

Slovenska Gospodinja

Izhaja vsako 3. soboto v mesecu kot priloga »Naš. Listu« in velja posebej prejemana na leto 3 K.

Leto V.


V Ljubljani, 17. aprila 1909.

Št. 4.

Uredništvo »Slovenske Gospodinje« je v Ljubljani, Mestni trg št. 17. ▲ ▼ ▲

Ivanka Smrekarjeva:

Naš živež.

 Ako važno je za gospodinjo, da spozna sestavine hranilnih snovi ter njih vpliv na človeško telo; potem jih more v pravi meri odbirati in pripravljati za svojo družino.

Glavne sestavine človeškega telesa so: voda, beljakovina, tolišča in razne druge rudninske snovi. Z dihanjem in gibanjem pa izgublja človek vsak dan znatno množino teh snovi. Odrasli človek izsopi vsak dan nad 900 g ogljenčeve kisline in okoli 500 g vodene pare ter oddaja tudi mnogo drugih obrabljenih snovi po obistih ali pa jih izločuje skozi kožo. Vse to je izguba, ki se mora zopet nadomestiti, da človek ne izgubi polagoma vseh močij. Izgubljene oziroma porabljene dele povračamo telesu s hrano t. j. z jedjo in pijačo.

Umevno je, da mora imeti hrana v sebi one snovi, ki jih potrebuje telo, da se vzdržuje s potroški. Teh snovi ni v vsaki hrani v enaki meri; nekatera jedila so jako beljakovinasta, druga imajo v sebi mnogo ogljika in malo ali pa celo nič beljakovine. Samo prva ali samo druga ne bi zadoščala za vzdrževanje telesnih močij.

Živež pa ima za človeško telo še drugo nalogo. Vplivati mora tudi na telesno toploto, torej ima hrana opravljati v človeškem telesu dvojno službo. Mora ga prvič rediti in drugič ogrevati. Za tvorbo novih trdih telesnih delov ali za njih nadomeščanje potrebujemo takih snovi, ki imajo v sebi mnogo dušika. Taka jedila so rastlinske in živalske beljakovine. Beljakovina ima svoje ime od beljaka, v katerem so jo spoznali najprej. Nahaja se pa tudi v mesu, v krvi, v mleku, v sočivju, najmanj je najdemo v krompirju.

Nekatere hranilne snovi, kakor škrob, sladkor, pivo, tolišče imajo v sebi mnogo ogljika, manjka jim pa dušik. Toda te snovi so vendarle potrebne, ker oskrbljujejo telo s potrebnim ogljikom, ki ga pa pri dihanju zopet oddajamo. Ker se pri tem neprenehoma razvija toplota, imenujemo vsako hrano, ki nima dušika v sebi, toplotvorno ali ogrevalno. Ta hrana

hitreje prehaja skozi naš organizem in izločujemo jo skozi pljuča in skozi kožo kot pot. Ta hrana nam torej služi za dihanje in za vzdrževanje telesne toplote. Ako uživamo toplotvorne hrane več nego je potrebujemo za dihanje, tedaj se nabira preostanek v telesu kot tolišča. Večidel za ogrevanje nam služijo: beli kruh in sploh vse jedi iz tanke presejane moke, riž, žganje i. t. d. Krvotvorna hrana pa je meso, pust sir, zelene prikuhe i. dr.

Ako bi živel človek samo od toplotvorne hrane, bi dobival pač dovolj toplote, toda kri bi mu bolj in bolj pešala, izgubil bi moč in hiral bi počasi. Enako bi se mu tudi godilo, ako bi užival le krvotvorno hrano. Imel bi dovolj krvi, toplote pa bi mu vendarle manjkalo.

Zato pa umna gospodinja ne kuha, kar se jej zdi, nego odbira taka jedila, ki človeka hranijo in ogrevajo. Najboljša so taka jedila, ki so v njih hkratu krvotvorne in toplotvorne snovi. To so posebno jajca, mleko, žito, kri v juhi ali v klobasah, šokolada, gobe i. dr.

Pri izbihi hrane se mora gospodinja ozirati na sledeče:

1. Na potrebne sestavine posameznih jedil in na potrebno spremeno, da ne prihaja dan na dan ista jed na mizo.

2. Ozirati se mora na letni čas. Pozimi zahteva telo vsled krepkejšega dihanja in vsled nizke temperature več toplotvorne hrane nego poleti. Zato se hranimo pozimi z mastnejšimi jedili, ki nam jih daje živalstvo. Poleti pa nam bolje prija rastlinska hrana.

3. Dalje treba pri izboru hrane upoštevati tudi podnebje. Na severu se hranijo največ z mesom in toliščo, v južnih deželah pa se krepčajo s sadjem in z rastlinsko hrano.

4. Hrana se v mladosti živahneje in hitreje pretvarja nego v starosti. Dokler telo raste, potrebuje več krvotvornih snovi; stari ljudje pa rabijo več ogreval, ker se jim hrana bolj počasi pretvarja v kri. Dobivati morajo zato lahko prebavljivih jedil in tudi nekoliko vina, ker jih vino ogreva in pospešuje prebavo.

5. Oni ljudje, ki se mnogo gibljejo na prostem in težko delajo, potrebujejo krepke in tečne hrane,

kakor govedine, sočivja in črnega kruha. Ljudje, ki duševno delajo, pa ne prebavljajo tako lahko hrane, zato potrebujejo lahko prebavljivih jedil. —

Prirejanje hrane. Večji del surovega živeža je težko prebavljiv, treba ga je tedaj prirediti tako, da ga želodec laglje in bolje prebavi. To nalogo izvršuje gospodinja v kuhinji. Tu se živila prirejajo na razne načine: kuhajo se, duše, peko in cvro. Najznamenitejši pripomoček je pri tem seveda voda, ki razgreta blagotvorno vpliva na živež.

