

ДОМАКИНЯ

СЪ ОСОБЕННО ПРИЛОЖЕНИЕ ЗА ОБРАЗЦИ НА РАКОДѢЛИЯ,

ПРИТУРКА

НА

„ЖЕНСКИЯ СВѢТЪ“

Излиза на 10 ужило всѣки мѣсець.

Годишенъ абонаментъ

I за абон. въ Т.-П. станция
на притурката . . л. 3.—
" " съ Ж. Св. " 5.50

II за аб. направо въ Дирек.
на притурката . . л. 4.—
" " съ Ж. Св. " 7.—

III за странство
на притурката . . л. 5.—
" " съ Ж. Св. " 9.—

Всичко що се отнася до
списването или притурката
испраща се съ адресъ: До
Дирекцията на Женск. Свѣтъ
ул. Войнишна № 122 — Варна.

Писма неплатени не се
приематъ. Всѣкакви обя-
вления, относящи се до
госпожи и госпожици, при-
ематъ се. Правото за за-
писъ въ Т.-П. станц. се
плаща отдѣлно отъ абон.

Въ Дирекцията се намиратъ за проданъ цѣли течения отъ I, II, III и IV година на „Ж. Свѣтъ“ и „Домакиня“

Съдържание:

Какъ да се обличаме. — Кроење. — Хишена на ж-
битъ. — Свѣти къмъ майкитъ. — За мзлаголѣята и мо-
ралнитъ стресения на труднитъ жени. — Здравие на
жената. — За спалнитъ. — Свѣти. — Рецепти за ястия. —
Корреспонденция. — Обяснение на образитъ отъ ръкодѣ-
лѣята. — Обявление.

Какъ да се обличаме.

Нито много луксозно, нито много бѣд-
но се обличай; защото съ първото
карашъ хората да ти завиждатъ или
ти се подиграватъ, а съ второто — да те
мразятъ или ти правятъ милостиня.

(Плутархъ).

Много често въ семейния бюджетъ славата
за обличанието на жената залавя значително
мѣсто, а харченитъ суми за покупката на
кѣщни мобили сж съвсѣмъ незначителни въ
сравнение съ ония, що се даватъ за купува-
нието на всѣкакви рокли, дрѣхы, шалове, шапки,
чепици, украшения и др. т. п.

Обикновенно женитъ клонятъ много къмъ
раскошното обличане. Нека се не сърдятъ чи-
тателкитъ ни, задѣто казваме женитъ, разби-
райки, че всичкитъ жени безъ изключение иматъ
тая наклонность; нивака не: ние знаемъ, че
известното всѣкиму говоренне «всѣко правило
си има изключение» не може да не бѣде при-
ложимо и тукъ, нѣ, за жалость, не можемъ да не
псповѣдаме факта, дѣто не малко жени не мис-
лятъ за друго, освѣнъ отъ кой цвѣтъ и каква
мода ще имъ бѣде роклята за наступающия се-
зонъ и какъво сръдство да измислятъ за да си
заематъ хубость. Ако женитъ, вмѣсто да си
харчатъ паричкитъ за доставяние всѣкакви

чуждестранни периодически списания, и то, безъ
да познаватъ чуждия за тѣхъ езикъ, на който
сж написани тѣ, само и само за фигуринитъ
въ тѣхъ, ако вмѣсто това, казваме, бихж по-
жъртвовали нѣщо за нѣкои книги и списания на
езика имъ, а именно такива, що имъ украся-
ватъ душата и ума, то тѣхното положение щѣ
ше да бѣде много по-различно, па и не само
тѣхното собствено и на дома имъ положение
щѣше се подобрило много повече, нѣ още таки-
вато жени по-здро и по-благотворно, щѣхж
подѣйствували върху обществото. Нѣ, за жа-
лость, опитътъ не вежижъ ни е доказалъ до
сега, че има още у насъ жени, които колѣватъ
отъ една страна показватъ щедрость въ харче-
нието значителни суми за украсяването си тѣ-
ломъ, за да се покажатъ въ очитъ на хората,
не както се подобава на благородни жени,
толкова пъкъ отъ друга страна тѣ ни прѣдста-
вятъ развито сжперническото си чувство въ
украсяването си духомъ.

Колко майки считатъ за по-важно да се
грижатъ за украсяването и раскошното обли-
чане на дѣщеритъ си, отколкото за надлѣжно-
то имъ възпитание! А колко пъкъ момъ не се
стрѣматъ къмъ нищо друго, не говорятъ и не
мислятъ за нищо друго изключително, освѣнъ
за това, като иматъ най-често за примѣръ въ
това майкитъ си! А това имъ стрѣмление въз-
бужда до толкова тѣхната ревность, когато това
възбуждане трѣбвало би да се отнася само за
добродѣтелята, достоинството и прѣимушествата

— щото скърбятъ и се сърдятъ, когато родителитъ имъ не имъ доставятъ любезнитъ имъ и съ нетърпение очаквани украшения, а полудиватъ просто отъ радостъ, когато ги получатъ! Умътъ и сърдцето имъ сж тамъ. Излизатъ ли нѣкой път на расходка или на посѣщение? Тѣ никакъ не мислятъ, каква почеть или приятелство сж длѣжни да покажатъ или съ какво благоприличие и съ каква благопристойность трѣбва да се държатъ, нѣ винаги си измѣчватъ малката глава съ въпроса на *туалетитъ*. Ще ли трѣбва да отидѣтъ на нѣкой концертъ? Нито искуството, нито познанията имъ съставляватъ за тѣхъ главния источникъ на удоволствието имъ по тоя случай: единичкото имъ удоволствие се състои въ показването дрѣхитъ имъ. Па даже и религиозното имъ чувство, не е освободено отъ всѣкакво влияние отъ тая пуста и вредителна къмъ украсяването наклонность. Тѣ отиватъ на черква, за да си покажатъ по-скоро дрѣхитъ и украсенията и за да разгледатъ ония на другитъ, а не за да се молятъ, като даватъ съ това често поводъ на духовницитъ ни да нападатъ пзъ амвона на черквата тая имъ мания. Съ една дума, може нѣкой да помисли, че въ главата на много млади жени една само мисль прѣобладава, оная на кокетството.

