

RODZINA

PISMO POŚWIĘCONE WYCHOWANIU I NAUCE DOMOWEJ

Nr. 2.

Bezpłatny dodatek

1933

Nie upadaj pod ciężarem...

Nieraz, kiedy patrzysz smutny na swą pracę i swój trud,

Kiedy widzisz, że nie wschodzi z twego siewu żaden plon

Nie upadaj pod ciężarem, wierz w miłości Bożej cud,
I dzwón silnie pełen wiary w znoјnej pracy święty dzwón.

O! w twoј duszy, co niedawno była słaba, pełna łez,
Jako srebrny spiż się zbudzi płomienisty, orli głos:
Trzymaj ojców jasny sztandar, bladej trwodze po-
łóż kres!

Przyjdzie czas, iż z twego siewu wszędzie buјny,
złoty kłos:

Ks. E. Nawrowski.

Rozważanie wigilijne

My a nasi święci patronowie.

Na chrzcie świętym nadano mi imię Klara o-
czem oczywiście dowiedziałam się dopiero później.
Kiedy dorosłam, wytłómaczono mi, że było tak na
imię mym babkom, to znaczy matce mej matki i
matce mego ojca, i rodzicom mym zależało na tem,
aby to imię, zachowało się nadal w naszej rodzi-
nie. Był to powód całkiem zrozumiały i uzasadnio-
ny, na rzecz z ludzkiego stanowiska. Ja swoją dro-
gą nam to przekonanie, że stało się to za wyraźną
świętą wolą Pana Boga, bo bez Jego wiedzy i woli
nic się na świecie nie dzieje, i takim oto sposobem
na chrzcie świętym zostałam powierzona świętej
Klarze, która mi też dotąd okazała wiele dobroci,
ilekroć zwracałam się do niej z serdeczną prośbą,
aby się za mną w niebie stawiała w danych potrze-
bach. Z wdzięcznością szczerą uznaję to jej wsta-
wiennictwo, ale zadaję sobie pytanie: Jak ja się
mam wobec niej zachowywać i jak mam pojmować
to niebiańskie moje z nią pokrewieństwo? Nasam-
przód dzieli nas spory kawał czasu, bo nle mniej
niż 700 lat, a od owego czasu ludzkość na ziemi
wielce się zmieniła. Inne są teraz zapatrywania,
życie postępuje obecnie innym, daleko szybszym
krokiem aniżeli za czasów świętej Klary. Jakże się
tu przedostać duchowo przez wszystkie zmiany,
jakie od owego czasu zaszły, by dojść do zrozu-

mienia działalności świętej niewiasty, która też
tylko była człowiekiem, a której życie było jednak
całkiem odmienne od naszego teraz, a której dąże-
nia własny ojciec, bogaty szlachcic, nie mógł zro-
zumieć, na wszelki sposób opierając się jej życiu
klasztornemu. Nielatwo zrozumieć zawsze poczy-
nania i zamiary ludzi dzisiaj żyjących, o ile trudniej
pojąć sposób myślenia i działania ludzi z przed
siedmiuset laty. Nie można zadowolnić się tylko
rozczytywaniem się o nadzwyczajnych wypadkach
i cudach z życia świętej patronki i podziwlać jej
świętość: Jej osobistość ma zachęcić do póјścia w
jej ślady, a tymczasem sprawa to nielatwa i naśla-
dowanie może się zupełnie nie udać, bo człowiek
człowiekowi nie równy i nie jest podobny, — Pan
Bóg każdego inaczej wyposażył duchowo i cieles-
nie. Jednem słowem mimo najlepszej woli trudno
pójść w ślady osoby świętej, której imię otrzymało
się przypadkiem na chrzcie, i tylko, kto z łaski
Boskiej obdarzony jest taką siłą duchową, że po-
trafi przezwyciężyć słabości swego usposobienia
naturalnego, odnajdzie sposób i drogę do wspólno-
ści duchowej ze swym patronem.

