

Zdravstvo in kosmetika

Preizkušena domača sredstva in zdravila

Amonijak; v vodi raztopljen, je znan kot salmijakov cvet; z njim pomočimo pike komarjev, čebel, os in drugih žuželk. Zmešan s sivkinim oljem služi kot ostro vonjivo sredstvo pri omedlevici.

Antipyrin, prašek proti glavobolu, hripi, migreni, mrzlici.

Aspirin, prašek, kateri povzroča potenje, ublaži bolečine, zlasti revmatične, je proti mrzlici.

Bencin čisti in razmašuje polt, a je ne draži. Uporabljajo ga tudi za čiščenje kože pred operacijami in pri kožnih boleznih. Platnene krpice, pomočene v bencin, preženejo rdečico nosu.

Boraks takisto razmašuje kožo. Razmešan v vodi, daje dobro sredstvo za grgranje in izpiranje.

Borova maža, borov vaselin, sredstvo proti ranam in opeklinam.

Borovnice (črnice), suhe, kuhane ali sirove, so proti driski in grži. Kuhamo jih na črnem vinu ali na malo vode.

Cinkovo mazilo pri kožnih izpuščajih kot zaščitno sredstvo, ki hladi in ne draži. Z njim varujemo tudi zdrave dele kože okoli ran, turov, izpuščaje.

Česen pospešuje tek in prebavo; je proti poapnenju žil, čisti želodec in čreva. Uživamo ga kot tinkturo, nastavljenega na žganju, ali svežega, drobno sesekljanega.

Dermatol, suh prašek brez vonja, ki ga potresamo na rane, opeklino in kožne otekline; tudi na podplate proti potenju nog.

Doverične praške, ki so sestavljeni iz mlečnega sladkorja, korenin ipekakuane in opija, jemljemo za pomiritev kašlja in bolečin.

Drožje sveže, kakor tudi različni njegovi preparati, delujejo razkuževalno. Navadno sveže drožje (kvas) jemljejo z vodo razmešano pri boleznih na koži, n. pr. pri izpuščajih, turih i. dr. Učinkuje tudi pri zaprtju in sladkorni bolezni. Zdravljenje ž. njim pa ni ravno prijetno, ker zelo napenja.

Dvojnokisli kalij (hipermangan) deluje razkuževalno. Malo zrnce kalija, raztopljeno v vodi, jo pobarva bledovijolčasto in odpravlja neprijeten vonj, ustavlja gnitje. Uporabljamo ga za grgranje pri boleznih v grlu ter za izpiranje.

Formaldehid, ostra razkuževalna tekočina, ki sili njen vonj h kašlju; uporablja se za izkuževanje stanovanj, z vodo zelo razredčen pa za odpravo znojenja nog.

Galun se v vroči vodi hitro raztopi; stiska kožno staničevje in zadržuje razvoj vnetja na koži. Služi za grgranje in izpiranje.

Glicerin mora biti v vsaki hišni lekarni. Uporabljamo ga pri kožnih vnetjih, zmešana z alkoholom in limonovim sokom. Dalje razredčenega z vodo (5 delov vode, 1 del glicerina) za prirejanje klistire in za mazanje rok, ako so razpokane. Glicerin, zmešan z vodo; pa tudi že po kratkodobni uporabi uniči trihine v človeškem telesu.

Gorčica (ženof), gorčična kopel, gorčično olje, gorčični papir in špirit, vse ima namen, da dobro prepoji vrhne plasti kože s krvjo, n. pr. pri revmatizmu, težkih glavobolih, pljučnih katarjih i. dr.

Grenka sol je odvajalno sredstvo.

Hofmanove kapljice, mešanica etra in špirta; dajemo jih na sladkorju ali na žlici vode ob nenadnih slabostih.

Janež, kuhan na vodi skupaj s kimljem in kamilicami, prežene vetrove v telesu, kolcanje in se z uspehom pije tudi proti trebušnim krčm. Janežev čaj vzbuja tek, čisti mehur in krepi želodec.

