

Sparen in Krisenzeiten

Ich kann mich ja noch gut an die Nachkriegszeit erinnern, wie wenig es gab und alles, was sich irgendwie mal gebrauchen ließ, aufgehoben wurde. Und wenn man es nicht brauchte, konnte man es evtl. tauschen.

Nun ist die Nachkriegszeit ab 1945 nicht mit der heutigen Zeit vergleichbar. Noch können wir uns die Ressourcen einlagern, die wir brauchen werden, wenn es eng wird. Und das kann schnell passieren.

Trotzdem ist Sparsamkeit auch in ganz normalen Zeiten kein Geiz sondern eine Tugend.

Deshalb sollte man sich als erstes fragen: „Was brauche ich wirklich?“

Zum Überleben braucht es nicht viel:

- Wasser,
- Nahrung,
- Wärme,
- Kleidung
- und ein Dach über dem Kopf (siehe Immobilien-Blog)

Bei allen diesen Dingen ist Sparsamkeit in Form von Billigprodukten falsch. „Wer billig kauft, kauft dreimal“ pflegte meine Großmutter zu sagen und hatte damit so Recht.

Brechen die Märkte gänzlich zusammen, wird man kaum noch etwas bekommen.

Kleidung, Unterwäsche, Schuhe, sämtliche Elektro- und Elektronikgeräte, Möbel und vieles andere werden meist in Ostasien, bevorzugt China, produziert. Dort bricht die Wirtschaft schon massiv ein und der Dominoeffekt greift auch dort um sich.

Erst nach Jahren wäre es uns wieder möglich, diese Produkte alle wieder selbst in ausreichender Menge (nicht im Überfluss) herzustellen und zu liefern.

Sehen wir uns die einzelnen Sparmöglichkeiten mal einzeln an, dann kann man auch gleich ableiten, welche Dinge noch gekauft werden sollten, z.B.:

Stopftwist in allen Farben der Strümpfe und Unterwäsche
Näh- und Stopfnadeln, Nähgarn, Reißverschlüsse, Stopfgarn

Knöpfe mit 4 Löchern und breiterem Steg zwischen den Löchern (können auch noch verwendet werden, wenn 2 Löcher ausgebrochen sind) , Jeansknöpfe mit Einschlaghilfe (sind meistens dabei)

Häkelnadeln versch. Größen zum Maschenauffangen und Reparieren von Strick- und Wirkwaren. Für Strümpfe gibt es besondere Häkelnadeln mit Schließhäkchen

Kleidung:

Knöpfe an der Kleidung sind besser als Reißverschlüsse. Einen Knopf findet man immer, um einen verlorenen zu ersetzen.

Ist Kleidung ganz und gar nicht mehr tragbar, weil verschlissen (und nur dann ist Kleidung wirklich nicht mehr tragbar): Knöpfe abtrennen und aufheben.

Auch Reißverschlüsse kann man aus nicht mehr tragbarer Kleidung heraustrennen und

aufheben, wenn diese noch funktionieren.

Zerschlossene Kleidung aufheben, um diese weiterzuverwenden:

nur die Teile der Kleidung verschleißten, die ständigen Belastungen ausgesetzt sind (Kragen, Hosenböden, Ellenbogen, Knie, Säume, Manschetten).

Alles andere kann weiterverwendet werden, auch Stricksachen.

Risse:

können genäht, Löcher gestopft werden.

Größere Löcher kann man mit noch guten Flickern aus zerschlossener Kleidung ausbessern. Bei Kindern soll das öfters vorkommen. Ein Flicker in Herzform auf das zerlöchernte Teil der Hose aufgesetzt, kann sogar schick aussehen.

Kragen können gewendet werden. Manschetten können gekürzt werden, ebenso Säume.

Zu klein gewordene Kleidung kann man tauschen oder mit den Resten aus zerschlossener Kleidung erweitern und verlängern.

Für Näharbeiten braucht man Heftgarn. Nach dem Fertigstellen zieht man das Heftgarn aus der Kleidung und hebt es auf, wer weiß, wann man wieder welches bekommt.

Bei Strickwaren

kann man Laufmaschen – auch größere Löcher – mit Häkelnadeln aufhäkeln und den Rest mit Garn vernähen oder stopfen.