Aby więc następnemu pokoleniu ułatwić taki
stosunek do patrona czy patronki, którego imię się
nosi przez całe życie, należałoby być przezorniej-
szym przy nadawaniu imienia na chrzcie świętym
i kierować się przytem wyborem takiej świętej
osoby, której życie i działanie miałoby szczególne
znaczenie dla naszych czasów i stosunków a tak-
że dla danej rodziny. Dziecko, gdy podrośnie, po-
winno się pouczyć, z jakich to ważnych względów
otrzymało swe imię i że nie stało się to jedynie
przypodkowo lecz po odpowiedniej rozwadze. A
święty Kościół katolicki posiada tak liczny zastęp
świętych wszelkich narodowości, wszelkich sta-
nów i zawodów, że potrzeba tylko chcieć, aby zna-
leźć między nimi odpowiednią osobistość. Z tego
powodu zwracamy więc także naszym rodakom i
rodaczkom uwagę na to, że istnieje cały zastęp
świętych mężów, kobiet i dziewic polskich, których
imiona więcej się nadawają dla naszych dzieci ani-
żeli imiona świętych, którzy z naszą narodowością,
i naszemi stosunkami, nie mają nieomal żadnej
wspólnoty, a których imiona doznawają w życiu
codziennem nieraz nieodpowiedniego, albo nawet

wprost uwłaczającego przekręcania. Przy chrzcie świętym należy więc wybierać dla dziecka imię takiego świętego, którego życie i znaczenie będzie mu później łatwiej zrozumiałe, a przykładem swym poprowadzi je drogą miłości ku Bogu w niebieszech.

Złote serduszko

(Dokończenie).

Wtem otwierają się lekko drzwi i wchodzi Marysia. Kroki te usłyszał ojciec, ale się nie rusza wcale, jeno tak zatopiony jest całkiem w rozmyślnościach, które rozdzierają jego serce! Marysia tymczasem pobiegła znów do dziadka. — „Czy śpisz, dziadziu?“ — zapytała starca. — „Nie, serdusko, nie śpię“, — brzmi odpowiedź. — „W takim razie przyjmij tych kilka fiołków“, — zawołało dziewczę radośnie, podając mały pęczek kwiatów choremu, wielce uradowanemu tym dowodem pamięci o nim. — „A skądże ty masz fiołki, dziecino, o tej porze? — pyta. — „Kiedym szła na zakończenie roku w kościele, spotkałam po drodze tę starszą panią, która pod nami mieszka, wiesz, dziadzio, tę panią, która mnie czasem posyła po różne sprawy. Ona miała więcej tych kwiatków i dała mi z nich kilka. Podziękowałam pięknie i przyniosłam je zaraz tobie, bo wiem, że ty, bardzo lubisz kwiaty“. — „Tak jest, dziękuję ci, Marysiu. Jesteś dobrem dzieckiem...“ rzekł starzec drżącym głosem i chciał widocznie jeszcze coś dodać, ale głos zamarł z wzruszenia.

Rozmowę tych dwojga usłyszał ojciec Marysi i w duszy jego rozjaśniło się mimowolnie, — ale milczał, bo nie mógł narazie jeszcze zrozumieć, dla czego mu było odrazu lżej na duszy. — „W kościele było bardzo pięknie“, — opowiadała dalej Marysia dziadkowi. — „Wszyscy śpiewali tak rzewnie jak rzadko, a organy przygrywały też jakoś głośniej, a na ołtarzu było mnóstwo świec. Ksiądz proboszcz prawił o Panu Jezusku, a mówił tak pięknie, że wielu aż płakało. Ta pani, która mi dała fiołki, też płakała. Pan Jezusek — tak mówił — spełni z pewnością życzenie każdemu, kto na to zasłuży, jeżeli tylko szczerze poprosi“. — „A ty, Marysienko, miałaś też jakieś życzenie i prosiłaś Pana Boga, aby je wysłuchał?“ — zapytał zaciekawiony starzec. — A miałam, — dziewczynka na to, — i bardzo, bardzo prosiłam Pana Jezusa, aby je spełnił. Modliłam się do Niego, aby ci, dziadziu dał zdrowie, żebyś jak najprędzej mógł powstać z łóżka. — To mówiąc, objęła rączkami szyję starca i serdecznie go ucałowała, podczas gdy ten, do głębi wzruszony, głaskał ją po jasnych włoskach. — „Teraz muszę pójść jeszcze raz do pani, — dożyczyła Marysia. — A ty, dziadziu, śpij, abyś wnet wyzdrowiał i nabył nowych sił. I po tych słowach eichutko wyszła, pozostawiając pęczek fiołków w drżących rękach starca, po którego twarzy spływały łzy radości. Jego zwiedłe usta szeptały słowa modlitwy do Boga.“ Stworzycielu i Zbawco

nasz! Jeżeli do Ciebie dzisiaj razem z innymi wolno mi zanieść prośbę, natenczas o jedno Cię tylko błagam: Zachowuj to złote serce, Marysienko i błogosław jej na dalszą drogę życia, które oby było, pełne światła i ciepła, a wolne od przykrych zawodów. —

