po zemljemercu določene meje noče priznati in kosi po sosednji parceli. Za noben opomin se ne zmeni in tudi na posredovalni urad ni hotel priti. Vprašate, kaj bi storili. — Druge poti v vašem primeru ni, kakor tožba proti trmastemu sosedu, ki si ne da dopovedati, da mora tudi on meje spoštovati. Isto velja glede mejnika, ki ga je odstranil.

Zakol prašiča v sili. F. B. Vprašate, ali je za zakol prašiča v primeru bolezni tudi potrebno kakšno dovoljenje. — Po predpisih o klanju prašičev, izda Prehranjevalni zavod za živali, zaklane v sili, posebno dovolilnico, če predloži veterinarsko potrdilo, in plača za prašiča stalno pristobino 50 lir. Maščobe, ki se pridobe od prašičev zaklanih v sili, se morajo pod nadzorstvom veterinarja ali pooblaščenega preglednika mesa oddati pristojnemu občinskemu Preskrbovalnemu uradu, ki mora sporočiti Prehranjevalnemu zavodu količino teh maščob.

Bolniški stroški. D. E. R. Prejeli ste plačilni nalog, za plačilo bolničnih stroškov, ki jih pa le težko zmorete. Vprašate, kam bi se obrnili radi oprostive plačila stroškov ali, da bi vam jih vsaj znižali. — Vložite prošnjo za znižanje ali oprostitev plačila bolničnih stroškov na Visoki komisariat v Ljubljani. Ta more na utemeljeno prošnjo v primerih, vrednih posebnega upoštevanja, oskrbne stroške znižati, odpisati ali na drug način olajšati. Bolniki, ki so po dobljenih uradnih poizvedbah zaradi priznanega siromaštva nezmožni plačila oskrbnih stroškov, še popolnoma oprostite plačila.

Taksa od darilne pogodbe. I. M. Radi bi zvedeli, koliko bi bilo treba plačati takse od pogodbe, s katero vam bo brat daroval zemljiško parcelo. Tudi vprašujete, ali je višja taksa od darilne ali od kupne pogodbe. — Da bi vam mogli točno odgovoriti, bi bili morali povedati, koliko je vredna parcela, ki vam jo namerava podariti brat. V primeru darilne pogodbe bo taksa tem višja, čim večja je vrednost parcele in znaša od 3 do 20% od vrednosti. To velja za državno takso. Poleg tega bo pa treba plačati še 2% no pokrajinsko (banovinsko) takso in če je parcela v območju ljubljanske občine, tudi še 2% no mestno takso. Državna taksa za kupno pogodbo pa znaša 6%. Mestna in pokrajinska taksa pa je enaka, kakor pri darilni pogodbi.

Odložitev nastopa kazni. M. N. Obsojeni ste bili na zaporno kazen in vam je sodišče dovolilo tri mesece odloga. Vprašate, kako bi dosegli, da se vam nastop kazni še nadalje odloži ker morate preživljati družino. — Če ni še minulo 6 mesecev po pravomočnosti sodbe, vam sme apelacijsko sodišče iz posebno tehtnih razlogov kazen odložiti, za več kakor tri mesece, toda ne preko šestih mesecev. Prošnjo bi bilo vložiti pri sodišču prve stopnje.

Vpliv soli na rast rastlin

Da so za rast rastlin potrebne razne soli, nam je že od davna znano. Ni nam pa dovolj znano, zakaj potrebuje rastlina raznih soli za svoje življenjsko opravilo. Nek profesor je raziskoval vpliv raznih soli, tako n. pr. kuhinjske, kalijeve in apnenčeve soli na klice raznih rastlin in je ugotovil, da solj kalija in natrija pospešujejo rast klic, dočim apnenčeve soli to rast ovirajo. Kalij in natrij imata za rast v dolžino enak pomen.

Soli, ki jih sprejema rastlina iz zemlje in sicer raztopljene v vodi, prevaja, kot je po najnovejših poizkusih dognano, posebno na večje daljave v natančno določenih stanicah cevnih povezok, to je v sitkah (tako imenovanih zato, ker imajo prečne stene, ki ločijo stanico od stanice preluknjane kot rešeto ali sito). Brzina, s katero se dviga v teh stanicah, doseže do 30 cm na uro.