Момитъ сж длѣжни да нѣматъ за единичка и исключителна грижа и оная на украсяването, нѣ да оставятъ това за ония невестки и пусети жени, на които единичката съжалителна привилегия е да не мислятъ за друго, освѣнъ за украсяването и кокетствуването. Обличанието съ вкусъ, простота и чистота доказва дѣйствително прѣвѣходство. Нека бѣде облѣклото на момитъ съгласно и прилично съ възрастта, а особено съ срѣдствата имъ; нека тѣ оставятъ на страна всичко безсмисленно и прѣувеличено и нека прѣдпочитатъ простото и грациозното въ сжщо врѣме; нека тѣ не послѣдватъ слѣпнишката модата, за да се покажатъ и привлечатъ вниманието на хората; защото тежкото и богато обличавие не привлича почетъта и уважението на другитъ, а, напротивъ, много неприятно се сѣди за оная мома или жена, на която обличанието е скандалиозно, неприлично и несѣотвѣтствующе на общественото имъ положение.

Женскитъ облѣкла и украсения

Винаги на е очудвало кокетството т. е. некуственното обличавие и украсяване на умнитъ

и благоразумнитъ жени, казва г-жа Клариса Зурамбилъ. Тоя женски недостатъкъ има важни послѣдствия, защото причинява безумни разности, повторението и потретенето на които е причина на много лишения въ семейството, при всичко че мжжътъ продължава да работи и да работи добръ. Приятелитъ се чудятъ и дивятъ, роднинитъ се отчайватъ и напраздно се търсятъ причината на никакъ непрѣдвидената погибелъ, защото работата на мжжа е добра, на и съпружеската пара благоразумна. Испитайте жената: ти ще ви каже причината на испаданието на дома си; тя само ще може да ви ъж каже, защото никоя друга причина нѣма освѣнъ кокетството ъ. Тѣзи жена не може да види нѣкой дрѣха безъ да пожелае да има и тя една като нея; не може да ъж види безъ да ъж купи, а при това паритъ се харчатъ за вищо и никакво, за удовлетворението на пуститъ и безумнитъ ъ желанія. Много е за съжаляване, дѣйствително, като се помисли, че едн-кой-си и едн-каква-си пвица, панделка, цвѣтъ на нѣкой дрѣха или форма на шапка съставляватъ главната грижа на нѣкои жени и че една голѣма частъ отъ живота имъ се губи въ подобни праздни и суетни работи.

Ако момитъ и женитъ се убѣждавали, че хубостъта е съвсѣмъ независима отъ украсяването, то тѣ лесно бихъ приели да се обличатъ по-просто и съ повече вкусъ. Какво по-смѣшно отъ едно тѣжко и богато облѣкло, украсяюще грозно лице! Въ тоя случай, облѣклото съставлява силенъ контрастъ съ лицето; а пъкъ, напротивъ, съвсѣмъ сж бесполезни богатитъ дрѣхи и украсения за една хубава жена, защото каква ли нужда отъ тѣхъ има тя? Хубавата жена има отъ себе си достатѣчна привлекателность, та нѣма нужда да си ъж придобива некуственно. Много се лѣжатъ тия жени, които мислятъ, че привличатъ върху си вниманието и очудванието на хората съ хубавитъ си облѣкла и украшения, защото, ако е грациозенъ кроежътъ на роклята, ако е хубаво перото на шапката, то, справедливо, очудванието принадлежи на шивачката, която е скроила дрѣхата, и на птичето, което е доставило перото. Много жално доказателство за своето лекоумие ни прѣдставятъ ония жени, които мислятъ, че сж длѣжни да приобѣгнатъ къмъ привлѣкательноститъ на модата и на украсенията, за да произведѣтъ вънѣшно едно благоприятно чувство.

Никога нѣма да видите, че едно богато и погорно отъ общественото положение на жената или на момата облѣкло може да привлече върху си почетѣта и уваженнето на другитѣ; то ще имъ повреди по-скоро и ще даде поводъ на другитѣ за неприятни въ нейна смѣтка коментарии.

Веднѣжъ отивахме нѣйдѣ по желѣзница: казва сѣщата госпожа, много приятелки; изъ една станция се качи въ нашия вагонъ една 18-годишна мома, великолѣпно облѣчена, та очитѣ ни не прѣстаняхъ отъ да гледатъ прѣзъ нѣколко минути облѣклото, разбира се. Подиръ малко момата ни отирави думата, отъ което не се помъчихме да разберемъ, че въспитанието ѝ не бѣше съответствено съ облѣклото ѝ. Първа неприятностъ. По-послѣ се научихме, че тая мома била работница и че отивала въ едно село при нѣкой роднина, за да му бѣде кръстница на дѣтето. Втора неприятностъ и размѣна помежду ни на една прощеска усмивка, не, за дѣто разбира се, момата била работница, защото всичкитѣ честни занятия сѣ почетни, когато се нѣкой отнася добрѣ, нѣ главно задѣто облѣклото на тая мома бѣло съвсѣмъ несъответствено съ сръдствата и положението ѝ, защото туй нейно облѣкло бѣло богатшко облѣкло.

Относително обличаието си, жената не трѣбва да прѣстъпва слѣдующитѣ принципи, да се облича съгласно съ възрастта и съгласно съ общественото си положение. Благоразумната жена послѣдва модата — понеже е принудена въ това — нѣ внимава добрѣ, щото да не прѣскача мѣрката, така щото да не е екцентрична, нито пѣкъ смѣшна, така щото да не бѣде завиждапа или присмивана, споредъ Плутарха, нито пѣкъ да бѣде омразена или съжалявана. Принципътъ на благоразумната жена е вкусътъ и простотата въ обличаието — нѣщо, което неисклучва грациозността.

Нека кажемъ, най-послѣ, че не е рѣдко да види нѣкой жени, които се обличатъ най-кокетно вечеръ, а сутринъ, напротивъ, сѣ най-немарливо облѣчени: косата не е счесана, както трѣбва, роклята не стои добрѣ открита; а въ случай че нѣкой дойде въ дома за нѣкоя смѣшна работа, тѣ се срамуватъ да излѣзжтъ за посрѣщаннето му, та поръчватъ на слугинята да му кажжтъ, че не можжтъ го прие.

Излизно е, мислимъ, да кажемъ, че има и жени, които съвсѣмъ не обичатъ да се обличатъ благоприятно прѣзъ всичкитѣ дѣлнични

дни, освѣнъ въ случай, че сѣ принудени да излѣзжтъ и само въ недѣлни дни.

Ще кажемъ само, че момата е длѣжна да се чеши и облича както прилича за въ кѣщи най-рано сутринъ.

Кроеие.

Различни проявения въ правилния тежъ за неправилни тѣлосложения.

Неправилни тѣлосложения сѣ ония тѣлосложения, на които мѣрнитѣ не сѣ точно пропорционални помежду си. Построяваието на теркове за тѣхъ може да се дѣли така: 1) високи рамена (фиг. 4-та, брой 1-ий Дом.) 2) низки рамена, (фиг. 3-та брой 1-ий Дом.); 3) гърбава стойка, 4) искривена талия назадъ (издадени гърдитѣ твърдѣ много); 5) не еднакво навсѣждѣ тѣлосложение, като напр. едната страна по-дебела отъ другата или по-висока и пр. 6) гърди много широки, а кръстъ много тънъкъ, или обратно.