W ciemnej izbie sąsiedniej stał tymczasem ojciec Marysi w głębokiem zamyśleniu. On słyszał całą rozmowę teścia z Marysią i w duszy jego, pełnej zwątpienia, zrobiło się nagle jasno. — Maryś! rzekł, gdy córka weszła do izby, i na tem urwał, bo głos mu zadrżał. — „Ach tatusiu kochany! To ty, a ja już myślałam, że to kto obcy. Aż się przełękałam!“ Wtedy ojciec nie mógł się dłużej pohamować, ujął dziewczynkę obydwojma rękami i przycisnął ją do swej piersi. — „Marysienko kochana, — szepce jej do ucha, — tyś moja, prawda, tyś moja ukochana córka!... A ona nie mówi, tylko objęła rękoma jego szyję i tuli się do ojca tak mocno, że oboje jakby z sobą zrosli. — „Czy kochasz też swego tatusia pyta ojciec dalej. — Ależ, tatusiu mój, tak cię kocham jak nikogo na świecie! — brzmi serdeczna odpowiedź dziewczęcia.

Istny zamęt szczęścia rozpięra wtedy piersi ojca i w duszy jego rozbrzmiewa wyraźnie czysty, słodki odgłos dzwonów, zapowiadających Rok Nowy!

Rozsądna oszczędność

Czy mam sobie sprawić nowy płaszcz na zimę w tych ciężkich czasach? Czy też nie, lepiej, że się jeszcze bez nowego obejdę, kiedy wszyscy jeno radzą oszczędzać na każdym kroku? Takie pytanie zadaje sobie dzisiaj niejedna żona i matka — i jaka jest na to odpowiedzieć? Otóż jeżeli tylko na zasoby pieniężne pozwalają, jedna jest rada: Kupić sobie nowy płaszcz czy suknię czy co innego, jeżeli tego można dokonać bez uszczerbku dla swej rodziny! Bo przez kupienie sprawi się społeczeństwu daleko większą przysługę aniżeli zatrzymując pieniądze bezużytecznie w domu. W wykonaniu płaszcza czy sukni uczestniczyły różne osoby jako to; robotnicy i urzędnicy fabryki, która wyrabia sukna, potem kupiec, który również zatrudnia u siebie pewien zastęp ludzi, dalej kolej, która towary rozwozi, szwaczki i t. d. Ci wszyscy żyją z tego, że ludzie się ubierają, oszczędność w sprawianiu sobie potrzebnych rzeczy musi zatem dla nich mieć bardzo przykre skutki i pozbawia ich chleba, jeżeli się do niej w taki sposób zabiera całe społeczeństwo. Co może być dobrodziejstwem, zamienia się wtedy w krzywdę, bo całe zastępy ludzi tracą możliwość zarobkowania, i chleb powszedni, chociaż człowiek przesadnie oszczędny wcale nie ma tego zamiaru i o tem wcale nie pomyśli. A jeżeli kto sprawił sobie czy to płaszcz czy co innego; wciąż powtarzamy: jeżeli mu zasoby pieniężne na to pozwalają, — to na tym jeszcze nie koniec dobrego. Przez kupienie nowego płaszcza stał się stary zbędny, подарujmy go zatem biednej kobiecie,

która może nie ma wogóle żadnego płaszcza. Ale pamiętaj przedtem płaszcz, jak możesz, wyporządkować, zaszyć miejsca przetarte, przyszyć mocniej guziki i całość wyczyścić. „Kto ma dwie szaty, niechaj jedną da temu, który żadnej nie ma,” — mówi nam Kościół św. właśnie w okresie Bożego Narodzenia.

