

# ROLNIK

Bezpłatny dodatek — wychodzi co tydzień.

Rok 1

CHOJNICE, dnia 23-go grudnia 1924 r.

Nr.

## Higieniczna wartość owoców.

Jedno z wiedeńskich pism podało kiedyś zawsze będący na czasie opis o dobroczynnych wpływach owoców na zdrowie i ciało ludzkie, jak i szkodliwości, która przez nieodpowiednie używanie poszczególnych owoców powstać może.

Cytryna, to perła między owocami, czyści krew i przenika i czyści wszystkie włókna, gruczoły. Przy stałym a umiarkowanym używaniu ożywia sok cytrynowy nawet obumarłe miejsca — co można zauważyć np. przy chorobach gardła. Cytryna rozpuszcza skamieniałości artretyczne, reumatyczne zgrupienie, — zabija grzybki dyfterji; (podobno nawet i w początkach tyfusu); ściąga także naczynia krwionośne — i w ten sposób wpływa na zatrzymanie krwiotoków i wskutek takowych wywołane rozdęcie żył.

Figi i daktyle są doskonałym środkiem odżywczym (w dalekich podróżach — zdarza się, że daktyle chleb zastępują)

Pomarańcze — działają łagodnie i przenikają błony śluzowe, lecz więcej elektryzują je jeszcze.

Skórki od cytryn i pomarańczy zawierają te same elektryzujące składniki, co brzoskwinie, lecz znacznie więcej skoncentrowan i powodują umiarkowanie spożyte, mniej więcej te sam skutki.

Jabłko, jedno z najszlachetniejszych owoców, zawiera wiele żelaza, dlatego poleca się przy blednicy, bo przymnaża krwi. Jest bogate w tlen, — daje krew, przez co podnosi także działalność płuc przy astmatycznych cierpieniach. Jabłka wpływają uspokajająco w zdenerwowaniu i działają dobrze na sen (niektórzy mówią, że wesołości dodają jedzącym je — ale, to trzeba samemu stwierdzić).

Gruszka jest bardzo pożywna, zawiera dużo wapna, wzmacniając kości; jednakże źle pożuta obciąża nie tylko żołądek i kiszki, ale przy słabszych nerkach źle oddziałuje.

Sliwki bardzo są pożywne, działają bardzo oczyszczająco na kiszki, — to też przez nieumiarkowane użycie spowodować mogą diarję. Skórki od sliwek, fermentują łatwo, — wywołują wzdęcie — więc przy słabym żołądku, powinno się jeść je obrane.

Brzoskwinie i morele ożywiają ścianki żołądkowe, podniecają działalność płuc a mianowicie wątrobę i działają korzystnie na żółć. Przedewszystkiem skórki brzoskwiniowe posiadają te własności.

Winogrona — oczyszczają krew, płuca, wątrobę i kiszki.

Poziomki (jagody czerwone) są bogate w fosfor, dlatego są doskonałym środkiem na nerwy, jednakże za dużo użyte, podnoszą temperaturę i sprządzają czasami pokrzywkę; naczno jedzone, usuwają podobno robaki, które dzieci często trapią.

Pomidory, to przejście od owocu do jarzyny, — działają na nerki i śledzionę, czyszczą krew, działają na nerwy. Przy różnych wysypach i różnych rodzajach nieczystości krwi — przewyższają tą właściwością inne owoce.

Orzechy — działają dobrze na nerwy, szczególnie orzech kokosowy, o ile są dojrzałe, ale do nas nie dochodzi ten owoc w stanie dojrzałym.

Migdały i włoskie orzechy zawierają kwas pruski w łupinach, dlatego szkodzą często na gardło i struny głosowe, wywołując chrypkę.

Laskowe orzechy są najprzedniejsze i najprzydatniejsze z orzechów.

## Recepty gwiazdkowe.

### Pierniki.

1 funt miodu sztucznego gotować tak długo, jak gotuje się cukier na karmel, poczem odstawić naczynie na bok. W drugim rondlu rozpuścić 1 funt cukru z ćwierć litrem wody na ogniu, wlać do miodu i ostudzić. Następnie zagnieść ciasto z powyższego z 2 funtami mąki pszennej lub pół na pół pszennej z rżaną i wynieść ciasto na 14 dni w chłodne miejsce. Po tym czasie należy ciasto wyrobić na stolnicy, dodać 15 gr. soli rogowej, 10 gr. imbiru, rozwałkować na grubość jednego centymetra, wykrawać pierniczki foremką i piec w średnio gorącym piecu. Po upieczeniu polukrować glazurą cukrową, lub pociągnąć ubitem białkiem z cukrem i obsuszyć w piecu. Z tego samego ciasta z dodatkiem siekanych orzechów, tartej skórki cytrynowej, cykaty, cynamonu i kardamonu piecze się doskonale, wykwinne pierniczki.