Ще разгледаме първо раменѣтѣ. Въ днешния епоха повече се сръщатъ рамена високи, отколку низки. Това не произлиза отъ естествения строежъ на жената, но отъ модата, която изисква високи талии; така щото, колкото талията е по-висока, толкова раменѣтѣ се показватъ по-високи; главната причина на това сѣ високитѣ корсети, които сѣ съвършено високи подъ мишницата и тѣсни при кръста, та рамената не можжтъ прилежж надъ тѣлото, каквото при низки корсети или безъ корсетъ, а се държжтъ насилствено надъ корсета—нѣщо, което докарва неправилнитѣ тѣлосложения. Колкото е по-кѣсъ единъ корсетъ, толкова е и по-хигиениченъ и по отъ послѣдната мода. За това тѣ толкова въ Парижкитѣ професионални училища, колкото и по магазинитѣ се правжжтъ кѣси.

Едно тѣлосложение може и съ единъ погледъ само да се познае дали е пропорционално или не: по-добрѣ е, разбира се, вземаието мѣрнитѣ му.

5-та мѣрка (височината на подрѣжава) може ни показва, дали е талията пропорционална; дългата или кѣса; понеже пропорционалнитѣ тѣлосложения иматъ 5-та мѣрка равна на половината дължина отъ гърба (1-ва мѣрка); напримѣръ: дължината на гърба е 38, 5-та мѣрка трѣбва да е 19; ако, обаче, 1-та мѣрка е 38, а 5-та мѣрка 21, тогава, разбира се, това тѣлосложение има раменѣ на 2 смтм. по-високо отъ ония на обикновена талия. Въ този случай, за да не губимъ врѣмето си, разгледаме терковетѣ на едно правилно тѣлосложение и начъртаваме изрѣзаното мѣсто на рѣжава споредъ полученото число чрѣзъ 5-та мѣрка. Като скѣсимъ 5-та мѣрка 2 смтм. подъ рѣжава и 2 смтм. при раменѣтѣ въ фиг. 11 непълнитѣ линии показватъ правилнитѣ теркове, а пълнитѣ—колко трѣбва да се качува по-високо. Сега да прѣдположимъ, че нѣкоя има 1-та мѣрка (дължината на гърба) 38 смтм. (вижъ фиг. 3, брой 1-ий Дом.) а 5-та мѣрка (дължината на подрѣжава) 17 смтм; това значи, че тя има раменѣ на 2 смтм. по-низки отъ обикновеному. Затова принудени сме да снемемъ изрѣзаното мѣсто на рѣжава на 2 смтм. и при рамото 2 смтм. Ако искаме да порѣжимъ само подъ рѣжава, то-

гава изрѣзаното мѣсто на ржкава става много широко (вижъ фиг. 12). За пробиването (поправяние или при-мѣрване на дрехата) ще говоримъ по-нататкъ.

Гърбани и криви тѣлосложения: (фиг. 1-ва и 2-ра брой 1-ий Дом.) Гърбавитѣ и кривитѣ тѣлосложения се срѣщатъ много често; за този случай много сж полезни 7-та мѣрка (дължината отъ вратника до хълбоцитѣ) и 9-та мѣрка (дължината отъ вратника до кръста отпрѣдъ, защото всичкитѣ гърбави ще иматъ тия мѣрки по-къси, а напротивъ ония, които сж криви на назадъ, ще ги иматъ по-дълги).

По нѣкога даже нарѣдко се познава гърбавината на младитѣ дѣвойки на около 16 — 18 годишния възраст, понеже гърбавината едва почва тогасъ. Тя произлиза отъ стоежа: едни, като не обръщатъ внимание при сѣданне прѣдъ масата за писване, или пиене, навеждатъ се много; други пъкъ, за да се покажатъ по-грациозни въ расходнитѣ, издаватъ си винаги гърдитѣ на напрѣдъ, така щото, докато получатъ кривината на тѣлото си — понеже тъкмо по тия години до 25-та година гърдитѣ се развиватъ — отъ година на година гърбавината имъ се увеличава а най-сетнѣ ставатъ съвършено гърбави. За този случай, прочее, не можемъ да получимъ единъ правиленъ теркъ; за едно гърбаво тѣлосложение нужно е да се направи той отпово, като се взиматъ внимателно 7-та и 9-та мѣрки, по които се различава пропорционалното тѣлосложение. А тъй като тия мѣрки сж къси, то трѣбва да начѣртаваме прѣдницата толкова по-къса отъ къмъ вратника, колкото мѣрката ще го изисква т. е. снимаме рамото отъ точката Q и отъ точката R, както се то показва въ фиг. 13-та и внимаваме, щото точката T да съвпадне съ точката M. Искривяваме малката страна при точката J около 2 сантиметра или и повече.

Искривената талия на назадъ (вижъ фиг. 1-ва брой 1-ий Дом.) е обратното на гърбавата талия, за това начѣртаването ще бѣде съвсѣмъ противоположно; нужно е, прочее, да се взематъ всичкитѣ мѣрки и да се начѣртайтъ нови теркове, като се внимава добръ въ 7-та и 9-та мѣрки, които сж еднакво нужди и за гърбавитѣ. Останалитѣ мѣрки сж също както и за пропорционалнитѣ тѣла; само прѣдницата се различава, защото се дигатъ точкитѣ Q и R толкова, колкото показва мѣрката, за да може въ кръста точкитѣ T и M да снадѣжатъ точно едно до друго (фиг. 14-та.)

Понеже всичкитѣ показани чѣртежи за неправилнитѣ тѣлосложения сж само съ една малка страна, то затова ще ви покажемъ леснината, да можете да скроите и съ двѣ малки страни по сѣщия патронъ: измѣрва се разстоянието отъ точката L — M и отъ точката T — Z; да прѣдположимъ, че отъ L — M е 10 снтм., а отъ T — Z 11 е снтм; събираме тия числа и получаваме 21 снтм., вземаме $\frac{1}{3}$ на 21 = 7 снтм; когото прѣдставляватъ широчината на 1-та малка страна отъ L — 1 и отъ Z — 2. Излишкътъ подъ ржкава, помежду малката страна и прѣдницата, раздѣля се на двѣ и се оставя едната половина помежду прѣдницата и 2-та малка страна, а другата половина помежду 1-та малка страна, и 2-та малка страна, която се образува сама

по себе си; за широчината на горията ѝ частъ се взима половината отъ прѣдницата и половината отъ 1-та малка страна и се дава една широчина равна съ широчината при кръста безъ $1\frac{1}{2}$ снтм; а за 1-та малка страна се оставя равно съ широчината ѝ при кръста безъ 1 снтм.