Człowiek zasobny mógłby też oczywiście wprost rozdać pieniądze między potrzebujących zamiast sprawiać sobie nowy płaszcz czy ubranie, na to zdobędzie się zaledwie jeden na tysiąc ludzi; zato nie brak na szczęście takich, którzy gotowi chętnie podarować płaszcz stary, chociaż dobry jeszcze, jeżeli sprawią sobie nowy. Przecież wielu żyje w takich warunkach, że nieraz musi lepiej ubierać i siebie i żonę; u takich ludzi nie brak więc częściej odzieży zbytecznej, która innym jeszcze bardzo się przydać może. Co więcej, darując komu odzież, sprawia mu nieraz większą przysługę, niż gdyby mu się dało jaką zapomogę pieniężną. Ta myśl narzuca się właśnie w obecnych czasach więcej aniżeli kiedykolwiek indziej. Wciąż się mówi i pisze o potrzebie wynalezienia pracy dla tysięcy ludzi, którzy bez własnej winy nie mają żadnego zajęcia. Nawoływanie w tym względzie jest wprawdzie całkiem słuszne, ale ono nie zapobiega jeszcze złemu, jest połowiczne tylko, bo co pomoże praca, jak nie będzie pokupu na wyroby i towary. Ile to biednych dzieci obywać się musi bez obuwia mimo dotkliwego zimna albo chodzić musi w podartych trzewikach i bucikach! W sklepach przecież nie brak wszelakiego obuwia, a więc wytworów pracy, ale zato brak pieniędzy ludziom, którzyby swym dzieciom aż nadto chętnie sprawili nowe obuwie, którym się serce krzawi, że tego uczynić nie mogą. I tak ma się rzecz pod niejednym względem. A więc kto jeno może, kogo na to stać, niechaj zaopatruje się w nowe rzeczy, a nie bawi się w przesadną oszczędność, aby ludzie mieli potrzebny do życia zarobek. A jeżeli przy sprawianiu nowej odzieży, nowych przedmiotów, będzie się miało zawsze na myśli także chrześcijańską miłość bliźniego, to będzie się zarazem spełniało czyn dobry.

Z powyższych wywodów nie wynika jednak i nie ma wynikać, abyśmy nie mieli żyć oszczędnie. Przeciwnie, bacząc zawsze na przysłowie: pamiętaj, rozchodź się, żyć z dochodem w zgodzie! — powinniśmy swe życie tak urządzić, aby z dochodu coś pozostało na czarną godzinę, na nieprzewidziane potrzeby i straty, na chorobę i t. d. Nawet kto nie ma większych dochodów i majątków, niechaj w tych ciężkich czasach wstrzymuje się od zbytkownego życia i raczej wspiera biedniejszych, bezrobotnych, aby ten widok dostatku nie czynił jeszcze cięższemu własnego życia i nie wzbudził w nich zrozumianej zazdrości. Niech oszczędza rozsądnie, kto może, bo kto jest bez pracy, lub żyje ze szczupłych zawsze rent, ten nie ma na czem oszczędzać. A kto może oszczędzać, ten niech to czyni rozsądnie, bez przesady a nie popada w chciwość i sknerstwo!

GOSPODARSTWO DOMOWE

Zużytkowanie chleba. Ilość spożywanego mięsa zmienia się wedle zwyczaju, zamożności i upodobania nawet przekonania społeczeństwa. Ilość i rodzaj jarzyn zależne są od pory roku i podaży. Zawartość tłuszczu w naszym pożywieniu zależy od pory roku, w lecie mniej ich się spożywa, zimą więcej ich potrzeba. Zapotrzebowanie chleba jedynie prawie wcale się nie zmienia tak u pojedynczej osoby jak u ogółu społeczeństwa.

Po dłuższym spożywaniu rozmaitych środków spożywczych odczuwamy pewien przesyt i łaknienie zmiany, natomiast dobry jest chleb spożywany ze smakiem codziennie przez całe życie. Dawniej nieraz ludzie dosłownie wytrwać musieli o samym chlebie i wodzie. Chleb ten jednak wówczas był pełnowartościowym pożywieniem, gdyż zawierał wszystkie składniki odżywcze ziarna zbożowego. Jadając jedynie chleb jasny z białej maki, wkrótce ludzie zmarnieliby z wycieńczenia.

Choć ogólne zapotrzebowanie chleba z biegiem lat się zmniejszyło, nie zmienia to bynajmniej znaczenia chleba jako ludowego środka odżywczego. Na mniejsze zapotrzebowanie chleba wpłynęły zmiany życia gospodarczego, społecznego i zawodowego i zastąpienie ich techniką (maszynami i t. p.). Częściowo wyrównało je, większe spożywanie kartofli, zwłaszcza przez mniej zamożne warstwy ludności i pod wpływem dobrych zbiorów kartofli lat ostatnich.