Unterwäsche:

Slips sollte die Möglichkeit haben, jederzeit das Gummiband zu wechseln, wenn es völlig ausgeleierte ist. Das ausgeleierte Gummiband kann aber noch als Strick verwendet werden. Evtl. knotet man mehrere Bänder zusammen.

Auch Unterwäsche löst sich mit der Zeit auf. Hier näht oder stopft man mit Stopftwist (besteht aus mehreren Fäden). Zum Nähen teilt man die Fäden, 3 sollten ausreichen.

Feinere Stopfnadeln benutzen, da die Ansatzstellen der Löcher leicht neue Löcher bilden, deshalb auch großzügig ins „gesunde“ Gewebe einstopfen.

Ist die Unterwäsche nun auch völlig zerschlossen, ist diese ebensowenig wertlos.

Auch bei der Unterwäsche gilt: die guten Teile aufheben. In den meisten Fällen ist Unterwäsche aus Baumwolle. Baumwollteile eignen sich nicht nur hervorragend als Putzlappen, sondern auch zu Kompressen auf Wunden, für Umschläge, zerschnitten als Binden und zusammengenäht als waschbare Hygieneartikel während der Menstruation.

Strumpfwaren:

Für Männer gibt es Strumpfbänder, an denen Strümpfe zum besseren Halt und faltenfreien Sitz befestigt werden können. Auch Frauen können bei ausgeleierte Söckchen oder Kniestrümpfen solche Strumpfbänder benutzen, damit diese nicht rutschen. Man kann aber auch breiteres Gummiband am Rand ansetzen.

Aus dickeren Strumpfhosen kann man Leggings zaubern, wenn die Fußteile nicht mehr zu gebrauchen sind. Mit Söckchen gibt es vollwertige Strumpfhosen.

Feinere Strumpfhosen, bei denen eine Seite völlig kaputt ist, schneidet man auseinander, belässt aber den Bund. Mit einer weiteren "halben" Strumpfhose hat man wieder eine

komplette. Zu mindestens in der Öffentlichkeit fällt das nicht auf, es sei denn ein Bein ist rot und das andere grün.

Deshalb schon jetzt beim Einkauf darauf achten, dass man farblich im möglichst gleichen Bereich bleibt.

Schuhe:

sollten keine Klettverschlüsse haben, sondern zu Schnüren sein. Ist das Schnürband nicht mehr zu gebrauchen und hat man kein anderes, tut es auch ein Strick oder ein ausgeleiertes Gummiband. Wenn man auf den Strick Schuhcreme schmiert, fällt es nicht so auf. Die Enden müssen verknotet sein, damit sie nicht aufdröseln.

Schuhe sollten aus Leder sein und möglichst eine genähte Sohle haben. Die kann ein Schuhmacher immer reparieren, angeschweißte Sohlen eher weniger, bzw. gar nicht.

Schuhpflege ist das A und O für lange Haltbarkeit. Im Winter ist Lederfett besser als Schuhcreme.

Eingetrocknete Schuhpflegemittel macht man im heißen Wasserbad wieder geschmeidig.

Durchnässte Schuhe mit zerknülltem Zeitungspapier straff ausstopfen, sonst gehen sie „ein“. Nach 2 – 3 Stunden mit neuem Zeitungspapier ausstopfen. Ins Warme stellen, aber nicht in unmittelbare Nähe einer Wärmequelle, sonst gehen die Sohlen nach oben und die Schuhe sind nicht mehr zu gebrauchen.

Auch aus zerschnitten Gummireifen können Schuhe hergestellt werde. Diese werden auf Holzsohlen aufgenagelt und zwar unten an der Sohle. Der Rand wurde etwas überstehend gelassen und wurde hochgeklappt und noch einmal rundherum genagelt.

Wenn für den vorderen Teil eine Kappe aus den gebogenen Teilen der Reifen geschnitten und ebenfalls aufgenagelt wurde, waren es richtige Pantoffeln. Verwendet wurde Buchenholz.

Damit bin ich 1947 / 1948 auch rumgelaufen und habe mir die Beine erfroren.

Fleckentfernung:

<http://www.kirchenweb.at/kochrezepte/lexikon/haushalt/fleckenentfernung.htm>

Grundsätzlich muss nichts weggeworfen oder weggeschüttet werden und auch mit Aufwaschwasser lässt sich noch etwas anfangen (siehe Blog Wasser).