### Pierniczki - całuski.

1 funt rozgrzanego miodu lub syropu zarobić z jednym funtem mąki, ćwierć funta cukru, jedną łyżką smalcu lub innego tłuszczu z dodatkiem jednej łyżeczki tłuczonych goździków, odrobiny tartej skórki cytrynowej oraz jednego proszku do pieczenia Oetgera. Rozwałkować, wykrawać małe pierniczki, upiec i polukrować, wykrawać małe pierniczki, upiec i polukrować białym lub koszenilę na różowo zabarwionym cukrem. Pierniczki te nadają się bardzo jako ozdoba na drzewko.

### Pierniczki t. zw. orzeszki.

Półtora funta syropu i pół funta miodu sztucznego zagotować z pół litrem wody. Wystudzić, dodać ćwierć funta cukru, 5 gr. cynamonu, 2 gr. goździków, szczyptę pieprzu białego i gałki muskatulowej, 5 gr. potażu, 8 gr. soli rogowej, zarobić dwoma funtami mąki pszennej. Uformować z ciasta wałeczki grubości wielkiego palca i odstawić do dnia następnego. Poczem kroić ciasto kawałkami i formować kuleczki wielkości orzechów laskowych. Orzeszki piecze się w dość ciepłym piecu. Przechowywane w blaszanych puszkach zachowują świeżość miesiącami.

### Pierniczki.

400 gr. cukru ubić z 2 białkami na sztywną pianę, dodać siekanej drobno skórki cytrynowej, 8 gr. cynamonu i 2 gr. tłuczonych goździków i zarobić na ciasto z jednym funtem mąki pszennej, rozwałkować, wykrawać placuszki, kłaść na deskę i odstawić na dwa do trzech dni aż obeschną, następnie przewracać placuszki i upiec na blasze na kolor ciemno żółty.

### Bomby lgniclike.

Zagotować jeden funt miodu z pół funta cukru, pół funta masła, jedną drobno siekaną skórkę cytrynową, łyżeczkę cynamonu mielonego i małą łyżeczkę tłuczonych goździków. łyżeczkę natronu rozpuścić w szklance wody. Do ostudzonego miodu dodać półtora funta mąki, wymieszać doskonale, wsypać jedną garść sultanek i jedną garść koryntek, migdałów drobno usiekanych, oraz wlać wodę z natronem. Po wyrobieniu ciasta wlać masę do formy, wysmarowanej tłuszczem i wysypanej bułeczką i piec przez półtorej godziny. Po ostudzeniu polukrować piernik glazurą czekoladową.

### Pierniczki nadziewane.

250 gr. miodu zagotować z 100 gr. cukru i zwykłą ilością korzeni, używanych przy pieczeniu perników; po ostudzeniu wymieszać dobrze z jednym funtem mąki, dwoma jajami, 80 gr. oliwy i 5 gr. natronu. Odstawić na 12 godzin w chłodne miejsce, poczem ciasto rozwałkować na pół cm. grubości, wykrawać foremką i smarować placuszki poniżej podaną masą, następnie przykrywać drugim krążkiem ciasta, smarować jajkiem i posypawszy migdałami piec zwykłym sposobem. Masa: 125 gr. zmielonych orzechów laskowych wyrobić doskonale na ścisłą masę z 100 gr. cukru, 2 jajami i 60 gr. siekanej cykaty. O ile masa za suchą, rozprowadzić ją słodką śmietaną lub mlekiem.

### Glazura czekoladowa.

Pół funta czekolady waniljowej i pół łyżeczki masła deserowego postawić w letnim piecu, aby się rozpuściła. Gdy zmięknie rozetrzec ją łyżką, rozprowadzić szklanką wody, zagotować mieszając ciągle, aż się utworzy gęsta, ciągnąca masa i gorącą obciągać pierniki — stawiając je następnie w zimnem miejscu.

### Kluseczki z jabłek smażone.

Mniej więcej dwie bułki namoczyć w letnim mleku. Oddzielnie dwa jabłka zdrowe nie zakwaśne, obrać i pokrajać bardzo drobno w kosteczki, zmieszać z bułką rozmoczoną, dodając łyżkę cukru miłego (kto chce migdałów usiekanych parę) i nieco utartej skórki cytrynowej. Wymieszać wszystko dobrze — dolać łyżeczkę mleka, całe jedno jajo, uważać, aby masa ta była gęsta. Brać z niej po małej łyżeczce, robiąc okrągłe lub podługne kluseczki — osypać w utartej bułce i smażyć w gorącym maśle, smalcu lub fryturze i wydać na stół oblane masłem z bułeczką lub z cukrem.