Cenimy wysoko nie tylko chleb świeży, szanujemy również chleb zeschnięty szczególnie w obecnych czasach, gdzie nic nie powinno się zmarnować. Ponieważ stary chleb jest wysuszony, twardy i łatwo się kruszy, dodajemy mu nasamprzód wody do rozmoczenia. Przy wszelkich sposobach użycia chleba, jako to do zup, klusek, legumin i t. p. dobre rozmoczenie stanowi o udaniu potrawy. Składniki cukrowe, białkowe i mączkowe (szkrobek) chciwie wchłaniają wodę, czem pozatem powiększa ich rozmiar. Do wody samej wnika część zawartych w chlebie składników odżywczych, mianowicie białkowych, o ile te wogóle się rozpuszczają we wodzie, następnie sole i cukier. Z tego powodu przy gotowaniu zupy z chleba nie wylewa się wody, w której chleb się moczył. Prócz tego taka woda chlebową znaną jest od dawna napojem odżywczym dla osób ciężko chorych, którzy nie mają na nic apetytu.

Smak i pożywność świeżego chleba zazwyczaj uzupełniamy równoczesnym spożywaniem potraw, zawierających dużo tłuszczu i białka, jako to masła, smalcu, okras, kielbas, mięsa, sera; jaj i t. d. uzupełniamy smak i dobroć suchego chleba przyprawą cukru, mleka, owocu, tworząc z tego ładne potrawy. Potrawy z chleba czerstwego prawie wyłącznie jako słodkie leguminy, kluski z chleba i bułek z dodatkiem owocu lub soków owocowych. Przepisy na zupy z chleba zawierają prawie zawsze

cukier. — Pożywność wszelkich potraw z resztek starego chleba jest ogólnie znana. Całkiem świeży chleb jest **bardzo ciężko** strawny, natomiast czerstwy chleb, szczególnie ciemny i pełnożytni obciąża wprowadzić nieco trawienie wskutek zawartych w nim włókien, co jednak skutecznie znów oddziałują na pracę jelit. Zupy z chleba i podobne pożywienie przez gotowanie więcej są przygotowane, tak, że lepiej od innego pożywienia mogą być wyzyskane. — Potrawy z resztek chleba, pomimo swej skromności są nie tylko pożywne i pełnowartościowe, lecz także tanie, o co w dzisiejszych czasach chodzić powinno.

Różne zupy z chleba. Od starannego gotowania zależy dobroć tej zupy, która dla dorosłych winna być mniej gęsta niż dla dzieci, a za to dla dzieci musi być łagodniejsza w smaku. W dni postne, gdy zupa ta ma stanowić główną potrawę, winna być gęściejsza. Każdą zupę z chleba przetrzeć przez rzadkie sitko, aby w niej nie pływały kawałki nierozgotowanego chleba. Jeśli się podczas gotowania częściej zupę tę kwirla, natenczas mniej pozostanie kawałków i prócz tego zupa nie tak łatwo się przypala, o co zazwyczaj niestrudno, ponieważ przecież zawiera dużo mąki.

1. Słodka zupa z chleba. Zamoczyć resztki chleba, bułek, sucharków, nawet placka w małej ilości wody. Gdy pieczywo dobrze napecznije, pogotować je pół godziny, ciągle kwirlając, przetrzeć przez sito i zagotować raz jeszcze z dostateczną ilością mleka. Dla nadania smaku dodaje się cukru, cynamonu, tartej skórki cytrynowej, cokolwiek soku cytrynowego, rodzenków, namoczonych poprzednio i trochę masła.

2. Kwaskowa zupa z chleba z jabłkami. Rozmoczony we wodzie chleb ciemny, komiśniak, i pumpernikel pogotować z niestruganymi i pokrajanymi w kawałki jabłkami. Przetrzeć potem przez rzadkie sitko, dodać do smaku cukru, kilka goździków, cytrynowej skórki i nieco masła, a w końcu cokolwiek mleka.

3. Zupa z chleba z włoszczyzną. Ciemny chleb, pokrajany w kostki wraz z drobno pokrajaną włoszczyzną (marchew, pietruszkę, seler), posmażyć z łożem nerkowym, masłem lub margaryną i lekko przyrumienić. Zalać następnie rosół z kości wygotowanym, rozgotować całkiem i przetrzeć przez sitko. Do smaku dodać soli, papryki i cokolwiek Maggi.