In Krisenzeiten ist die Zufuhr von Fetten u.a. auch deshalb wichtig, weil es fettlösliche Vitamine gibt, die ohne Fett nicht aufgenommen werden.

In Krisenzeiten dürfte alles etwas schwierig zu bekommen sein, deshalb spielen Fette und Zucker eine wichtige Rolle, um sehr schnell frei verfügbare Energie (Zucker/Honig/Schokolade/Dextropur) zu haben und bei Fett eine dauerhafte Grundlage zu haben, damit das Muskeleiweiß nicht abgebaut wird.

Deshalb ist jedes bisschen Fett äußerst wertvoll und sollte bis zum allerletzten Rest verbraucht werden.

Butter- oder Margarinepapier:

mit einem Messer abkratzen und das Papier (ohne Staniol) kann man in heißes Wasser tauchen und noch einige Fettaugen für die Suppe oder das Kochen in der Kochkiste (dort) retten und/oder eine leicht erhitzte Pfanne damit ausreiben, um damit alles Fett zu verbrauchen

Aufgeschlagene Eier mit dem Zeigefinger auch noch die letzten Reste auskratzen

Viele einfache Kniffe machen Essen auch schmackhafter.

Suppen ohne großen Fettanteil werden schmackhafter durch geröstete Zwiebeln und Kräuter

Reis:

mit aufgeschnittenen Zwiebeln und Zwiebelschalen gekocht macht Reis schmackhafter und der Reis ist sofort verzehrfertig

Eierkuchen

werden mit Backpulver lockerer, fülliger und damit größer und schmackhafter

altes Brot ist schmackhafter, wenn man es wie folgt weiterverarbeitet:

kann leicht angefeuchtet und aufgebacken werden

kann geröstet werden

kann in einem aufgeschlagenem Ei und Bröseln wie ein Schnitzel gewälzt und in einer Pfanne gebraten werden (als „Armer Ritter“ bekannt)

kann etwas angefeuchtet werden und mit Zucker überstreut werden

Besonders für Kinder zu empfehlen und mit einigen „Verzierungen“ wie Smarties, Tomatenmark aus der Tube aufgepeppt, wird so ein Brot unwiderstehlich.

Hartes Brot / Brötchen:

einweichen mit einem Ei und Semmelbröseln sowie allen möglichen Zutaten (süß oder pikant) als Boulette braten

Salz

kann man sparsamer verwenden, wenn man es erst auf die fertigen Speisen streut (Salzmühle verwenden) - 1 Prise zum Kaffee und Süßspeisen gegeben, erhöht den Geschmack

Zucker

1 Prise zu Braten, Soßen usw. gegeben, erhöht den Geschmack

Öl

aus Konserven aufheben und zur nächsten Essenbereitung verwenden

Tee

Roiboosh-Tee kann man bis zu 3 mal (mit jeweils immer weniger Wasser) aufbrühen
Teeblätter zuletzt als Düngung verwenden – dito Kaffeesatz

Käserinde (bis auf die gewachste Rinde)

kann nach dem Säubern gegessen werden bzw. kleingeschnitten oder gerieben und weiter verarbeitet werden (z.B. in einer Soße)

Eier ersetzen:

im Kuchen durch Dinkelmehl ersetzen (1 Ei = 1 gehäufter EL Dinkelmehl)

in Omelettes, Crepes = 1 EL. Sojamehl mit 1 ½ EL Wasser vermengen

Versalzenes Essen

verdünnen mit Wasser und / oder Milch, mit roher kleingeschnittene Kartoffeln aufkochen oder insgesamt das Volumen erhöhen durch Wasser und weitere Zugaben (Gemüse, Kartoffeln, Nudeln)

Neben einem Schnellkochtopf einen Bratschlauch verwenden

<http://www.kirchenweb.at/kochrezepte/lex...ratschlauch.htm>

Sauerteig "kalben" lassen:

Man nimmt ein Stückchen vom fertigen Sauerteig ab, verknetet es mit Mehl und lässt es mindestens 1 - 2 Tage stehen. Je nachdem, wie lange danach man das nächste Brot backen will, je kühler, desto länger dauert es, bis man den nächsten vollwertigen (vom Volumen her) Backteig hat.

Brot aus echtem Sauerteig, dessen Mehl mit Steinen (alternativ Keramik-Mahlwerk) gemahlen ist, schmeckt erstens himmlisch und hält sich sehr viel länger frisch.