Jod, *jodoform* i. dr. Vsi jodovi preparati so močno razkuževalni (jodova tinktura, jodvasogen); jemljemo jih notranje in vnanje v obliki kapljic, praškov, mazil, naravnih izvirkov itd. Kapljica joda na vodi zabrani nahod, ako smo izpili raztopino še preden se je nahod razvil. Ako zatečejo žleze, jih mažemo z jodovimi mazili. Vendar se mora vršiti uporabljanje joda pod zdravniškim nadzorstvom, ker je strupen.

Varujte svoje zdravje s tem, da skrbite za

redno stolico.

Jemljite dnevno po jedi 1 do 3 Leo-pilule, ki Vam pomagajo do lahkega in prijetnega odvajanja.

Oglas reg. pod Sp. br. 909 od 28. X. 1988

Leo-pilule



Kamilice, čaj proti vsem želodčnim in trebušnim nevarnostim.

Kadulja (zajbelj). Čaj iz listov kadulje ustavlja gnitje in potenje ter celi rane. Kdor kašlja in se ponoči poti, naj pije kaduljev čaj, prirejen na mleku. Kadulja, namočena in prevrta s pelinom, čisti jetra, ledvice, pljuca, želodec.

Kimel, čaj vzbuja tek, krepi želodec, odstranja napetost v telesu.

Kuhinjska sol je važen sestavni del vsega, kar živi. Najdemo jo v mnogih rudniških vodah, v živalskem mesu in zelenjavi. Morske kopeli so koristne, posebno če vsebujejo tudi

jed. Majhna količina soli je telesu neobhodno potrebna. Ker jo uživamo z jedmi, ki vsebujejo sol že od narave, je po novejših raziskavanjih zelo priporočljivo čim večje omejevanje soli. Hrano brez soli naj bi uživali zlasti ljudje s kosmo jetako, Judimi glavoboli ter bolniki, ki so podvrženi epileptičnim napadom.

Lanolin je očistena, vode prosta tolsča ovčje volne. Varuje kožo, ker ne postane žarek, je posebno primeren za prirejanje mazil, ki so koristna koži.

Lipovo cvetje, kot čaj povzroča potenje in se uporablja pri prehladu, a tudi splošno lahko s pridom nadomestca ruski čaj, ker je brez strupa teina in zato dosti bolj zdrav kakor pravi čaj.

Limonov sok je uporaben v kuhinji na sto načinov. Kot zdravilo ga uporabljamo pri boleznih grla, dlesni in ust vobče; ako se zbira kaj v ustih, srkamo večkrat dnevno sok od limone. Da vsebuje limona, izmed vsega sadja največ vitamina C, je splošno znano; zato dajemo limonov sok bolnikom, ki bolujejo na skorbutu, putiki itd.

Lizol je močno, a tudi strupeno sredstvo za razkuženje perila bolnikov v legarjem in drugimi nalezljivimi boleznimi. *Lizoforn* je milejše tako sredstvo, sestavljen je iz formaldehida in mila ter služi razmešan z vodo za umivanje rok. (Nadalj. prih.)

Raznoterosti

Nekaj o hrani

Učite se pravilno jesti! Mleko vsebuje skoraj vse važne hranilne snovi, in sicer skoraj docela v pravem razmerju; tudi vitaminov (dopolnil) mu ne manjka. Tako bi prav za prav človek povsem primerno uspeval, ako bi popil 4-5 litrov mleka dnevno. Toda nihče bi ne mogel na daljšo dobo prenašati tako velike količine samega mleka brez drugih hranil. Priskutil bi se mu tako zelo, da bi ga niti ob hudi lakoti ne mogel več uživati. Število živil, ki se jih ne naveličamo, četudi jih uživamo skoraj dan na dan, je prav majhno. Tu sem spadajo kruh, juha, meso, krompir, kava. Sicer pa jih ne uživamo posamezno, marveč v zvezi z drugimi jedmi. Hrana mora biti čim raznovrstnejša.