Не остава друго, освѣнъ да разгледаме не еднаквото по всѣкадъ тѣлосложение; то прѣдставлява малки, но доста интересни неправилности, понеже лесно не прилѣга дрехата. Тѣзи неправилности се срѣща въ пълнитѣ личности; но, ако въ противенъ случай, нѣкоя жена надебелѣе пропорционално на всѣкъдѣ, то много е по-лесно скрояването и зашиването на една дреха за такъва, отъ колкото за една много слаба. Понеже, обаче, рѣдко се случва пропорционалното надебеляване, та много пъти се срѣща надебеляване при стомаха или странитѣ при хълбоцитѣ, а ослабване въ гърдитѣ и раменѣтѣ или пъкъ обратно: гърди широки, а раменѣ и рѣцѣ слаби; то въ такъвъ случай мѣрката на прорѣза на ржкава е твърдѣ широка, а за това се прави една паста отъ прорѣза на ржкава до 2-та паста къмъ малката страна; прави се даже и втора паста отъ прѣдния край до 1-та паста за ония, които сж дебели само по срдѣ гърдитѣ. Тѣзи паста се правѣтъ въ терковѣтѣ при скрояването, по нѣкога въ плата. Поставяме терка на прѣдницата надъ крапцето на плата и тогава пастичката на прорѣза се впада на веревъ и по този случай дрехата прилѣга твърдѣ добръ.

Корсажа съ три малки страни: Когато некаме да опишемъ единъ корсажъ за едно тѣлосложение твърдѣ дебело не само по гърдитѣ, но и по всичката талия, начѣртаваме патрона като то по обыкновенному, т. е. като за едно пропорционално тѣло, съ тая разлика само че, вмѣсто 2 малки парчета, скрояваме 3 и, ако тѣлото при кръста е много дебело, излишкитѣ при кръста се оставятъ около 1 или 2 снтм., даже по нѣкогажъ $\frac{1}{2}$ снтм; въ случай на дебелина при хълбоцитѣ и корема расширочаваме терка при точката V и отъ всичкитѣ страни при баска (политѣ). Получаваме 3-та малка страна, като измѣримъ отъ втората паста до край на 1-та малка страна; полученото число раздѣляме на 4 равни части и така $\frac{1}{4}$ остава за прѣдницата A (фиг. 15-та) B, C, D, за малкитѣ страни.

Баска (политѣ) за корсажа съ 3 малки парчета вижъ (фиг. 16 и 17).

Хигиена на жбитѣ.

Ако любезнитѣ ни абонатки желаятъ да достигнатъ, както самитѣ тѣ, така и чедата имъ глѣбока старостъ; търбухътъ имъ да е най-здравъ, то тия нека обърнатъ голямо внимание за жбитѣ си.

Устата непрѣмѣнно трѣбва да се очистватъ чрѣзъ жбичистилката (четката) съ чиста вода, въ която могатъ каинжъ нѣколко капки алкоолъ или спиртъ отъ мента. Следъ ѣденнето, жбитѣ веднага трѣбва да се псчитватъ чрѣзъ водата отъ веществата, които се набиратъ помежду имъ и които, като захванатъ да изгиватъ, причиняватъ една най-отвратителна воня и разяждането на жбитѣ, — нѣщо, което е изворъ на

страшно жбоболие. Омиването на жбобитѣ съ вода и избърсването имъ чрѣзъ жбобочистилка или единъ твърдичкъ кжсъ — платно, очиства ги отъ жълтото вещество, което, като се набира около *шийката* имъ, съ врѣмето се втвърдява и не можемъ го отмахнѣ. Но, ако въпрѣки всички тия тщателни очиствания, се почувствова жбоболне, то нужно и необходимо е прибѣгване то къмъ жбоболънаря, защото загубата и на единъ само жбобъ включително, е голѣма щета. Жбобитѣ ни сж само тридесетъ и два — по шестнадесетъ по всѣка челюсть; отъ тѣхъ осемтъ прѣдни (четире на горната и четире на долната челюсть) се казватъ *рѣзци*, защото съ тѣхъ се нарѣзва храната; слѣдуици четири се зовтъ *кучешки жбоби*, защото сж остри и раскжсватъ храната, а останалитѣ дванадесетъ — *кжтници*; съ тѣхъ се размазва храната.

Човѣкътъ, отъ рождението си, търпи двѣ *жбобоникненія*; първото захваща, когато още отрочето е петмѣсечно и се свършва, когато сече стане седмогодишине; Прѣзъ туй врѣме понукнуватъ първомъ *рѣзци*тъ, послѣ *кучешки*тъ, а най-послѣ осемъ — по четире на всѣка челюсть — *кжтници*. Тия двадесетъ жбоба се зовтъ: *жмични жбоби*, защото поникнуватъ тогива, когато дѣтето се още храни съ млѣко, и трайжтъ до седмата година. Тогива вече отпадатъ дванадесетѣ жбоби, т. е. *рѣзци*тъ и *кучешки*тъ жбоби; това се вика: *жбобо замѣняване*. Отъ седмата година и на самъ се вече започва *второто и послѣно жбобоникненіе*, съ което се появяватъ *постояннитѣ жбоби*; т. е. нови рѣзци, кучешки и дванадесетъ *кжтници* — по три отъ всѣка страна на челюститѣ. Туй врѣме е критическо за жбобитѣ; да ли ще бжджтъ добри, правилно разположени и съразмѣрно наредени, или пакъ — грозни, криво разположени и неправилно наредени, когато и устата взематъ най-отвратителна форма. За туй родителитѣ, на които единствено е възложено първото възпитание на дѣтето, трѣбва да съвѣтватъ чедата си да не допратъ младитѣ си нѣжни жбоби съ езика си, или прѣситѣ си, защото тѣ сж още най-слаби, лесно се искривяватъ и измѣстватъ; а за исправението имъ нѣма срѣдство, тъй като сж постоянни и се държжтъ прѣзъ цѣлия животъ на човѣка, а именно прѣзъ младата му възраст, когато човѣкътъ ламти, за да е, по възможности, по-красивъ хубавелякъ.