Naša hrana je sestavljena iz majhnih stanic; to so mali mehurčki, ki jih obdaja mrenica. V teh mehurčkih je beljakovina, škrob, tolšča in druge hranilne snovi. Skozi stanično mrenico mrzla voda le slabo prodira; kadar voda zavre, se pa izpremeni v paro, ta prodre skozi mrenice v mehurčke; vsled pritiska se začno ti mehurčki raztezati in se razpočijo. Tudi rudninske snovi se navadno šele v vroči vodi razpuste. — Vrela voda ima 100° C toplote. Naj kuharica še tako kuri, toplota kroga in pare se ne izpremeni. Ako pa pokrijemo lonec, tako da vodna para ne more uhajati iz njega, tedaj se razgreje voda mnogo višje. Zato pokrivamo posode, kadar potrebujemo za prirejanje jedil večje toplote. V to svrhu je najboljši takoimenovani Papinski lonec, ki se zatvori s pokrovcem tako dobro, da se voda v loncu mnogo bolj razgreje kakor v kakem drugem loncu in se zato tudi jedila, hitreje skuha.

Najznamenitejša jedila. Živež imamo deloma od živali, deloma od rastlin. Živalska jedila so bolj krvotvorna, rastlinska živež pa je bolj toplotvoren. Najtečnejša živila iz živalstva so: meso, kri, možgani, jetra, jajca, mleko in sir. Najznamenitejša hrana iz rastlinstva pa je: žito, seme, oljnato seme, gomolji, sadje, sočivje, buče i. t. d.

Meso. Vsako meso je sestavljeno iz beljakovine, vode, tolšče in nekaj rudninskih snovi. Po hranljivosti se vrsti meso takole: kuretina, golobje meso, srnetina, govedina, teletina, ribje meso. Po prebavljivosti pa: ribje meso, kuretina, divjačina, teletina, jagnjetina, govedina, bravina, svinjina.

Mleko je prvak vsega živeža in ima v sebi toplotvornih in krvotvornih snovi v primernem razmerju, tako da lahko rečemo: mleko je meso in kruh obenem. Mleko je sestavljeno iz 4—5% mlečnega sladkorja, istotoliko surovega masla in prav toliko sirnine in 1/2% trdih snovi; vse drugo pa je voda. Tolšča ali surovo maslo je v mleku v obliki majhnih kroglic, ki so obdane s tanko mrenico. Ako stoji mleko dalje časa v posodi, se vzdigajo te kroglice na površje in tvorijo smetano. Čim več smetane se napravi na površju, tem boljše je mleko. — Smetana se mete v pinji. Kroglice se sprimejo v večje kepe in tvorijo surovo maslo. V tem pa še vedno ostane nekoliko mleka, ki se začne pretvarjati v mlečno kislino in v maslenokislj amonijak. Vsled tega postane maslo žarko.

Zato treba presno maslo zgnesti in v vodi izpirati toliko časa, da gre samo čista voda iz njega. Da se dalje časa ohrani, treba ga je osoliti in prekuhati. Tako dobimo maslo.

Ako mleko dalje časa stoji, izpremeni se en del mlečnega sladkorja v kislino, zato se mleko skisa ali zasiri. Ako kislino mleko skuhamo, se loči sirnina od kisle siratke in sirnina se sprime. Tudi v sladkem mleku ločimo sirnino s tolščo vred od vode in to imenujemo sir.

Mleko vsrkava rado vase različne pline, zato je treba gledati na to, da je mleko vedno v čistem prostoru.

Moka. Med rastlinskimi živili so najboljše ona, ki imajo v sebi mnogo škroba. Kdor hoče torej imeti zdravo in tečno hrano, mora uživati taka rastlinska jedila, iz katerih se dobiva moka. Moka je v žitu, v krompirju in sočivju. Moka ima v sebi mnogo škroba in beljakovine, torej nekaj toplotvornih in nekaj krvotvornih snovi. Vse vrste moka pa niso enako hranilne in tudi ista vrsta ni vedno enako hranilna. To je odvisno od rastline same, še bolj pa od načina, kako se moka proizvaja iz žita. Škrob se nahaja bolj v sredini žitnega zrna, lepivo, ki je najredilnejša snov, pa je pod semensko kožico in v kožici sami. Kadar se žito melje, se odloči kožica od jedra in pride v otrobe. Kolikor več otrobov se izloči iz moka, tem bolj bela je, toda obenem manj hranilna. Zato je tudi črn kruh tečnejši nego bel. Tudi je kruh iz nerazdrobljene moka laglje prebavljiv.

Moka se jako rada pokvari, zato jo je treba večkrat premešati in prezračiti, da ostane suha. Dobra moka je rumenkastobela; med prsti se čuti suha in čvrsta in škriplje.

Kruh je najvažnejši pa tudi najpotrebnejši živež, ker ima mnogo takih snovi, ki jih potrebuje človeško telo. Moka za kruh mora biti dobra, suha, zmleta iz nepokvarjenega žita. Dober kruh je lepo visok, skorja mu je rjavkasta in gladka, sredica prožna in polna luknjic. Skorja se ne sme odločiti od sredice.

Prikuha. Vse vrste prikuh, razun stročnic, so malo hranilne. Imajo pa v sebi nekaj rudninskih snovi in rastlinskih kislin. Zaraditega so tudi zdravju ugodne. Izmed vseh prikuh je krompir najznamenitejši. Sam na sebi sicer ni posebno redilen, ker ima v sebi 75% vode, le jako malo beljakovine, 17—20% škroba, nekaj rudninskih soli ter jako malo tolšče. Zato treba jesti krompir dobro pripravljen ter še z drugimi jedmi. Isto velja tudi za zelenjad: zelje, ohrovt, spinačo i. dr. Ker nimajo te prikuhe nikake tolšče v sebi, jih treba dobro zabeliti.

Velike hranilne vrednosti je sočivje: fižol, grah, leča. Sočivje ima trdo luščino, katero voda težko prodre; zato se težje skuha in ga je treba že zvečer namočiti.



Jos. Premk:

V Veliki noči.