Auch hier ist der Tontopf das Mittel der Wahl und mit 1 - 2 Apfelstückchen bleibt das Brot auch schön saftig.

Sparsame Essenszubereitung in der Kochkiste:

Besonders geeignet für Suppen, ungeschälte kleinere Kartoffeln, Nudeln, Reis (mit 1 EL Öl oder Margarine kochen, damit Nudeln und Reis nicht zusammen kleben und immer mal durchrühren)

Die Kochkiste ist eine gut ausgepolsterte Kiste, in die man das nur kurz angekochte Essen stellt, in welcher das Essen innerhalb von 2 bis 3 Stunden gar zieht - eine enorme Energieeinsparung (im Winter kann man damit auch ein Bett anwärmen).

Ins Bett kommt natürlich nicht die ganze Kiste, sondern nur der Topf. Der allerdings sollte verschließbar sein mit Bajonettverschluss, z.B. Schnellkochtopf, Aluminiumtopf mit Schnappverschlüssen. Solche Töpfe gibt es in Outdoor-Läden auch heute noch.

Aluminiumtöpfe sind übrigens das Beste bei offener Feuerstelle, z.B. einem Spirituskocher, die Koch-Hitze wird sofort in den Topfinhalt weitergeleitet.

Sicherheitshalber den Topf noch in Zeitungspapier einwickeln und dann ... nicht ins Bett hüpfen.

Die Kochkiste kann ganz einfach hergestellt werden. Dazu kann man am ehesten eine Spielzeugkiste - möglichst mit Deckel verwenden.

Als Polster und Wärmespeicher eignen sich 10 cm dicke Styroporplatten, die man zurechtschneidet, die aber mit der Zeit zerbröseln. Man kann aber auch ganz einfache, etwas dicker gepolsterte Sitzkissen verwenden und damit die Kiste rundherum auspolstern. In die Mitte kommt der Topf, den man mit einem Polsterkissen abdeckt. Kistendeckel drauf - fertig.

Vorräte dörren und trocknen:

Das größere Obst sollte vor dem Dörren zerteilt werden und auf Butterbrotpapier gelegt werden zum Dörren. Steinobst vorher entsteinen.

In die Backröhre schieben und bei milder Hitze und leicht spaltbreit geöffneter Backofentür langsam dörren lassen, damit die Feuchtigkeit abziehen kann.

Äpfel kann man schälen, in Scheiben schneiden, das Gehäuse vorher ausstechen, durch das Loch in der Mitte auf Strick fädeln, aufhängen und lufttrocknen lassen (möglichst bei leichtem Durchzug).

Apfelschalen in möglichst einem Stück abringelnd abschälen, auf die Leine damit und trocknen lassen - ergibt einen herrlichen Tee.

Weißbrot und Brötchen (quer schneiden) in zwiebackgroße Stücke schneiden und an der Luft trocknen lassen. In luftigen Körben aufbewahren und bei Bedarf in Milch, Kaffee, Tee einweichen. Mit weiteren Zutaten nach Wahl ergänzt, ergibt ein vollwertiges Essen.

Nicht mit stark riechenden anderen Dingen zusammen aufbewahren (außer vielleicht Räucher-Schinken) das Brot nimmt diesen Geruch an und schmeckt dann danach.

Eier aufbewahren:

Eine Möglichkeit der Aufbewahrung gibt es für Eier. Die legt man in sogenanntes "Wasserglas"

ein. Die Lösung wird gallertartig. Da hinein legt man frische, unverletzte Eier, die sich so mindestens 6 Monate halten, wenn diese in Tonkrügen und an einem kühlen Ort (Keller) aufbewahrt werden.

Für die Haltbarmachung von Eiern reicht eine 3,4 - 4,5%ige Lösung aus, sonst schmecken die Eier nicht mehr.

Wasserglas ist ein wahres Wundermittel:

Ist eine glasähnliche Masse aus Kalium- oder Natriumsilikat und wird aus Quarzpulver durch Verschmelzen mit Pottasche oder Soda gewonnen. Im Handel als sirupartige Lösung mit 33 % oder 66 % festem Wasserglas. Es dient zur Herstellung von künstlichen Steinen, in der Glasmalerei, als Kitt, zum Füllen der Seifen, zum Leimen von Papier, Imprägnierungen von Papiergewebe, zum Beschweren der Seide, zur Herstellung von Kitten und Klebemitteln, als Flammenschutzmittel, für Glastinten.