Ni vseeno, ali nam jed tekne ali ne. Da dohro prebavimo užita živila, nam morajo pomagati različni sokovi, ki jih izločajo žleze prebavnih organov. Med te sokove spadata predvsem slina in želodčni sok. Čimboli nam jed dšji; temveč slina in želodčnega soka proizvajajo žleze. Da se nam

ob pogledu na kako jed «sline ced», pa «da sline požiramo» ni prazno besedenje, temveč je resnica. Kajti jed, ki bi nam zelo teknila, ne draži le neposredno slinskih žlez; ako gledamo okusno jed in začutimo njen vonj, sodelujejo pri tem tudi možgani in živeci, ki naravnost izzivajo slinske in želodčne žleze; da izločajo čim več sokov. Prebavljanje pa se začneja že v ustih.

Jeste v miru in počasi! Kdor v naglici pogoltno svoje kosilo, samo da se hitro vrne k delu, ali kdor med jedjo čita in s tem obtežuje svoje možgane, da mu ne morejo biti v pomoč pri prebavljanju, kdor govori pri obedu o poklicnih, rodniških ali gospodinskih neprijetnostih, mu jed ne tekne; zato ne proizvaja dovolj slin in želodčnega soka in torej slabo prebavlja. Pri jedi se je treba resnično posvetiti uživanju; vsak grizelje posebej moramo dobro zgristi in skrbeti, da se temeljito pomeša s slino. Kdor dela tako, potrebuje precej manj hrane nego oni, ki je hitro in hlastno. Prva jedi popolnoma izkoristi; pri drugem pa ostane polovica

Z okrepevanjem Vaše kože



kvarni učinek dela
boste odstranili
v gospodinjstvu!

Uporabljajte NIVEO, ker edino NIVEA vsebuje EUCERIT, sredstvo, ki krepi kožo. Z redno nego z NIVEO postane Vaša koža bolj zdrava in odpornejša ter bo videti mladostna in sveža.



hrane neprebavljena, torej neizrabljena, in se tako izloča skozi črevesje. Morda imajo prav Angleži, katerih glavni obed se vrši šele v večernih urah, to je po končanem delu, ko imajo dovolj časa, da se v miru posvetijo jedi. Čim bolj zobje hrano razgrizejo in prežvečijo, tem lažje delo imata želodec in čreva. Kdor ima zdrave zobe, da lahko hrano že v ustih dobro predela, ne pozna sitnosti z želodcem. Za ljudi s slabimi zobmi in za tiste, ki nimajo več zob, je potrebna zdrobljena, sesekljana in pretlačena hrana. Ker se mora želodec po storjenem delu vsakokrat spočiti in pripraviti za nove napore, je najpametneje in najbolj zdravo, da se vzdržimo vsakih vmesnih priboljškov med posameznimi glavnimi obroki.

Obed mora biti čedno serviran. Ni vseeno, ali jemo na čisto pokriti ali čedno pomiti mizi, ali pa smo na kakem oglu odmaknili razno ropotijo in jemo iz pocene, oškrbljane in umazane posode. Čedno poročena miza z lepimi posodami že sama na sebi vzbuja tek. Ako moramo zajemati jed iz sijastih koz, ki stoje na polti in umazani mizi, nas že vnaprej mine veselje do jedi. Zato v naglici pojemo le toliko, da si utišamo najhujši glad.

Ne jemo prevroče o tudi ne premrzle hrane! Človeška kuhana hrana ne sme biti

holj mrzla kakor 7 stopinj in ne bolj vroča kakor 50 stopinj Celzija. Kdor uživa bolj vročo hrano, lahko dobi raka ali kako drugo hudo bolezen na želodcu ali na drugih prebavnih organih. Ljudje, ki uživajo ledeno mrzle jedi, pa često bolujejo na črevesnih in zeločnih katarjih, a si tudi oskodujejo pljuca.