Всѣки жбобъ състои отъ три части: 1) отъ *коренъ*. 2) отъ *шийката* и 3) отъ *внѣшнъ*, който е най-горната частъ. Веществото пакъ на жбобитѣ състои отъ три части: 1) отъ *внѣшната* частъ, наречена *емайлъ* или *зечи*, която служи за прѣдпазване на жбобитѣ. 2) отъ *костна* частъ и 3) отъ *мозъчно* вещество, което пълни вътрѣшната жбובה празнота. Тая частъ е *живицата* и *живителна жбובה частъ*. Ако ненадѣйно се отдѣли емайльтъ, то костната частъ най-лесно се пѣжда и въздухътъ така, като се вмжне въ мозъка, причинява ужасно жбоболие, не може човѣкъ да ѣде, да дѣлче храната, която така никаква полза не му принася, но напротивъ — врѣда, послѣдва стоматно ослабване и тѣлото не може да се правилно развива.

А какъ може да се прѣдпази отъ тая опасностъ?

Ето какъ:

Да не счува съ жбобитѣ твърди тѣла: орѣхи, лѣшници, мигдали и да не ѣде много кисели и сладки работи; да не ѣде или пне веднага слѣдъ топлото — студено и наопаки, и да очиства жбобитѣ най-често и внимателно.

Желаищата да има правилно, хубаво и симетрично тѣло и пълно здравие, та да дългоденствова, нека обрѣща най-грижливо внимание върху жбобитѣ си.

София Крум. Елена.

Съвѣти къмъ майнитѣ.

* Дѣцата трѣбва да навикнжтъ. догдѣто сж още малки, да се събуждатъ рано и все въ опрѣдѣлено врѣме, и да лѣгатъ тоже рано и пакъ въ опрѣдѣлено врѣме. Дѣцата никога не трѣбва да работжтъ вечерята, но само да прочитатъ нѣкоя книга съ забавително съдържание или да се занимаватъ съ игралцата си.

Никога да не имъ се допуска да стоижтъ будни до часа 1 слѣдъ полунощъ. За двугодишнитѣ дѣца най-сгодното врѣме за лѣгане зимъ е по часа 6, а лѣтъ — по 6; а отъ двугодишната до шестгодишната възраст, най-сгодното врѣме за лѣгане зимъ е по часа 7, а лѣтъ — 8. Дѣцата въ тая възраст лесно навикнуватъ. А отъ казаната възраст и нататѣкъ до юношеската, най-сгодното врѣме за лѣгане е по часа 8 зимъ, а по 9 — лѣтъ.

* Починката е една отъ най-главнитѣ нужди на нашето тѣло. Сънътъ е балзамътъ на умореното тѣло и изворътъ, отъ дѣто тѣлото ни псчерпва нови сили. Но повечето хора не съзнаватъ благотворителното влияние на редовната почивка и сънъ върху здравето, та тѣ, вмѣсто да лѣгатъ да спижтъ рано, бдѣжтъ и работжтъ до дълбока нощъ, когато прѣзъ туй врѣме тѣ трѣбваше да се почиватъ и спижтъ; а други пакъ вмѣсто леглотъ си прѣдпочитатъ кафенетата, гдѣто и въздухътъ е заразенъ и нечистъ, та като прѣкарватъ такъвъ передовенъ животъ, организмътъ имъ ослабва и послѣдва прѣждеврѣменна старостъ и смрътъ..

* * Ако нѣкоя жена е задѣлжена да говѣе, то, тя трѣбва да не прави тежка работа прѣзъ туй врѣме и когато тя ще захване да се храни пакъ редовно, по обикновенному, не трѣбва изведнѣжъ да захване да ѣде твърдѣ много; и обратно, ако тя се хранѣла добрѣ и много, не трѣбва, изведнѣжъ, да прѣкрати *внѣшното* си ѣденіе, въ случай, че ще говѣе; но тя трѣбва всичко да го прави постепенно; т. е. въ първия случай, да увеличава всѣкдневно лека по лека количеството на храната си, а въ втория случай — да го намалява. Ако пакъ нѣкоя жена е много уморена, то тя не трѣбва *пжеднѣжъ* да се прѣдаде на пълна почивка, нито пакъ, обратното, ако тя все се е почивала, изведнѣжъ да захване да се занимава съ нѣкоя тѣжка и трудна работа, но постепенно да умалява, въ първия случай, трудоветѣ, а да ги увеличава, въ втория случай, лека по лека катадневно.

Човѣшкия организмъ може да прѣтърпи много прѣобразования и ненормалности, но колечкъ тия работи ставатъ внезапно и съвсѣмъ неправилно, то тоя може слѣдъ кратко врѣме да се съвсѣмъ развали и пропадне.

* Ако нѣкой отъ домашнитѣ ви е боленъ, то поставете го да лѣга въ нѣкоя свѣтла стая, далечъ отъ шумъ и гюрюлти. Снемѣте пердетата отъ прозорцитѣ на стаята, махиѣте трапезнитѣ покривала, и другитѣ излишни мобили; отстранѣте тоже и лѣковетѣ, за да не ги вижда болникътъ, както и всичкитѣ цвѣта и меризми; и догдѣто още ослужвате на болния, бждѣте облѣчена въ облѣкло, което лесно се пере. Патѣтъ, както и цѣлата стая, разбира се, трѣбва да сж

най-чисти.

* Когато нѣкоя жена или мома се занимава съ пиенето, то тя никога не трѣбва да употребява напрѣстникъ отъ олово или друго такова нищожно вещество, защото такива то напрѣстници причиняватъ болка, надувание или възпаление на прѣста, въ който се носѣтъ; най-добри сѣ сребърнитѣ, позлатенитѣ и ония напрѣстници, що сѣ построени отъ излѣщено олово.

* Главата ни трѣбва да се държи все най-чиста. Споредъ мнѣнието на единъ знаменитъ лѣкаръ, когато главата се пизива всѣкидневно добръ, то тя никога или пакъ най-рѣдко подлежи на болѣсти; но, когато, напротивъ, тя е нечиста, то тогива невъзможно е да не се зарази. Колчемъ ние омиваме главата си, трѣбва и добръ да ѣмъ избѣрваме, а да отбѣгваме въздушнитѣ течения. — Леглото ни не трѣбва да се постави до самата стѣна на стаята, защото, ако то стои въ подобно мѣсто, дрѣмещия пакъ отново ще попма въздуха, който одѣвъ е дингалъ — нѣщо най-връдительно за здравнето, но, освѣнъ това, влажността на стѣната може да повлияе най-връдительно върху му. Въздухътъ трѣбва свободно да циркулира около леглото, а именно, когато на него лѣгатъ двамина.