Kakor nedogledna, višnjevoslivena zavesa je bilo nebo. Sonce se je vozilo po njem v gorečem vozu in sipalo na zemljo zlate žarke, ki so preprežali vesoljno mesto, ko fine zlate nitke.

Ljudje so hodili hitro, nervozno, neka tiha nerazumljiva blaženost je sevala iz obrazov in svečano so bili oblečeni. Nikakega otožnega pogleda ni bilo videti, vse se je smehljalo in vrvelo v težkem pričakovanju...

Cerkve so stale svečano kot še nikdar in svečano so peli zvonovi, globoko in nežno kot zmagonosni svet iz neznanih daljav...

Martin Piškur pa je stal pred prodajalno in gledal v izložbo. Beli zajčki z rudečimi očmi so vozili lepe piruhe v pozlačeni vozičkih, rumene pogače potrese z rozinami so bile naložene kar na kupe, in tam zadaj je stal Kristus iz belega sladkorja in s svilenim banderčkom v roki. Lase je imel iz šokolade, a podstavek iz žlahtnega peciva.

Dolgo je gledal Piškur in cmakal z jezikom, kot da sedi pri obložen mizi in je velikonočno jagnje. Včasih se je celo nasmehnil, kakor da mu prav dobro tekne, potem pa mu je zablodil pogled po rudečih piruhih in nehote je razprostrl pest, ki jo je tiščal v žepu.

In Piškur je bil pred to bogato izložbo res nekako sumljiv.

Da je šel kam v les in legel poleg gnilega hloda, bi ne vzbujal mimogredočim nikakih neprijetnih misli, a tu ga je marsikdo oplazil z zelo prezirljivim in zaničljivim pogledom, ker prav nič velikonočnega ni bilo na njem: na vse načine zaplatana suknja mu je segala skoraj do peta, kjer je poganjala tako neenake in razcefdrane odrastke, da se je celo Piškur sam žalostno nasmehnil, ko se je ozrl po sebi. Odkašljal se je jezno in pljunil — po nesreči baš na svitle črevlje mimoidočega gospoda. Gospod je obstal in se je ozrl okoli sebe. Potem pa je namignil s kazalcem in tam od nasprotnega ogla je prišel suhljat policist in prijel Piškurja pod pazduho.

»Ali ne maraš niti velikonočnih praznikov praznovati prost?« ga je opomnil stražnik, videč, da se je udal Piškur mirno njegovi zapovedi.

Piškur se je nasmehnil, da se je pokazalo izpod zaraščene gornje ustnice troje kakor v velo oranžno lupinjo ovitih zob.

»E, tega vi ne razumete,« je odgovoril tiho. »Velikanoč to je sladka beseda samo za ljudi, ki so poklicani, da uživajo čar in prelest teh praznikov. No in zame je pač najbolje pod ključem — saj ječar že preskrbi, da ne bomo o Velikinoči stradali.«

Med tem sta dospela na stražnico in Piškur je kmalu stopal v družbi ječarja in stražnika proti ječi.

»Pa vesele praznike,« mu je še zaničljivo voščil debelušni ječar in je s krohotom zaloputnil težka vrata.

Piškur mu je hotel nekaj odgovoriti, a se je premislil in obrnil v zamazano s čudnimi čačkami porisano steno.

Potem je legel na leseno klop, se zazrl v strop in kmalu zaspal...

Mesto je potihnilo. Dolgočasno so brlele na oglih plinaste svetilke in metale sence mimoidočih tja do nasprotnega zidu.

V parku pa je bilo vse tiho. Zdajpazdaj je zahreščal pesek pod plašnimi koraki mladih zaljubljenecv, včasih je zašelestelo v vrhovih visokih, košatih lip, a ko se je razlila sem od vztoka blede mesečina, je bilo — kot da je potihnilo vse in se prestrašilo samotne nočne potnice. Samo Martin Piškur je še sedel pod široko platano in gledal zamišljeno na nočnogloboko nebo.

Prvič v življenju se mu je napolnilo srce s srdom in studom nad življenjem, prvič v življenju je proklel slabost človeka, ki ga je prej tako ljubil...

Zamislil se je nazaj, v tiste lepe dneve, ko je zagledal prvič Margareto in spomnil se je vseh tistih težkopresanjanjih ur, ko je mislil in hrepenel zanjo...

Bila je Margareta srednje rasti, skoraj majhna, a zato tako ljubka, da je bila Piškurju že misel nanjo sladka in polna tolažbe...

Črni kodri so ji obrobljali bel obraz in kadar se je nasmehljala, kadar je razstrla tiste drobne nežne ustnice, zavzdihnil je Piškur kakor da je šlo mimo njega božje kraljestvo.

Tedaj je bil Martin Piškur še spodoben ud človeške družbe — privaten pisarniški uradnik, a vendar neizmerno srečen v mladem zakonu...

A že čez nekaj sladkih mesecev je izgubil Piškur službo.

Meglen dan je bil in žalosten, prav tako pust kakor njegov obraz, ko je stopal proti domu otožen in zamišljen in naznanil Margareti težko novico, da je brez službe...

»In kaj sedaj?« ga je prašala nekoliko preplašena.

»Nič zato! Poiskati si hočem drugo mesto, morda mi je sreča mila — lahko dobim še boljšo službo...«

»In ako ne?« je dejala Margareta in vedno večja skrb se ji je brala z obraza. »Prihranjenega nimava ničesar in stanovanje bo treba tudi kmalu plačati —«

Piškurju je bilo kakor da se sklanja nadenj ves svet, a vendar se je še premagoval in ni kazal žalostnega obličja.

»Sicer pa — — gospodar je dober —«, mu je pošepnila Margareta, kakor da ga hoče potolažiti, a

tedaj se je Piškurju skoraj stemnilo pred očmi in sedel je na divan ves tresoč se.

»Da, da, gospodar je dober — — gospodar, da —«, je mrmral in gledal Margareto tako očitajoče, da se ga je skoraj prestrašila.