Stosowanie przypraw do potraw. Właściwego solenia potraw należy się nauczyć, ponieważ niektóre potrawy więcej, inne znów mniej wymagają soli. Niektóre potrawy soli się zaraz przy zastawianiu na piec, inne dopiero pod koniec gotowania. — Rosoły (zupy mięsne) soli się zaraz, plucka, lekkie, główinę dopiero po zagotowaniu, odnośnie po usmażeniu. — Wątrobę i nerki również soli się dopiero po usmażeniu, aby nie stwardły. — Ryby morskie więcej wymagają soli od ryb rzecznych. Ryby morskie można nasolić na kilka godzin, aby lepiej

solą przeszły. Ryby rzeczne mniej wymagają soli od ryb, pochodzących ze stawów (liny, karasie, sandacze). Śledzie moczyć najlepiej w sicie, zawieszonym w naczyniu z wodą. Sól wówczas opada na spód, gdy tymczasem śledź, moczony we wodzie, zamiast moczyć się, leży we wodzie słonej. Groch żółty, fasole, soczewnicę i t. p. rośliny strączkowe należy dopiero solić po całkowitem rozgotowaniu. Nie potrzeba ich solić. Słodkie jarzyny jak marchew i strączki prawie wcale nie wymagają soli. Zazwyczaj wystarczy sól zawarta w rosole, maśle lub tłuszczu. — Kartofle należy dostatecznie solić, bo bez soli mają mdły smak. — Cienkie szparagi soli się dopiero po ugotowaniu, grube soli się zaraz przy zastawieniu na piec. Szczypta cukru dodana do szparagów podnosi wielce smak. — Potrawy z mleka i jaj oraz ciasto do placka wymagają mało soli. — Grzyby soli się dopiero po usmażeniu, gdyż przez sól szybko twardną. — Ciasta na makaron (noodle) nie potrzeba soli. Sól bowiem przyciąga wilgoć, stąd ciasto później wilżeje i nieraz pleśnieje. Makaron zawsze należy gotować w słonej wodzie lub osolonym rosolu.

Przy **słodzeniu cukrem** nie potrzeba być tak ostrożnym jak przy soli. Do zwykłych kompotów liczy się na 1 funt owocu 3—5 łyżek cukru. Namoczony na noc owoc słodzić lepiej po zagotowaniu, ponieważ owoc ten bez cukru prędzej mięknie. — Każdą marmeladę owocową słodzić należy dopiero po ugotowaniu, dopóki jeszcze jest ciepła.

Przy **dobawaniu korzeni** należy być bardzo ostrożnym. Smak korzeni nie powinien przytłumić właściwego smaku potrawy, tylko winno się delikatnie wysmakować, że to lub owo korzenie dodano dla podniesienia smaku potrawy. Szczególnie ostrożnie trzeba być przy dobawaniu liści bobkowych, gdyż ich nadmiar powoduje niemiłą gorycz. Cynamon, goździki, skórkę cytrynową można gotować razem z potrawami, pieprz jednak dodaje się dopiero po ugotowaniu potrawy. — Na dobry smak sałat wpływa **przegotowany** ocet. Do sałaty z kartofli plasterki kartofli należy ciepło wkładać do przypraw, gdyż te lepiej wnikają niż w zimne. Sałatę z surowej kapusty przyprawia się krótko przed wydaniem na stół. — Sos majonezowy do sałaty przygotowuje się w chłodnym miejscu i to krótko przed wydaniem, ponieważ rzadnie przez dłuższe stanie. Oliwę początkowo dodaje się po kropelce. Jeśli majonez podczas ucierania się zwarzył, trzeba w innym naczyniu szybko utrzec świeże żółtko surowe i powoli dodawać do zwarzonego majonezu, który się przez to znów stanie gładki i biały. W miejsce żółtka można też dolać łyżkę **bardzo zimnej** wody. Majonez przeznaczony do sałaty z owoców doprawia się sokiem cytrynowym i cukrem. — Surowy owoc zbyt wiele soku wydaje przez dłuższe słodzenie, lepiej więc słodzić owoc surowy przestudzonym, rozgotowanym cukrem (lukrem). — Przy krajaniu pomarańczy i cytryn należy usuwać gorzkie pestki (jądra), które ujemnie wpływają na smak owocu.