* Неприемането храна е едно най-връдительно нѣщо, а именно за смилателнитѣ органи. Нѣкои поддържатъ това, че когато човѣкътъ не ѣде, мозъчнитѣ дѣйствиа ставатъ по-правилно; та за туй занимающитѣ се съ духовна работа, казватъ, не трѣбва да се хранѣтъ много; когато ония, що се занимаватъ съ тѣлесната работа, трѣбва да се хранѣтъ добръ. Ние, обаче, свѣтваме, както първитѣ, така и послѣднитѣ да се хранѣтъ добръ и най-редовно; въ противенъ случай тѣ ще се истощѣтъ и ще се разболѣѣтъ.

* Когато се купуватъ птици (кокошки, пѣтли и пр.) то трѣбва вниманието да се обръща върху краката, да сѣ тѣ гладки, а бодовѣтъ имъ — кжси. Мжжкитѣ птици сѣ много по-добри, отколку женскитѣ. Краката имъ трѣбва да сѣ лѣснопрѣвиваеми, а очитѣ имъ да сѣ лѣсави. Ако нѣкоя птица приема тъмноспинъ цвѣтъ, а краката ѣ сѣ твърди, то такъвата птица не е годна за ѣденіе.

Прѣсната риба е мжчнопрѣвиваема, а хрильѣтъ и — червени.

Зеленчукътъ, който се употребява въ ястнето, трѣбва да е най-прѣсенъ; иначе ще повлияе връдительно върху здравнето. Грахътъ (бизель) трѣбва да се наготви и изѣде въ часа на купуванетоъ му, а пъкъ лукчетата, зельето и карнабитѣтъ могатъ се употребѣти и послѣдующия день, безъ да се нѣкакъ поврѣдѣтъ.

За меланхолията и моралнитѣ сътресения на труднитѣ жени.

Много жени, а именно ония, които раждатъ за пръвъ пътъ, и догдѣто се продължава трудността имъ, обзематъ се отъ една чудна меланхолия и скърбъ, защото си въображаватъ, че поради разни заплания и

затруднения при ражданіето, ще ги сполети смъртъта, та вслѣдствие на това и тѣлото имъ захваща лека полека да ослабва, охотата за ѣденіе се прѣкъсва, сънитѣ избѣгва и се забѣлѣзва единъ общъ тѣлесенъ и мораленъ отпадькъ. Най-доброто срѣдство, за да се излѣкува жената отъ това, е слѣдующето: Да ѣмъ посѣщаватъ весели хора и приятели, които сѣ искуснитѣ си расправни и утѣшителни думи, да отмахватъ отъ въображението ѣ чернитѣ пдеи и мисли за смъртъта.

Когато меланхолията на трудната жена е съединена и съ стомашния нерасположеностъ, то лѣковетѣ, които тя ще употребѣи противъ това, най-скоро ще ѣмъ отгърватъ и отъ дотегчителната меланхолия.

Силнитѣ морални сътресения, скръбъта, заплашването и силнитѣ болки могатъ причини смъртъта или пакъ метнувание отрочето на трудната; така што надлежитѣ лица, трѣбва да се погрижатъ сериозно за отстранение на всичкитѣ тия случки. Мнозина акушери споменуватъ, че сжщо такива послѣдствия нанасятъ върху труднитѣ земетресеніето, пожарътъ и др. п. случаи.

Здравіето на жената.

Най-главното нѣщо за жената е здравіето и характерътъ, та мжжътъ, когато мисли да се ожени, трѣбва върху тия качества, именно, да обрне вниманието си, защото отъ тѣхъ зависи домашното щастіе.

Науката доказва, че една жена, ако не е здрава то тя не може да е и хубава, а тия двѣ нѣща: здравіето и хубостъта, които иматъ голѣмо значеніе за женитѣ, сѣ неотѣмими едното отъ другото. Една жена, която има въобще слабъ организмъ, то такавата жена, ако има нѣкои хубави черти, и тѣ слѣдъ кратко врѣме ще пчезнатъ или же пакъ ще останѣтъ безъ живостъ и изражение; а здравия човѣкъ, както е всензвѣстно и неоспоримо, не може да не е хубавъ.

Здравіето придава едно най-живо изражение и хармонична съразмѣрностъ на чертитѣ на лицето и възбужда въ насъ чувството на доброто. Тѣлесната пъкъ красота е неотѣмима отъ прѣчистата душевна красота. Ние сме весели, добродушни, искренни, многомилоствни, когато знаемъ, че сме най-здрави и силни тѣломъ.

Една жена, която е истерическа, нервозна и болна, то тя непрѣмѣнно ще е неправедна и ще има не до тамъ добъръ характеръ и нравъ. Отъ майчинното здравіе зависи животътъ, силата и естественното бждѣще на чедата, та, ако го нѣма туй здравіе, нѣма да има и домашно щастіе, и радостъ.

Отъ горнето трѣбва да се извлѣче, колко жената трѣбва да се грижи за щастіето си, а родителитѣ за онова на своитѣ си милѣ, нѣжни и деликатни момченца.

В. М.

За спалнитѣ.

Не повечето врѣме си живѣемъ вжтрѣ въ спалнитѣ, дѣто човѣшкия организмъ се почива отъ ежедневитѣ трудове и човѣшкото естество се съживява —

нѣщо, което влияе и върху цѣлия ни животъ; за туй ние счетохме за необходимо нужно да приведемъ тѣка условията за здравословното състояние на спалнитѣ, които трѣбва да сж такива, щото да отговарятъ на всичкитѣ, изискуеми се за здравнето, наставления и распоредания.

Спалнитѣ трѣбва да лежатъ въ источната или источноюжната частъ на къщата, а не — въ сѣверната, та, както провѣтриванieto имъ, така и освѣтляването имъ отъ слънцето да ставатъ добръ, вслѣдствие което, сутринната, когато се събуждаме, ще бждемъ весели и здрави и така ще прѣкарваме и цѣлия си день.

Горнитѣ стани на къщата сж и по-здравословни, а именно, когато тѣ лежатъ въ тѣсни улици. Доказано е, че човѣкътъ страда, когато се липси отъ свѣтлината и въздуха, както цвѣтето завѣхва и листата му оканатъ, когато стои въ тъмнината.

Отсъствието на свѣтлината и въздуха е причината, вслѣдствие която дѣцата, които живѣятъ вжтрѣ въ градоветѣ сж кахекспески (злосочни) и съ болнавъ характеръ; защото тамъ живѣятъ и работн. класове, по единъ най-противо здравословенъ начинъ, вжтрѣ въ мънички станчки, дѣто се натрупва мало-големо, младо — старо, здраво — болно.

Ако спалнята нѣма свѣтлина, то веднага трѣбва да се снематъ пердетата на прозорцитѣ и на леглото — нѣщо, което е много здравословно и за голѣмитѣ домове.