»Kaj pa ti je, Martin?«

»O, nič! Samo neka temna misel me je obšla —«

»Ah, ne vznemirjaj se! Bo že bolje, saj svet je velik in zate bo gotovo tudi kak prostor. Za stanovanje pa se nama res ni potreba bati, no, morda nama gospodar celo kaj posodi — saj je dober!«

Nato je odšla v kuhinjo in Martin je ostal sam prestrašeno blodeč s svojimi temnimi pogledi iz kota v kot . . .

Pred njim je vstajal gospodar, vedno se smehljajoč, nekako zaripljen v lice in z malimi svetlimi očmi.

Prvič, ko ga je videl govoriti s svojo ženo Margareto, ga je oblila mrzla zóna, ker tistih vedno se smehljajočih obrazov ni mogoče nikdar trpeti. In pozneje je opazil često, kako se ji je ob vsakem srečanju nasmihal in iskal prilike — ako je le mogel, da je govoril z njo. In Margareta se mu ni umikala. Posvaril jo je nekoč, a odgovorila mu je smehljaje:

»Kaj si ljubosumen? O, Martine, ali misliš, da se bode brigal mož, kakoršen je on — bogat, da sam neve kako in star še tudi ne in neoženjen — zame, za poročeno žensko, ki nima razun sebe ničesar!? O, beži, in ne napravljaj si nepotrebnih skrbi!«

Martin Piškur je sicer molčal, toda čestokrat so se mu prikradle v dušo neprijetne, težke misli. — In sedaj ga ima v pesteh. Stanovanja mu ne bode mogel plačati, službe nima, in Margareta? — Ne, da bi mu postala nezvesta, to ni mogoče! — Ali vendar . . .

Naslednjega dne je iskal službe, tretji dan tudi in tudi četrti — ves teden, a vse zaman. Malo službico z malenkostno mesečno plačo, ki bi zadoščala komaj zanj, bi bil še dobil, a kaj boljšega, da bi moglo živeti kot sedaj brez skrbi z Margareto, ni mogel dobiti.

Preteklo je že skoraj štirinajst dni, a bil je še vedno brez službe. Margareta je postala tiha, porabila sta že vse do zadnjega krajcarja in gospodar ju je že opomnil za stanarino . . .

Piškurju se je zazdelo, da se skriva v tistih nemirnih Margaretinih pogledih srd in morda celo kes, da ga je vzela in bilo mu je hudo kakor more biti le človeku, ki vidi, da ga srdi najdražje bitje, da se je zaklelo proti njegovi sreči vse in mu je prijazen le še — konec . . .

Ali vendar ni še obupal.

Nek prijatelj mu je povedal za primerno službo v šest ur oddaljenem mestu in tja je zastavil Piškur svoj zadnji up . . .

Po kosilu se je poslovil od Margarete in je povedal, da se vrne šele drugi dan, ker z večernim vlakom ne more priti — premalo bo časa.

Toda ko je prišel tja, mu je naznanil šef s prijaznim obrazom, kakor se v takem slučaju spodobi:

»Obžalujem, ravno včeraj sem sprejel nekoga. Da ste se oglasili dva dni prej — prav rad, ali tako — žal mi je.«

Piškur je skoraj tekel zopet na kolodvor, ker nekaj mu kar ni dalo miru in srečno je še dospel do večernega vlaka. Stisnil se je v kupeju v prazen kot, ne meneč se za vse, kar se godi okoli njega . . .

Z veliko brzino je hitel vlak, travniki in griči so dirjali mimo, obžarjeni od tonečega solnca, a vendar se je zdelo Piškurju, da se vlak komaj premika . . .

Ko je dospel v mesto, je bila že popolna noč. Brez vsake prave misli je hitel domu, a na veliko začudenje je zapazil na ulici, da so okna njegovega stanovanja zastrta. Margareta ni tega storila nikdar pred večerjo — in to ga je še bolj vznemirilo. Skoraj opotekajočih se korakov je pridiral do sobnih vrat, a bila so zaprta. To ga je navdalo s tako grozo, da je ne meneč se za zvonec udaril s pestmi po vratih, ki so votlo zabobnela.

Ali tudi to je bilo zaman. Že je mislil — morda je Margareta kam odšla — ali čemu zastrte gardine — ali se je mar kaj pripetilo?

»Margareta!«

Zakričal je tako glasno, da je prihitela na koridor služkinja od sosednje stranke.

»Ali je žena kam odšla?« je vprašal hlastno. Menda še ga je služkinja prestrašila tako bledega in razdivjanega, da je odgovorila nekam plašno:

»Zdi se mi, da je doma, še pred kake pol ure sem jo videla!«

Tedaj so se začuli tudi koraki v predsobi in med vrati se je pojavila Margareta.

»Kje tičiš, kaj se je zgodilo?«

Stala je pred njim. Nema in bleda ko okamenela. Težko je sople in nestalen je bil njen pogled. Piškur je vedel, da se je moralo zgoditi nekaj groznega. Planil je v sobo, preiskal vse kote in ko je odprl omaro, kjer je visela Margaretina obleka, je zagledal zaripljen gospodarjev obraz . . .

Nato je odhitel kakor blazen, ne da bi se ozrl na Margareto, ki je stala tam ob oknu bleda in vsa zmedena . . .

Zunaj je bila že noč, na oglih so brlele svetilke in metale sence mimoidočih tja do nasprotnega zidu. A v parku, kjer se je zgrudil na samotno klopi Martin Piškur, je bilo vse tiho, samo včasih je zašelestelo v vrhovih dreves, ko se je razlila raz nebo bleda mesečina, je potihnilo tudi to, kakor da se je prestrašilo samotne, nočne potnice . . .

Dolgo, dolgo je še sedel tam pod široko platano in prvič v življenju je začutil nad vsem človeštvom velik gnjus, ki je bil vzrok in početek njegovega žalostnega konca . . .