Kakšna naj bo naša dnevna prehrana? Ugotovljeno je, da je najkoristneje za zdravje, ako uživa človek zmerno količine mesa, dalje toščice, zelenjavo in sadje. Kdor je pretežno meso, se ne počuti dobro. Prav tako škodljivo pa bi bilo, ako bi živeli od samih zelenjav; uživati bi jih morali v velikih količinah, kar bi obteževalo želodec in čreva. Velika prednost živalskih živil je, da že majhne količine povzročajo veliko gorilno toploto, ki je potrebna za predelavanje, to je prebavljanje hrane. Raznovrstna mesana prehrana, ki vsebuje od časa do časa tudi sirovo hrano, je zato najbolj priporočljiva.

Ribe po kakovosti

Vet. Hugon Turk (Konec)

Morske ribe. III. skupina rib.

V tej najboljšejsi skupini užitnih rib je razvrstitev po kakovosti najtežavnejša. Po najboljših virih in izkušnjah jih bomo porazdelili v šest podskupin in sicer:



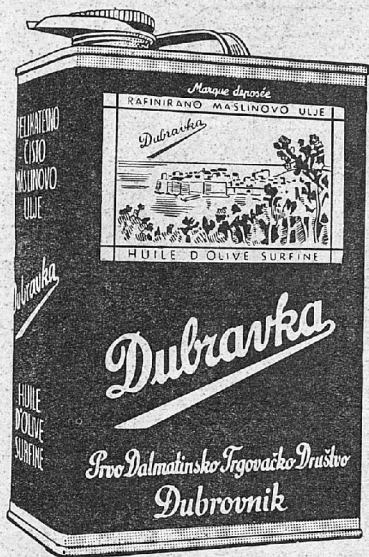
za vsako perilo !

1. *najodličnejše morske ribe:* tu je na na prvem mestu *ljubin* (luben, brancin, (Seebarsch); potem *podlanica* (komarča, orada, Goldbrasse), glava te velike ribe je prava poslastica; sledi *zobatec* (dental); izvrstna je dalje *trilja* (trlja, barbono, Rotbart). S trljo (barbonom) se dostikrat zamenjava arbuna ali pagelj (ital. ribon), ki ga uvrščamo šele v nadaljni skupini štev. 4. (Dobre morske ribe.) Izvrstna riba je tudi *list* (Sfoglia, Seezunge).

2. *odlične morske ribe so sledeče:* *jegulja* ali *ogor* (Seeaal), katero smo že prej uvrstili med ribe, ki žive v morju in sladkih vodah; *kovač* ali *sv. Petra riba* (Peterfisch, Heringskönig); *skuša* (skuš, Makrele), nje

podobna, toda po kakovosti nižja je *plavica*; še slabjša in tudi skuši in pa *plavici* podobna je *šarun, šnjur* (Stöcker). Izborna riba, posebno mlajša, je *tuna* ali *tunj* (Tunfisch); takisto *osli* ali *tovar* (azinello ali mallo, Hechtdorsch). Med odlične ribe prištevajo *ugotice* ali *pišmolje* (Schellfisch), ki imajo sočno, mehko in redilno meso. Končno spada v to skupino še *škrap* ali *morski konj* (Meerrabe) s sočnim in okusnim mesom.

3. *zelo dobre morske ribe so:* *bodeljka* ali *škrpina* (geflecker Drachenkopf); *polanda* (pelamida, Bonito), ktere meso je podobno tunjevi, po okusu mnogih pa je še boljše; *iverak* (Scholle, Flunder), ki po telesni obliki spominja na morski list (sfoglio); *gla-*



„Dubravka“

najboljše olivno
rafinirano olje

Zahtevajte ga v vseh boljnih
trgovinah!

vač (glamoč, Grundl), zelo dober v omaki (brodit). Seveda je še cela vrsta drugih, toda pri nas malo ali nič znanih zelo dobrih morskih rib.

4. *dobre morske ribe*: teh je zopet prav dolga vrsta. Naj nastejem le sledeče: *sardine* (Sarda), so tri vrste: hovat, srdela ali srdela (Sardine, Tilehard), potem pri nas dobro znana *sardela*, hrvatsko brkljun ali brgljun (Sardele, Anchovis) in *sardelica* (hrvatsko srdelica, sardon, Sprotte). Slede *arbutun* ali *pagelj* (Pagel; cipal (cievolo, Meeräsche); bukva (Blöcker); *sopa* ali *salpa* (Salpe); *igla* ali *jaglica* (Grünknochen); škarpina (Drachenkopf); *gavun* ali *oliga* (Ahrenfische). Od poslednje poznajo trije vrste.