## Rozmaitości.

**Karmienie drobiu.** W Milwaukee w Ameryce wyznaczono nagrodę za najkorzystniejsze karmienie drobiu pewnemu hodowcy, który wykazał, że przez 5 lat dawał kurom, kaczkom i gęsiom domieszkę mielonych kości i to drobiowi 2—3 tygodniowemu raz na tydzień, drobiowi wyrosłemu, począwszy od 4 miesięcy, dawał w lecie na 24 kur około 2 litrów mielonych kości — naturalnie jako domieszkę do dawanej im paszy i to w lecie 2 razy na tydzień, zimą 3 razy w tygodniu. Jak piszą, skutek tej karmy okazał się taki: 1. że kury nie szarpały piór. 2. nie dziobały jaj, a co najważniejsze, że naniósł jaj pod wójną ilość w przeciągu roku.

**Wpływ rozmaitych pasz na dobroć mięsa wieprzowego.** Wpływ karmienia, zwłaszcza na dobroć mięsa wieprzowego, jest bardzo znaczny. Za znaczącą to badacze tych rzeczy i uczą po zrobieniu długich doświadczeń:

1. że najsmaczniejsze mięso i najcięższe w wadze wydają świnię karmioną mlekiem. Potem następuje karmienie ziarnem jak kukurydzą, jęczmieniem, grochem i owsem.

2. Ziemiaki wydają pulchne i lekkie, ale nie najsmaczniejsze mięso, które przy gotowaniu traci wiele treści.

3. Świnię karmioną otrębami dają mięso żółte i niebardzo smaczne.

4. Kuchy lniane i rzepiowe dają pulchne i tłuste mięso, ale trochę niemilego smaku.

5. Bób wydaje mięso twarde i smaczne, trudne do strawienia, więc go się nie zaleca.

6. Żołądz wydaje mało wazące, twarde i wskutek tego nie najzdrowsze mięso.

**Dowóz do Francji.** Wywóz do Francji w ciągu 11 miesięcy br. wyniósł 36 miliardów 14 milionów franków za 51 milj. ton. Wywóz z Francji w tym samym czasie przekroczył 37 miliardów 412 milionów franków za 26 milionów 873 tys. ton, co stanowi przewyżkę nad wywozem za ten sam okres czasu w zeszłym roku 10 miliardów 120 milionów franków za 4 miliony 791 tys. ton.

**Choroba drubiu.** Kury są niespokojne przez pasorzyty skórne, które masowo je opadają; gnieźdzą się one w szczelinach kurnika i na drobiu. Robactwą to wpija się w skórę drobiu i żywi się ich krwią. Drób dotknięty temi pasorzytami (Federlinge) z biegiem czasu chudnie i w końcu marnieje. Zapobiedz temu można przez dokładne kilkakrotne wyczyszczenie kurnika i gniazd. Po sprzątnieniu nawozu i brudu z kurnika, części drewniane trzeba wymyć gorącym ługiem i wybielić świeżo gaszonym wapnem z dodatkiem pół litra lisolu lub kreolinem na 15 litrów mleka wapiennego. Szczególnie pamiętać należy o szparach i kątach. Bielenie kurnika trzeba powtórzyć kilkakrotnie w odstępach 10 dniowych. Drągi, na których kury siedzą i gniazda wypędzować naftą z dodatkiem naftaliny. W kurniku umieścić drewniane naczynia z popiołem z drzewa, w których to kury mogłyby się grzebać. Kurom można wdychać pod pióra proszek używany przeciw robactwu jak „Zacherlin“, „Insectoform“, „Maok“ itp. Drób musi być dobrze żywiony i wypuszczany na powietrze.

### Tegoroczny zbyt koniżyny.

Tegoroczna koniżyna sprzedaży koniżyny w Polsce rokowała jak najlepsze nadzieje, ponieważ za granicą był ogólny nieurodzaj, a w Polsce sprzątnięto z morgi 2—3 proc. białej koniżyny. Atoli z powodu kompletnego braku organizacji tego handlu, nasi producenci otrzymali zaledwo połowę ceny światowej, przyczem na ogólną ilość nasienia eksportowanego, pięćuset wagonów, strata mogła dosięgnąć kilka milionów złotych.

**Kredyt rządowy na uprawę wierzby koszykarskiej.** Dyrekcja Państwowego Banku Rolnego udzielać będzie kredytu samorządom powiatowym, gminnym i miejskim na akcję zalesienia wikliną koszykarską nieużytków i lotnych piasków. Na razie jest kredyt 3 miesięczny z ewentualną prolongatą do pół roku, jest jednak nadzieja skonwertowania kredytu krótkoterminowego na pożyczkę długoterminową. Wyrobienie kredytu zależy od rozmiarów zaprojektowanych prac i nie może przekraczać 15—25 tysięcy złotych dla jednego ciała samorządowego. Za pośrednictwem samorządów mogą również uzyskać kredyt prywatni właściciele gruntów.