Tisti večer je krenil v krčmo, kjer, je pil lahko na up in drugi dan ni iskal — službe; in ne samo drugi dan, nikoli več, ker kmalu je izginil radi škandalov, ki jih je napravil v večni pijanosti — iz mesta.

O Margareti ni poizvedoval... V življenju, ki ga je živel sedaj, se tudi ni več spominjal tistih lepih dni, ko je še hodil spodoben in spoštovan, imel je le eno načelo: čim nižji si, tem manj te more ponižati človeštvo...

In tako so minevala leta in z njimi se je staral vagabund Piškur, ki je že davno pozabil, da je bil tudi on nekaj to — kar imenujejo ljudje — 'človek'. —

»Fejl« je zakričal glasno v spanju in se prebudil.

»Vraga! Po kakih dvajsetih letih se mi gre zopet sanjati o njej!« je zamrmral nevoljno in si pomel oči.

Skozi gosto zamrežena okna so prodirali v ječo zadnji žarki naravnost v Piškurjev zamazan in poraščen obraz. Privzdignil je malce glavo in ko je začul veselo zvonjenje velikonočnih zvonov, je vzkipele tudi v njegovem srcu nekaj kakor »vstajenje« — a moč je bila preslaba in samo spomini so bili tako sladki, da se mu je po dolgem času zopet enkrat orosilo oko...



P. S.:

Angležinje in Amerikanke.

Mnogokrat čitamo po različnih listih o borbah angleških sufragetk v Londonu, o njihovih demonstracijah in izgredih. Marsikdo se je zgražal nad tem »neženskim« nastopom žensk. Toda če poznamo angleško statistiko, glasom katere je na Angleškem 1,300.000 žensk več nego moških, potem nam bo vsa zadeva dokaj razumljivejša. Poleg tega pa se na Angleškem moški jako malo ženijo, tako da je vsaka deseta ženska že od narave obsojena ostati samica. V Angliji je torej težko reči: »Žena naj sledi svojemu naravnemu poklicu ter naj bo soproga in mati.« Kaj pomaga, če bi bilo vseh onih 1,300.000 žensk navdušenih za »naravni svoj poklic«, če so pa že od rojstva določene, da ga ne bodo smele nikdar izvrševati? Kaj jim torej preostaja družega, kakor da se bore za svoj obstanek tako kakor pač morejo, da demonstrirajo po ulicah in napadajo parlament? Saj te ženske niso nič drugega kot delavke, ki hočejo kruha, pravico do dela in življenja.

Demonstracije sufragetk ne pomenijo torej ženske emancipacije v navadnem pomenu besede, to ni pokret, boj za ženske pravice, nego je pokret za — življenski obstanek. Te ženske hočejo jesti, hočejo imeti tudi svoj dom, skratka hočejo tudi živeti. Če pomislimo

to, potem je razumljivo, zakaj se Angležinje na tako neženski način bore za svoje družabne in politične pravice. Ves ta boj je le boj samoobrambe.

Vse drugače je v Ameriki. Tam je 2,000.000 več moških kakor žensk. Zato tudi tam ne najdemo sufragetk. Zato je tudi v Ameriki stališče žene naravnost krasno. Moški puščajo ženstvu vso svobodo ter ga obožujejo, dočim se na Angleškem moški niti najmanj uslužno ne vedejo do žensk. Vse to tvarja razmere, ki so docela razumljive in naravne. Mlade, od prirode obdarovane z vsemi sposobnostmi za življenje, morajo mnoge Angležinje veneti brez pravega poklica, brez namena. Saj vse pač ne morejo biti priproste delavke, pisarice, učiteljice, poštnice i. t. d. nego je naravno, da teže za večjimi pravicami, boljšimi poklici v javnosti. Z vso energijo zahtevajo, da imajo svojo opravičeno besedo tudi v politiki, da imajo aktivno in pasivno volilno pravico, odpro naj se jim vrata zakonodajstva, da si tako postavijo trden, neomajljiv temelj svoji eksistenci.



Milan Pugelj:

Izlet.

Prijatelj Miha me je povabil seboj: naj se peljem z njim na Gorenjsko, kjer ima ljubico, učiteljico Anko. In peljala sva se zjutraj z vlakom.

Jutro je bilo spomladansko, sočno, zdravo in lepo. Solnce je vstajalo na vztoku, žarelo razposajeno v oči, ščegetalo kakor poredno dekle. Po ravnih, širokih njivah so orali kmetje, nad njimi so plavale postovke visoko v zraku, zibale so se v mirnih krogih, spuščale se včasih na zemljo kakor kamenje, ki bi padlo izpod oblakov.

Moj prijatelj ni bil bogvekakozaljubljen. Tako mimogrede. Precej sebičnosti je tičalo v njem in stršansko dobro mu je delo, če je čutil do sebe naklonjenost in udanost. In Anka ga je imela rada nad vse mere in brez vseh pomislekov. Jaz sem ji na primer pisal pesmi, ona mu jih je citirala v pismih, češ, da ona tako čuti do njega. Kratkočasno, ne?

S postaje sva se morala peljati še uro daleč z vozom, pa sva bila na mestu.

Ankina sobica je prijetna in tiha. V kotu ob steni stoji deviška postelja, nad njo visi prijateljeva slika, tudi na nočni mizici leži ena in na pisalni mizi ena in na umivalniku tik pod zrcalom stoji v črnem okvirju njegova glava. In rože zraven.

Ko smo stali v sobi, sem kar čutil, kako sem nepopisno odveč. Čedno bi jima bil postregel, če bi bil odšel malo ven — kamorkoli že —, če bi ju pustil malo na samem, da bi se objela in poljubila. Pa na-

zadnje — — zakaj bi jaz hodil po smradljivih krajih? Če sta hotela biti sama, pa bi se naj bila drugače domenila in pustila mene v miru! Ali ne?