Хората, слѣдъ прѣдварителни опити, доказали сж, че единъ човѣкъ, срѣдня възрастъ, поглъща всѣки часъ, около 12 куб. метра въздухъ, та, на основание туй откритие, опрѣдѣлили сж въ болницитѣ нужното разстояние за всѣки болникъ. Това нѣщо трѣбва вече окончателно да се приложи и въ всичкитѣ домове, въ които всѣка стая, поне за двѣ лица трѣбва да заема, на височина 4 метра, едно пространство отъ 16-18 кубич. метра.

Но колко пъти нѣкой се накарва да не обръща никакво внимание върху тия правила и да употребява, като спални, малкитѣ отдѣления на къщата си; Въ такъвъ случай, разбира се, трѣбва прозорцитѣ и зимѣ да се отварятъ, дори когато въ тѣхъ спн болникъ или отроче, които нужно е добръ да се покриватъ, та не само никакво зло нѣма да имъ се причини; но, напротивъ, тѣ ще се съживѣятъ отъ поглъщанieto чистия въздухъ, който отстранява заразителнитѣ елементи.

Свѣти.

* *Унищожение на кели или шарша.* — (прѣпоръчва се на русокоситѣ). Раздѣля се косата на двѣ, чрѣзъ една пжтечка, която захваща отъ челото и стига до врата и се натърка кожата съ ситна и много суха соль; това се повтаря трижъ въ седмицата, а сольта отпада сама, чрѣзъ учесване, а резултатътъ е много приятенъ. Въ случай че излѣкуването не стане веднага, повтаря се горѣпзложеното още прѣзъ една седмица.

* *Срѣдство за непаданieto коситѣ вслѣдствие нѣкоя болѣсть.* — Да се омива главата съ извѣрката

(деконтъ) отъ карамѣлчета или пакъ да се омиватъ най-често коренитѣ на коситѣ съ нѣкое спиртно питие, размѣсено съ прѣхъ хининенъ (хинкина), ако паданieto е причинено отъ настинка или нѣкоя друга болѣсть.

* *Вода за омивание главата.* — Размѣсѣте 6 гр. амониакъ съ сжщото количество миндалово масло, прибавѣте 3 гр. отъ вжтрѣшността на мушкатово орѣхче (хиндостанъ джевири) и 40 гр. екстрактъ отъ трандафеля; разбъркайте добръ смѣсъта и наливайте постепенно 6 литри отъ розова вода и така ще пimate псканата вода.

* *Очистванне на жельзни ссждове.* — Когато жельзнитѣ ссждове се зачернитѣ отъ огъня, ние можемъ да имъ придадемъ първоначалната имъ лѣскавина по слѣдующия начинъ:

Размѣсѣте пепель отъ дърва съ обикновенно дървено масло, догдѣто да станатъ на гъста каша; съ която натъркатъ силно ссждоветѣ чрѣзъ единъ вълненъ парцалъ; ако тѣ не се очистѣтъ веднага, то натъркването се продължава до свършенното имъ очистванне.

* *Срѣдство за очистванне келимитѣ отъ маслитинитѣ пътна.* — Първо, догдѣто още пътното е прѣсно, поставѣте надъ него единъ кжсъ попивателна книга, за да поине мастилото, а постѣ намокрювайте оцапаното мѣсто, пътното, съ млѣко, което слѣдъ малко побърсвайте често пъти съ меко платно. Това се повтаря нѣколко пъти догдѣто пътното свършено да исчезне. Очистванieto става по-лесно, ако побързае догдѣто пътното е още прѣсно.

Унищожение на брадавичкитѣ. — Много срѣдства има за унищожението имъ, но ето ви най-простото: Оставете въ продължение на осемъ дена да омекнатъ коритѣ отъ два лимона вжтрѣ въ 125 гр. силенъ оцетъ. Послѣ прѣцѣдѣте ги и натъркайте брадавичкитѣ сутринъ и вечеръ, и слѣдъ нѣколко дена тѣ сами ще отпадатъ.

Очистванне на кѣрени пътна отъ платна съ тѣнък шаръ. Растопѣте единъ жельтъкъ отъ яйце вжтрѣ въ хладка вода, прибавѣте и нѣколко капки отъ нѣкое спиртно питие. Послѣ омивайте съ тая смѣсъ пътната, които исчезватъ, безъ да се развали нѣкакъ шарътъ на платното.

Очистванне лимонци или портокаленѣ пътна. — Ако капне лимоненъ или портокаленъ сокъ върху нѣкое платно, то шарътъ му веднага се промѣнява; за да се очисти прочее такова то пътно, омийте го съ малко етеръ.

* *Блжение на оперѣни отъ слънце ржцѣ.* Вземѣте единъ др. сѣренъ окисъ, 2 чаши прѣцѣдена вода, $\frac{1}{2}$ др. смърна, размѣсѣте ги добръ, па, като омнете ржцѣтъ си съ вода и мило, натопѣте ги въ казаната смѣсъ и тѣ веднага ще се очистѣтъ.

Рецепти за ястия.

* *Пудина.* Размѣсѣте заедно 300 др. млѣко съ 125 др. захаръ, начукана на ситно, канела съ настъргана лимонена кора. Нарѣжете отдѣлно половинъ ока хлѣбна вжтрѣшность на къщата и оставѣте ги да омекнатъ вжтрѣ въ млѣкото прѣзъ единъ часъ. Послѣ намѣсѣте и намачкайте, прибавяйки 6 набити яйца и 150 др. стафиди. Така приготвената маса пратѣте въ фурната, за да се опече.

* *Економично ястие, приготвявано от остатъци на опеченото.* — Често се случва да остане единъ остатъкъ отъ опеченото ви (гювечъ). Вие съ него можете си приготи едно прѣкрасно ястие, вмѣсто да го сервираете пакъ както си е, и ето какъ: нахлѣцайте го на кѣйми и отдѣлно възврѣте 3-4 яйца, които тоже наръжете на кѣсчета, и опържете още въ тиганя хлѣбни фелйки, които нареждате вжтрѣ въ една голѣма паница; надъ тѣхъ изсипѣте кѣймата, която пакъ заобиколѣте съ наръзанитѣ на тънко яйца, а отгорѣ полпвате съ салца (или лимонъ съ яйце набити заедно), или съ нѣщо друго, което се пакъ покрива съ наръзанъ на тънко майданосъ.

Дивечи. — Изскубѣте птичетата, очистѣте, посолѣте и пиперосайте; намажете една бѣла книга: увиете птичетата въ книга на особно, завържете добръ кнпгата и крѣкарайте птичетата въ шинъ и ги опечете; маслото, гдѣто покапва въ тенекията, налѣйте надъ птичетата, слѣдъ като ги обвие; налѣйте и малко бульонъ надъ тѣхъ и ги сервирайте.