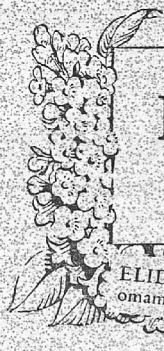
5. *srednje vrednosti* so sledeče morske ribe: *gürice* (Ringelbrasse), katerih je dvoje vrst; *lumbraci* ali *lenci* (Lippenfische) več vrst; *trup* ali *trupec* (Rissos, Dornrücken), je še prilično dobra riba.

6. *morske ribe s slabejšim okusom* so: *morski angel* ali *sklat* (Meerengel); *morski golob* (Meeradler); *morska mačka* (Katzenhai) in *morski pes koščak* ali *kostelj* (Dornhai), ki ima še najboljše meso iz te vrste rib

in prihaja na ribje trge odrte kože, toda z hodicami, da se na njih spozna boljša vrsta ribe.

Ribe konzerve in sorodni izdelki.

Ribe konzervirajo na razne načine: s sušenjem na zraku ali v dimu, z nasolnitvijo, s kisom («mariniranjem») ali v olju, žolici, aspiku in želeju. Večina njih spada med poslastice. — Na zraku in soncu suše ribe *polenovke* (raznih vrst), njihova vrednost in poraba za človeško prehrano je splošno znana, poleg nasprotnikov imajo po vsem svetu tudi mnogo ljubiteljev, posebno ob primerni kuhinjski pripravi. — V dimu sušijo *kečige* in *jestre*, *losose* (Lachse), *sprote* = sardelice (Sprotten), *jegulje* (Aale), *slede* (Heringe), pri nas tudi *šuke* (Čirknica), ob morju razne *bokoplute* (plošče in liste), pa tudi polenovke. S soljo ohranjujejo *slanike* (slede); *sardele*, *dorše*, v kakih slučajih nasole tudi *sardine* v sodcih. Prvovrstna poslastica so losos in jegulja. V kisu konzervirajo («marinirajo»): *anchovis* (ančovi), ki so ali sardele ali sardine, *jegulje*, *slede* (Rollmops, Bismarckhering, Ostseehering itd.), pa tudi razne sladkovodne ribe v kuhinjski



ELIDA mila

ELIDA BELI ŠPANSKI BEZEG
omamljivega vonja — snežnobele barve



porabi. Vse te so priznane delikatese. Največ se pa konzervirajo ribe s kuhanjem, lahko osolitijo in v olju ter neprodušnih kositarjevih skatlicah; tu so predvsem *sardine, skuše in tune*. Posebno zadnji dve ribi sta prvovrstne poslastice, da si tun ni lahko prebavljiv. K ribjim konzervam naj pristajemo še *sardelno maslo* (sardelna pasta), njihovo sestavo označuje že ime.

V trgovinah se dobe konzervirani repki

malih morskih rakov (skampov itd.), tu in tam tudi *rače maslo* (zdrobljene rače lupine s presnim maslom); za naše razmere je oboje brez pomena.

Kaviar. To so ikre jester in kecij, redkeje tudi drugih rib, katere nasoté v navadni morski soli in sicer pozimi le bolj lahko, poleti pa nekaj bolj nasoljene. Nenasoljenega kaviarja ni. Kaviar je velika poslastica, zelo krepko hranivo in zelo drago.