Kar tako smo se motovili po sobi. Prijatelj je sedel na stol tik mize, se nasmejal, vstal, stopil enkrat od okna do vrat, sedel na drugi konec mize, Anka je slonela na vznožju postelje, zavijala se nerovno v pisano ruto in potovala z očmi za njim, jaz sem sedel na kovčegu za vratmi, vstajal, hodil bobnat na okno, napravil Anki od časa do časa poklon, ki se je nekako izgubil, izfrfotal v zraku kakor bolan metulj. Dolgčas.

Popoldne je bilo bolje. Pili smo dobro štajersko vino in smo se razvedrili. In tudi Ankine prijateljice so prišle: dvoje, troje učiteljic. Eni je bilo ime Angela, in jaz sem takoj opazil, s kakšnim dopadanjem potujejo prijateljice oči po njenem obrazu. Veselilo me je to.

V gostilni je stal silovito star klavir in jaz sem igral nanj, da je lahko družba plesala. Vse križem — kakor kdo zna in more. Vse se je sukalo po sobi, strune so pele klaverno-veselo, prijatelj je plesal z Angelo, Anka je sedela tik mene in postajala sentimentalna.

»Kaj pa je?« — sem povprašal.

»Kaj pa vas briga?«

Nič, ali ne?! No, dobro! Pa sem igral naprej. Ko se je zmračilo, se je odločila večina za to, da se malo izprehodimo. Že prej je bilo prišlo par moških — en učitelj in en jurist — v našo družbo in na izprehod smo korakali vsi paroma. Jaz in Anka spredaj, drugi za nama, prijatelj in Angela čisto zadaj.

Zunaj se je pooblačilo in zato se je zmračilo nenadoma. Preko gozda smo šli in na desno in levo je pošumeval po listju in grmičevju prijeten spomladanski veter.

Anka se je najprej smejala. Oprijemala se je moje roke in se šalila na vse mogoče načine. Nekako sredi pota je nehala s smehom in še malo dalje in sploh ni več govorila.

Ustavila sva se in pogledala naokoli: nikjer nikogar.

»?? ?« —

Anka me je pogledala z začudenimi in mokrimi očmi, jaz sem skomizgnil z ramama. Kaj morem jaz zato, če jih ni in ni?!

Sama sva se vračala nazaj, čisto sama. Anka se je solzila in jezila. O prijatelju je rekla, da ga pusti še danes. Prav gotovo pusti, nikoli več ga ne pogleda. V njeni sobi sva mu pisala pismo. Takole: »P. n.! — Meni je dovolj! Vaše početje mi ne ugaja! Pojdite svoja pota, vi, vrtavka! Srečni bodite! Zbogom!«

Anki so kapale iz oči tako debele solze kakor orehi. Ni mogla pisati, jaz sem moral opraviti vse namesto nje. In tudi tolažil sem jo. Odčasadočasa sem jo pobožal po licu in včasih tudi poljubil. Na usta!

Anka ima tako mehka in sladka usta. Poizkusite enkrat, če se vam posreči.

Zvečer smo sedeli zopet vsi v gostilni. Anka nesrečna, prijatelj odobrovoljen. Napisano pismo sem mu stisnil v roke in mu šepetnil, naj ga da Angeli. Čitala ga je sredi sobe, najprej zardela, takoj zatem pobledele in tretjič so se ji naselile po čelu in licih nekakšne sivkaste lise. Poslovila se je takoj.

Prijatelj me je pogledal, tudi vsi ostali so se spogledali razun Anke. Jaz sem skomizgnil z ramama.

»Usoda!« — sem dejal za kratek čas.

Pozneje smo na to pozabili in smo se imeli dobro.

* * *

Drugo jutro sva se s prijateljem vračala v mesto. Govorila sva o vsem skupaj, pa se je nama zdelo silovito neumno in zoprno. Na svetu je vendar vse tako vsakdanje, tako malovredno, smešno, smešno!



R. Fuxova:

Iz otroške modrosti.

Detletna Slavka je legla v postelj, a ni mogla zaspati. Oči je imela širokoodprte ter je premišljala. Bila je popoldne z mamico na izprehodu v logu.

»Pripovedujva si uganke!« je dejala sestri Hani. »Kaj je to? Je v gozdu, vzdih, a ni niti mrtvo niti živo.«

Vsi smo ugibali, a nihče ni uganil.

»Hej, to je vendar drevo! Kadar piha veter, vzdih, a ni niti mrtvo, niti živo!«

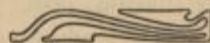
* * *

K nam je prišla gospodinja ter je tožila zaradi nekega razpora v hiši. Ko je odšla, sem vprašala služkinjo, na čegavi strani je krivda. Končno sva si dejali, da je vsega razpora kriva gospodinja sama.

Popoldne je prišel k mojemu soprogu gospod učitelj. Nekaj časa je pri nas sedel, potem pa sta s soprogom odšla v šolo.

Jedva sta zaprla za seboj duri, je dejala moja hčerka šepetaje: »Zdaj pa že lahko govorite o njem, — sta že proč!«

Lastno dete me je poučilo, kako se moram vesti vbodoče. Nekaj neprevidnih besed zadošča, da o njih otrok dolgo premišlja ter se spomni nanje o pravem času. Moje šepetanje s služkinjo o gospodnji je bilo otroku dokaz, da nekaj ni v redu, in ta tajinstvenost ga je dražila.



Iz ženskega sveta.