Pulveriges Wasserglasgel dient als Zusatz zu Seifen, zum Reinigen und Entfetten von Putzwolle und als feuerfester Anstrich, um Alt-Putz damit zu streichen (er wird steinhart) um danach Lehmputz aufzubringen, Vasen und Töpfe mit einem Sprung oder einer Undichtigkeit (weil sie zum Beispiel selbstgetöpft sind) abzudichten.

Bezugsquelle: Früher gab 's das in der Drogerie, heute am ehesten über einen Malerhandwerksbetrieb, evtl. im Bastelladen (wegen der Grundierung bei der Seidenmalerei usw.).

Als Tonkrüge eignen sich nur die nach alter Tradition gefertigten Krüge. Die wurden beim letzten Brand mit Salzlauge bestrichen, sind "durchgebrannt" und haben nur einen ganz leichten Glanz. Die Hochglanzkeramiken eignen sich nicht, da die Glasur abplatzt.

Soleier:

Eine weitere Möglichkeit Eier haltbar zu machen: Soleier. Das sind hartgekochte Eier, deren Schale angeknackt wird und die dann in einem hübschen Glas mit Kochsalzlösung (2 EL auf 1 Liter) übergossen werden. Als Würze kommen nach belieben Lorbeerblätter, Wachholderbeeren, Pfefferkörner, Chillies etc. mit rein.

Nach 2 Wochen kann man dann nach und nach die Eier heraus nehmen. Man halbiert sie, holt das Gelbe heraus, gibt in die Mulde etwas Essig, Öl, Tabasco oder was einem sonst so schmeckt und stopft sich die Hälften zusammen mit dem Gelben in den Mund. Netter Snack!

Aber wichtig:

nichts von dem Eingelegten darf aus der Flüssigkeit oder dem "Wasserglas" rausgucken, das verdirbt und verseucht damit den Rest im Topf. Am besten legt man als Abschluss einen Teller verkehrt herum obenauf, den man mit einem schönen schweren Stein beschwert. Die Lauge / das Wasserglas muss etwas über dem Teller enden - also auch den Teller in der Lauge versenken.

Salzlauge:

eignet sich hervorragend zur Haltbarmachung für die Lebensmittel, die man nicht einkochen kann.

Pöckeln:

Wenn eingefrostenes Fleisch wegen Stromausfall auftauen sollte, kann man es einpöckeln.

Stücke schneiden, die etwa in eine Hand passen und in Salz einlegen in einem salzgebrannten Keramiktopf (nicht glasiert, da löst sich die Glasur) bzw. einem Topf ohne Glasur. Da brauchst man jede Menge Salz. Schön dicht packen, damit möglichst keine Luft zwischen den einzelnen Teilen ist - also quasi einstampfen.

Das Ganze zieht nach und nach Wasser, sodass eine Lake entsteht. Oben drauf legt man einen umgedrehten Teller, der möglichst alles abdeckt und beschwert mit einem Stein, damit das Fleisch in der Lake stehen bleibt.

Eignet sich hervorragend für Suppen (weniger für Braten, weil es dann zu scharf wird). Natürlich darf dann nicht mehr nachgesalzen werden.

Ausgekocht hat man so etwas ähnliches wie gekochten Schinken und die restliche Brühe ergibt mit Ei, Griesklößchen oder Nudeln und Suppengemüse eine schöne Frühlingsuppe

Butter kann man ebenfalls in Salzlake (30 %-ige müsste ausreichen) aufbewahren - natürlich ebenfalls in einem Tonkrug oder einem Holzfässchen. Zuvor sollte die Butter ausgewickelt werden. Die Butter nicht im Ganzen einstampfen - die einzelnen Stücke müssen von der Lake umspült werden.

Als Brotaufstrich unter Honig oder Marmelade ist diese Butter allerdings dann nicht mehr geeignet.

Kleingehobeltes Weißkraut wie Fleisch mit Gewürzen (z.B. Pfefferkörnern, Lorbeerblättern auch Möhrenstreifen, Meeretichwurzeln) in Schichten in einem Holzfässchen einpökeln, ergibt ein schmackhaftes Sauerkraut.