Kuhinja

Pecivo iz kravjega sira

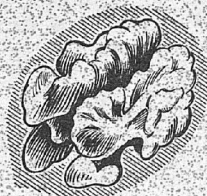
Sladice iz sirovega testa so prav okusne in so priljubljene tudi pri gospodinjah, ker jih navadno le malo sladimo, ali pa sploh izpustimo sladkor in namesto njega vzamemo malo več soli. Tako pecivo se dobro poda kot opoldanska uvodna ali močnata jed, a tudi h kavi, čaju, pivu ali vinu je dobro došlo. Prirejamo ga kot drobno suho pecivo, ga pečemo, cvremo ali kuhamo, a ga tudi nadevamo z različnimi sladkimi nadevi, pa tudi z raznovrstno mesno sekanico. . . . Ako je kravji sir pripravljen iz posnetega mleka, je suh in pust ter sevé ni tako okusen in tudi ne tako redilen, kakor polnomastni sir. Pri naslednjih navodilih za nekatere sladice in za slano pecivo imamo v mislih vedno polnomastni kravji sir. Ako takega ni na razpolago, treba brez ozira na predpisani recept primesti siru nekoliko presnega masla že prej preden odtehtamo naznačeno količino.

Sirovi kolački. Zgneti v testo 30 dkg moke, 30 dkg presnega masla, 30 dkg pretlačenega kravjega sira, kavno žličko pecivnega

praška in malo soli; počiva naj na mrzlem pol ure. Potem ga razvaljaj, razrezi s kolesecm na četrkotnike, ki jih nadevaj z mesno sekanico, zgani vsakega počez čez pol, da dobiš trikotnik, ki ga ob robovih namaži z beljakom, stisni kolačke, zloži na piclo namazan pekač, namaži jih z razpetim jajcem in jih speci bledorumen. Prav dobri so gorki, a tudi mrzli. *Sekanica*. Sesekljaj prekajeno svinjino ali ostanke kakršnegakoli pečenega ali kuhanega mesa, dodaj malo drobtin, oprži na maslu, ko se nekoliko ohladi, primestaj celo jajce, par žlic sladke ali kisle smetane, sesekljanega zelenega peteršilja ter potrebne soli. — Iste kolačke lahko nadevaš s sladkim nadevom: četrť kg zmletih orehov popari s prav malo mleka, osladi in dodaj en rumenjaki, enega beljaka sneg, limonovega soka in cimeta. Tudi te kolačke daš lahko na mizo gorke ali mrzle. Delamo jih zlasti pozimi, ker razen za sladki nadev ne potrebujemo nikakih jajec. A celo pri nadevu jajce lahko izostane, ako primestamo nekaj več vrelega mleka.

Sibice h čaju. Zmelji na stroju za meso

Pri orehu jedrce.



Prerašeno sladno jedro pa vsebuje
Kneippova sladna kava

ali dobro pretlači 20 dkg kravjega sira, zmešaj ga z 10 dekami presnega masla, dodaj 10 dkg moke, ščepec soli in pol kilograma sladkorja. Zgneti gladko testo, razvaljaj ga na debelo in zloži kakor masleno testo ter ga pusti počivati 20 minut. Ponovi to še dvakrat, potem ga vnovič razvaljaj na pol prsta debelo ter zreži s kolescem na en cm široke in dvajset cm dolge prame, ki jih polagaj na piclo namazan, z moko posipan pekač, pomazi jih z raztepenim jajcem, potresi s kimljem in speci.

Sirovi hlebčki. Iz dveh dkg drožja, 10 dkg bele moke, pol žličke sladkorja in pol skodelice toplega mleka postavi kvas. Medtem zmešaj 20 dkg pretlačenega mastnega sira, celo jajce in en rumenjaki, 5 dkg sladkorja, 5 dkg raztopljenega masla, ščepec soli in nastrgane olupke pol limone; dodaj še vzhajano drožje, 20 dkg moke in toliko mlačnega mleka, da napraviš srednjevrdo testo, ki ga prav dobro zgneti. Postavi ga na gorko, da vziđe, potem ga iznova na deski pregneti, in razvaljaj z rokami v podolgovate klobase, ki jih nareži na pol jajca velike kolačke. Vsakemu kolačku daj obliko hlebčka, ki ga nekoliko ploščato stisni. Te hlebčke polagaj v primerni razdalji na desko, pokrito s prtjem in posipano z moko, prav kakor krofe. Postavi desko na gorko, in ko so hlebčki dovolj shajani, jih ocvri na masti, kateri si pridejala nekoliko masla. V razbeljeno mast jih drevlji z vrhunjio stranjo navzdol. Ko so se hlebčki zarumenili, jih jemlji z iglo iz masti in jih polagaj na pivnik. Daj na mizo gorke ali mrzle, posipane z vanilijevim sladkorjem.