Mariana Hainisch, žena izredne vztrajnosti in marljivosti, voditeljica avstrijskega ženstva na Dunaju, je praznovala 25. marca t. l. svoj 70. rojstni dan. Že leta 1868 je nastopala na Dunaju kot guvernica ter se je z vso vnemo potezala za ženske pravice. Ustanovila je takrat »Dunajsko obrtno žensko društvo«. Mnogo se je trudila za ustanovitev ženske realne gimnazije ali vsaj za ženske paralelke na moških realkah. Pridobila je moške odločujoče kroge za to, toda nastopile so proti njej reakcionarne — ženske in so onemogočile izvršitev tega lepega načrta. Tako so torej ženske krive, da na Dunaju še danes ni ženske realne gimnazije. Upošteva dejstvo, da je možno le z združenimi močmi doseči kaj uspešnega in trajnega, je ustanovila Mariana Hainisch l. 1902 »Zvezo avstrijskih ženskih društev«, ki šteje danes 52 ženskih društev in katerej predseduje že ves čas njena ustanoviteljica, gospa Hainisch. Kjer in kadar nemško avstr. ženstvo kaj deluje, aranžira, vedno in povsod mu je prva, najpridnejša, bistroumna, neustrašna delavka gospa Hainisch, ki je izredno simpatična, skromna in ljubezniva dama, dobra mati in soproga. Vkljub svoji starosti pojde gospa Hainisch junija meseca t. l. na občni zbor »Svetovne ženske zveze« v Toronto v Kanadi.

Prva ženska predstojnica pisarne v avstrijski državni službi. V ministrstvu za javna dela je imenovana uradnica gdč. Marija Lakovich za predstojnico pisarne zdravstvenega oddelka.

Ženska volilna pravica. Na mednarodnem kongresu za žensko volilno pravico, ki se je vršil junija meseca v Amsterdamu, je bila zastopana tudi »Moška liga za žensko volilno pravico« po svojem členu zastopniku drju. Drysdalu. Predaval je o cilju in namenu tega društva in to predavanje je povzročilo, da se je ustanovila tudi na Holandskem enaka liga, katere člani so mnogi ugledni odvetniki, učenjaki in časnikarji. — Norveški državni svet se je posvetoval nedavno o nekaterih izpremembah državnega zakonika. Med drugimi je bil tudi za to, da se izpremeni članek 52. takole: Ženski se pripoznava volilna pravica pod istimi pogoji kakor moškimi. — Na Danskem so dobile vse ženske, ki zaslužijo na leto 800 K in so stare 25 let aktivno in pasivno volilno pravico za občinski svet. — Na Ogerskem se bore za splošno volilno pravico zlasti članice »Ogerskega društva delavcev na polju«, pridružile so se feminističnemu društvu. Ko je imelo to društvo 4. nov. m. l. v Budimpešti protestni shod proti ogerskemu volilnemu načrtu, so nastopile tri kmetice kot energične guvernice. — Ker je v Visokem Mytě na Češkem odstopil tamošnji deželni poslanec, kandidira na njegovo

mesto učiteljica meščanskih šol v Žižkovu, gdč. M. Tumova.

Finlandijo zastopa v državnem zboru sedaj že 25 poslank ženskega spola. In sicer zastopajo ženske vse stranke. Izmed 25 poslank jih je 9 omoženih, ostale pa so udove ali samice. Ena je soproga nekega zdravnika, druga je soproga pridigarja, 6 je učiteljic, 2 sta izdajateljici ženskega lista, 4 so guvernice različnih političnih društev, 2 sta kmetici in ena je doktorica filozofije. Ostale nimajo nikakega poklica. Iz teh podatkov je razvidno, da so bile voljene v finski državni zbor ženske iz vseh slojev naroda. Voditeljica ženskega gibanja na Finskem je Aleksandra Grippenberga.

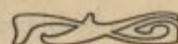
Davek samcev. Na Bolgarskem je nedavno potrdil kralj zakon, glasom katerega morajo plačevati vsi neoženjeni moški, ki štejejo nad 30 let, letni davek 10—15 levov (1 lev znaša malo manj kot naša krona). Moški niso nič protestirali, nego so s humorjem sprejeli to novo postavo.

Oporoka vrle češke kmetice. Bogata kmetica, vdova brez otrok in sorodnikov, gospa T. Milnerova iz Veskova pri Znojmu na Češkem je zapustila sledečo oporoko: »Za dediča vsega svojega premoženja v približni vrednosti 25.000 kron določam »Matico za oskrbovanje čeških srednjih šol«, katera ohranja češke otroke svojemu rodu, da se mu ne odtujijo. — Ker imajo pa ravno v Znojmu Čehi hudo borbo za obstanek narodno češkega življa, določam kot zavedna Čehinja, kakršna hočem ostati do smrti, da porabi Matica moje premoženje za ustanovitev češke gimnazije ali realke v Znojmu. — Ta dar polagam kot navadna kmetica na žrtvenik svojega naroda ter izražam željo, da bi me posnemali v tem še mnogi rodoljubi v prosep našega naroda.«

Umrla je v Kaliforniji na svojem posestvu El Foro znana in obče priljubljena poljska tragedinja Nodjeska Hlapovska. Igrala je z vsestransko priznanim umetniškim uspehom v Rusiji, v Galiciji, na Angleškem in po celi Ameriki.

Rusko anarhistinjo so prijeli v Feldkirchnu na Tirolskem, katera je imela med perilom precejšnjo množino iz Švice vtihotapljenih razstreliv.

112 let stara. V New Yorku je umrla v visoki starosti 112 let neka Mažarka po imenu Fani Friedman, v hiši svoje hčerke Berte G. Burger. Do svoje smrti je bila umrla čila in zdrava v duhu in na telesu. Gospa Friedman je bila rojena 3. januarja 1797. v vasi Mayad na Ogerskem in je prišla pred 26. leti v Ameriko. Pokojnica je večkrat naglašala, da ni nikoli v svojem dolgem življenju rabila zdravniške pomoči, sploh kaka zdravila. Zapušča svojih še živih — petnajst otrok, šestinštirideset vnukov in petnajst pravnukov.



Doma.

Janežev kruh. Stepaj v kotličku na vročem štedilniku 8 jajec in isto težo sladkorja, prideni za 5 jajec težko nastrganih olupljenih mandljev in janeža, kolikor se ti zdi. Kruh speci v formah in ga potem nareži.