* *Вкусна чорба.* — Вземѣте горнята очистена частъ отъ телешка глава и ѿхъ полу възврѣте вжтрѣ въ посолена вода. Послѣ наръжете ѿхъ на кѣсчета, които прѣдварително опържете съ кр. масло въ тиганя, а послѣ турѣте ги въ едно тенджерѣ и прибавѣте цѣлина, мащирка, лукове, набодени по двѣтъ си краища съ по едно гаруфалче, дафинови листа, гѣби, на тънко наръзани, често жамбонено месо, пиперъ и начукано мушкатово орѣхче, съответствено количество вода и оставѣте да възври прѣзъ 2 часа. Прибавѣте, ако желаете, п-Мадерско вино, и бульонъ и като възври добръ, сервирайте.

* *Телешки бѣбреци.* — Опечете 3 или 4 телешки бѣбреци, послѣ наръжете ги на тънки ивици, наръжете още на тънко майданосъ, гюзумъ, цѣлина, възврѣли моркови, и гѣби. Стрийте и вжтрѣшния частъ отъ хлѣба, и прибавѣте три желтъка отъ гѣсти яйца. Като намѣсите добръ всичко това, прибавѣте $\frac{1}{2}$ чаша силень бульонъ, $\frac{1}{2}$ чаша силно бѣло добро чисто вино, солъ и три желтъка отъ прѣсни невъзврѣли яйца. Опържете хлѣбни фелйки съ вода, турѣте върху всѣка една фелйа отъ горнята смѣсъ, поставѣте ги вжтрѣ въ една паравана (голѣмо тенджерѣ) или металическа чиния и пратѣте ги въ фурната, гдѣто, като се зачервижтъ, сѣ вече готови.

* *Крема отъ кокосни гърди.* — Вземѣте гърдитѣ на двѣ кокоски, които, като ги възврѣте, оскубѣте добръ и пуснѣте вжтрѣ въ една ока млѣко; въ което прибавѣте малко брашно отъ орисъ, и два желтъка отъ яйца, добръ набити. Като се свърже добръ кремата, вие ѿхъ сервираете веднага.

* *Риба-пане.* — Ако вие имате остатъкъ, нѣколко кѣсове, отъ нѣкоя голѣма, каква-да-е риба, за да не ги употребите пакъ сѣщитѣ ония кѣсове, но за да пригответе едно цѣло ястие отъ тѣхъ, наръжете ги на тънки фелйки, и посолѣте ги; послѣ на отдѣлно набийте двѣ яйца, въ които, като размѣсите и фр. фарина приготвявате така една каша, дѣто потапяте рибицитѣ си фелйки и опържвайте ги въ тиганя надъ силень огънь съ изобилно кр. масло. Така ще имате едно най-вкусно избранно ястие рибино.

* *Яйца паниени.* — Възврѣте яйца, дордѣто да се сгѣстѣжтъ. Послѣ наръжете ги на двѣ половинки, като ги очистите прѣдварително отъ черупкитѣ имъ. Послѣ отнемѣте желтъцитѣ имъ, които растопѣте вжтрѣ

въ добро дърв. масло и лимонъ, и прибавѣте майданосъ, на тънко наръзанъ, лукчета, начукани на ситно-галета, пиперъ и солъ. Съ тая смѣсъ напълнѣте вдлъбнатинитѣ отъ половинкитѣ на бѣлтъцитѣ и обръщате ги наopakъ, така щото облата частъ да бѣде отгорѣ, въ една чиния, въ която има салца-майонеза.

* *Месо опържено.* — Нарѣжете месото на тънки фелйки; начукайте го добръ и напърскайте съ солъ и пиперъ. Набийте отдѣлно яйца, въ които прибавѣте и брашно фарина. Натопѣте фелйитѣ отъ месото въ тая смѣсъ и опържете въ тиганя съ изобилно крив. масло.

* *Сладко портокалено питие.* — Вземѣте 12 портокали, които добръ обѣлѣте както отъ коритѣ имъ, така и отъ бѣлитѣ-ципи, а послѣ пуснѣте ги вжтрѣ въ 3 литри спиртно питие (90°) оставѣте ги тамъ да омекижтъ прѣзъ 8-12 часа, та тогива прибавѣте $\frac{1}{2}$ литра вода. Послѣ пригответе широпъ съ една литра захаръ; свържете го добръ; размѣсѣте всичко заедно и като прѣцѣдите, ще получите исканото сладко портокалено питие.

* *Мигдалово сладко.* — Начукайте 50 др. обѣлена мигдалова вжтрѣшностъ, но не и до тамъ на тънко, прибавѣте десетъ лѣжички (за супа) ситна захаръ; 10 жълтъци отъ яйца, малко портокалена кора, наръзана на дребно и малко мушкатово орѣхче, намѣсѣте всичко това добръ и изработѣте ги, за да съставѣтъ една маса. Послѣ набийте бѣлтъцитѣ отъ яйцата, да станѣтъ на пѣна и съединѣте ги съ горнето, прибавяйки въ цѣлостъта имъ 5 лѣжичи френска фарина и намѣсѣте ги добръ. Така полученото, пуснѣте въ формата и пратѣте въ фурната, която по това врѣме ще има умѣрена топлина, и когато се опече добръ, оставѣте да застине; па разрѣжете на двѣ половинки, помежду които вмѣкнѣте каквато щете крема.

Корреспонденция.

Г. Ив. Х. Николовъ, Солуня. «С. Огъ» отказва да плати 14 лева. М. Д. Шинъ. Бросветъ Ви се испращатъ отгукъ най-редовно, но пощата ги възврѣща съ забѣлжка: Въ Русенско нѣма подобно село; така щото справѣте се добръ съ пощата. М. Д. Кожух. село Бѣлъ Бръгъ помучихъ. 4 лв. за Дом. за 95 год. М. Янъ. Каварна получихме 1 лв. Л. Дим. Свищовъ получ. 2 лв. за 97 год. благодаримъ.

Обяснение на образцитѣ отъ ржкодѣлията.

Обр. 1. Рѣзка за портретъ.

Обр. 2. Азбука съ прилнтти.

Обр. 3. Питие за възлѣзници и др.



ЕКОНОМИЧЕСКИ САПУНЪ

НА

ХР. ИВ. РИЗО, ВЪ ВАРНА

награденъ съ златенъ медалъ въ I-то Българско земе-ледѣлческо-Промышленно Изложение въ Пловдивъ и съ бронзовъ — отъ Анверското изложение.

Прѣдпазвайте се отъ имитация. Истинскитѣ сапунъ носи горнята марка.