Sirova pogačice. Napravi testo kakor prej, toda ko ga drugič gnetiš, vgneti vanj še

8 dkg rozin, ki si jih pomočila z žlico ruma. Potem razdeli testo na dva enaka dela, ki ju z rokami razvaljaj na palec debeli kači; zvij ju kakor rrv ali kito ki jo nareži na pogačice, velike kakor dlan. Polagaj jih v primerni razdalji na namazan pekač, in ko so se dvignile za polovico, jih pomazi z raztepenim jajcem, potresi s tankimi rezanci mandljev ter jih speci v pečici.

Ukrajinski «sirniki». Zmešaj pol kg dobro pretlačenega sira s par žlicami moke in žlico presejanih zemeljnih drobtin, enim jajcem ter soljo; oblikuj z močnatimi rokami enako velike kolačke, ki jih na masli rumeno oprazi ter jih polivaj z gosto kisló smetano. — Lahko pa tudi režeš od testa z žlico žličnike, ki jih kuhaj na slanem kropu; oodejene zabeli z raztopljenim presnim maslom in polj s kisló smetano. Po okusu jih lahko tudi posipaš s sladkorjem in šele potem zabeliš. Jed je hitro pripravljena in je zelo izdatna.

Zelenjavna omaka. Zmešaj 2 sirova rumenjaka, par zrn soli, malo belega popra, paprike, picle pol žličke gorčice in par kapelj limonovega soka. Potem med neprestanim mešanjem dodajaj po kapljah finega olja do $\frac{1}{4}$ litra. Ko si porabila polovico olja, razrhljaj gosto majonezo z nekoliko vročega milega vinskega kisa in ko je popolnoma gotova, zmešaj pol žličke čebule, 6 dkg kpar, 2 mali kislí kumarici, 2 ocejeni sardeli in nekoliko zelenega petersilja, vse drobno sesekljano; ter prinesaj to majonezi. Izboljšaj omako še z nazevo konico sladkorja in po potrebi tudi s par kapljami limonovega soka.

Praktična navodila

Delo na vrtu

Obrobke gred obsadimo s poletnimi cvetlicami iz gorke grede, zaboščkov in lončkov, kolikor smo si jih pripravili. Za razmnoževanje trajnic: zimzelena, vijolic, trobentic, arabis i. dr. je majnik najugodnejši čas. Ko odcveto, jih razdelimo na manjše dele in posadimo v rahlo zemljo na stalno mesto. Poganjke lahko kar odščipujemo in jih potaknemo v vlažen pesek, pomčan s prstjo. Pomalem, a večkrat jih moramo škropiti, da se vkoreninijo. — *Sadno grmičevje*: ribez, kosmuljo i. dr. zalivajmo z gnojnico. Škropljenje in mazanje sadnega drevja s 6—8% arborinom je moralo biti izvršeno že koncem februarja. — Proti najhujšemu škodljivcu sadnega drevja, jabolčnemu zavijaču in škrlupu se je v zadnjem času za male vrtove zelo obnesel *nosprasis*, ki je sestavljen iz bakra in železa in ima isti učinek kakor bordološka brozga. Na 5 litrov vode vzamemo 6 dkg nosprasisa. Prvo škropljenje se vrši pred brstenjem, drugo ko so drevesa odevetela, tretje škropljenje pa izvršimo tri do štiri tedne kasneje, ko so mladi plodovi kakor oreh veliki. Škropimo v mirnem in suhem vremenu, in sicer zjutraj ali proti večeru. — Proti listnatim ušem, ki se zareda na vrtnicah, škropimo s tobačnim izvlečkom. V 1 litru tople vode raztopimo 1—2 dkg mazavega mila in primešamo potem žlico tobačnega izvlečka. — Pri mladem, v jeseni ali letos vsajenem drevju treba paziti, da je zemlja zmeraj primerno vlažna. Zato ga je treba v suši zalivati. Cep ne sme biti pokrit z zemljo.