Mandljevi žepki. Zreži med $\frac{1}{4}$ kg moke $12\frac{1}{2}$ deke surovega masla ter primešaj 10 rumenjakov. Zgneteno testo postavi na hlad, kjer naj počiva nekaj časa. Potem ga razvaljaj tenko, zreži ga na podolgaste čveterokotnike, ki jih nadevaj s sledečim nadevom: Zmešaj 7 rumenjakov, 2 celi jajci, 35 dek olupljenih, sesekljanih mandljev in 35 dek sladkorja. To mešaj eno uro. Namaži robove čveterokotnikov z beljakom in jih zlepi, tako da dobiš obliko žepka. Tudi povrh pomaži žepke z beljakom.

Z goriških hribov.

Slavno uredništvo!

Tukaj Vam pošiljam nekaj listkov Zvezdne cikorje. Lahko bi jih Vam poslala več, toda v naših prodajalnah že nad 3 mesece ni dobiti Cirilove in Zvezdne cikorije. Prašala sem že večkrat po njej, a odgovor je bil vedno: »Nimamo je, pošla nam je.« — Franckove cikorje pa ne zmanjka tukajšnjim trgovcem nikdar. V našem kraju je ustanovljena mlada podružnica sv. Cirila in Metoda. V odboru so tudi trgovci in trgovke. A čujte, ti ljudje, ki se bore v društvu proti raznarodovanju slovenske dece, prodajajo v svojih trgovinah samo Franckovo cikorjo. Taki so ti naši »zavedni« in »napredni« Slovenci!

S spoštoštvanjem

M. P.

Pismo rodoljubke.

Draga prijateljica!

Prav iskreno se Ti zahvaljujem za gostoljubnost, ki si jo v svoji znanj ljubeznivosti izkazala moji Marici! Ne more mi dovolj napovedati, kako dobro se jej je godilo pri Vas, kako lepo imate vse urejeno po vrtu in po prostorni hiši. Da, da, Ti si izvrstna, skrbna gospodinja, lepo je bivati pri Tebi! Ali na nekaj Te moram vendar opozoriti. Hčerka mi je pravila — ti otroci pretaknejo in vidijo pač vse — da pri Vas ne uporabljate Zvezdne cikorije l. jugoslovanske tovarne kavinih surogatov v Ljubljani. Verjemi mi, da je to velika škoda. Znano Ti bo vsekakor, da žrtvuje lastnik te edine slovenske tovarne te vrste prav mnogo za koristne narodne svrhe, zato je pač naša narodna dolžnost, da ga podpiramo ter nago-varjamo še druge, naj store takisto.

Tudi je moje mnenje, da se moramo v prvi vrsti gospodarsko osamosvojiti, postaviti se na trdne noge, potem nam bo vse drugo delo lahko. Podpirati moramo svoje ljudi, agitirati moramo zanje, kar vsekakor ni težko, ker se Slovenci res pošteno potrudijo in nam podajajo dobro blago, vsaj tako dobro kot tujec, če že ne boljše.

Zato moramo biti v tem oziru uprav malenkostne ter se ne sme ni jedna slovenska gospodinja izgovar-

jati: »E, kaj, od teh par desetih, ki jih dam jaz izkupiti, ne more nihče obogateti!« Zrno do zrna pogača, kamen do kamena palača! Mnogo nas je in z združenimi močmi lahko prav dosti pripomoremo do lepše, boljše gospodarske bodočnosti slovenskega naroda. Bodimo mu vedno in povsod zveste, ne zabimo ga niti pri nakupovanju kave, cikorije, mila i. dr.

Poznam Te, in vem, da se ne huduješ, ker govorim odkrito in naravnost. Vrla Slovenka si, zato sem uverjena, da boš zahtevala takoj pri svojem trgovcu tudi slovensko Cirilovo ali Zvezdno cikorijo. Potem dobiš tudi brezplačno »Slovensko Gospodinja«, edini slovenski ženski list. Samo spravljaj listke, ki so v vsaki škatljici te cikorije in pošlji jih na naslov l. jugoslovanske tovarne kavinih surogatov v Ljubljani, pa si naročila »Slovensko Gospodinja«.

Še enkrat: najlepša hvala za vse ljubeznivosti, ki si jih izkazala moji hčerki. O Binkoštih gotovo pričakujem Tvojo Cirilko.

Pozdravlja Te prisrčno

Tvoja Ana.

Zimske barhente

flanele, manjšestre, kanafase, zefire, platno, krišete itd. razpošilja

ročna tkalnica

Jaroslav Marek, v Bystrém
p. Nové Mesto n. M. Češko.

Usaka gospodinja naj bi naročila za poskušnjo ter se pre-pričala o mojem dobrem blagu. Razpošiljam tudi 1 zavoj 40 m lepih ostankov barhenta, flanela in kanafasa, po povzetju za K 16.— franko.

Najboljši češki nakupni vir.

Ceno posteljno perje!



S. Benisch

1 kg sivoga, puljenega 2 K, bolj-šega 2 K 40 h; polbelega 2 K 80 h; belega 4 K; belega, puha-stega 5 K 10 h; 1 kg vefefinega, snežnobelega, puljenega 6 K 40 h; 8 K; 1 kg puha, sivoga 6 K, 7 K; belega, finega 10 K; najfinejši prsni puh 12 K. Kdor vzame 5 kg dobi franko.

Zgotovljene postelje

iz gostonitega rdečega, modrega, belega ali rumenega nan-kinga, pernica, 180 cm dolga, 116 cm široka, z 2 zglavnikoma, vsak 80 cm dolg, 58 cm širok, napolnjen z novim, sivim jako stanovitnim puhastim posteljnim perjem 16 K; napol puh 20 K; puh 24 K; same pernice po 10 K, 12 K, 14 K, 16 K; zglavniki 3 K, 3 K 50 h, 4 K. Razpošiljanje po povzetju od 12 K naprej franko. Dovoljeno je vzeti nazaj ali zam-jenjati franko. Za peugajajoče se povrne denar.

S. Benisch, Deschenitz 833, Šumava, Češko. Cenovnik zastoj in trank.