Dela na vrtu v aprilu. V zelenjadnem vrtu sejemo sedaj vso povrtnino, presajamo sadike v topli gredi, pikiramo paradižnike, jajčevce, kapusnice, papriko in zeleno. Zalivamo toplo gredo v opoldanskih urah, na prtem pa zjutraj. — Ko odcvete lepotično grmovje, ga rezredčimo, vrtnice privezujemo h količkom, ter jih obenem škropimo s 3% žvepelo-apnenno brozgo, da ne dobe rje in plesni. Pregledamo in delimo kane in dalije, prve sadimo v lonce in jih postavimo v toplo gredo. — Vse poletne cvetice sejemo sedaj v toplo gredo. Mak, kapucinarje, resedo in portulak, pa sejemo na stalno mesto. Presaditi moramo tudi vse lončnice, da jim tako pomagamo do boljše rasti.

Razmnožimo cvetice s potaknjenci. — Spomladi, ko poživlja in poganja toplo sonce v rastlinah sok hitreje, se tudi rane celijo mnogo hitreje in sigurneje. Zato vsaka go-

spodinja pazi, da ne zamudi tega časa, ter si nareže od cvetic potaknjence, in si tako razmnoži lepe in njej povšeči rastline. — Skoro vse dvo ali veletnice lahko razmnožujemo s potaknjenci, le pri prav trdih lesastih rastlinah gre stvar malo težje. Če hočemo, da se nam bodo po možnosti zakoreninili vsi potaknjenci, moramo paziti na štiri stvari: da pravilno režemo potaknjence, da jim damo pravilno sestavljeno zemljo in da imajo v zadostni meri toploto in vlago. — Potaknjence odrezemo gladko in popolnoma vodoravno tik pod popkom ali kolonom. Tu se namreč nahaja največ hrane in se rana najraje celi. Da pa ne odda potaknjence preveč vode, mu spodnje liste odrezemo, zgornje pa pikrajšamo na dve tretjini. Potaknjence od mehkokstebelnatih rastlin, koj, pelargonij, fuksij, nagljev itd., potikamo, ko se rana zasuši, to je čez en dan. Kakteje pa pustimo na suhem deset dni. Tudi predolgih potaknjencev ne delajmo, ker se ti slabo koreninijo. Dolgost naj bo 10 cm. — Pravilno narezane potikamo v zemljo, ki je sestavljena iz treh delov oprane čiste mivke (rečnega peska) in enega dela dobre humozne zemlje. Potaknjence naj pride le toliko v zemljo, da stoji, kajti čim bliže je površini, tem preje odžene koreninice. Ako imamo za potaknjence globoko posodo, jo napolnimo z zemljo le do polovice, da lahko pokrijemo potaknjence s šipo, ker jim vlažna toplota in ogljikova kislina zelo prija. Večkrat na dan jih orosimo z mlačno vodo, posebno ob toplih sončnih dnevih. Dokler potaknjenci niso zakoreninjeni jih senčimo, pozneje pa počasi privadimo soncu. — Rastline, ki se težko ukoreninijo kot aralije, fikus, oleandri in druge, vtikamo v steklenice z vodo. Na vrhu ob vratu steklenico zapremo s parafinom, da ne uhaja ogljikova kislina. — Na toplem (22—26° C) se kmalu pokažejo koreninice, na kar jih čez nekaj časa posadimo v lončke z rahlo, bolj peščeno zemljo. Čez štiri tedne pa jih presadimo v njim odgovarjajočo prst.

Maja



Zaloga jajc za zimo.

Mnogo denarja si prihranite, a imate tudi pozimi vedno okusna jajca. Garantal se ne strdi, zato lahko jajca tudi naknadno dolagate.

Uporabljajte torej **Garantal**.

V Garantolu se ohranijo jajca več kot eno leto.