

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	5	Die Fische	121
		Die Würzstoffe	126
Die Ernährung		Die Suppen und Soßen	134
Die Nährstoffe	9	Der Verderb	136
Das Eiweiß	12	Die Haltbarmachung	139
Die Fette	15	Die Zubereitungsverfahren ...	144
Die Kohlenhydrate	19	Die küchentechnische Fach-	
Das Wasser	22	sprache	151
Die Mineralstoffe	25	Das Servieren	153
Die Vitamine	26		
Die Begleitstoffe	30	Die Gesundheit	
Der Nährstoff- bzw. Energie-		Die Zellen, Knochen und Mus-	
bedarf	31	keln	159
Die Ernährung in verschiede-		Die Haut	165
nen Lebensaltern	34	Die Zähne	169
Die Ernährung von Kranken ..	37	Die Verdauung – Der Stoff-	
		wechsel	171
		Der Blutkreislauf	174
Die Nahrungsmittel /		Die Atmung	180
Die Nahrungszubereitung		Die Hormone	184
Der Einkauf der Nahrungs-		Die Nerven	185
mittel	44	Die Sinnesorgane	188
Die alkoholfreien Getränke ..	46	Die Sexualhygiene	194
Die alkoholischen Getränke ..	55	Die Krankheiten	201
Das Mehl	61	Die Erste Hilfe	205
Die Backwaren	65	Die Unfallverhütung	211
Das Brot	68		
Die Nahrungsmittel	71	Das Haus	
Die Kartoffeln	75	Die Wohnung	216
Die Hülsenfrüchte	78	Die Wohnungspflege	217
Das Gemüse	80	Die Küche	220
Das Obst	85	Das Wohnzimmer	224
Die Pflanzenfette	90	Das Schlafzimmer	225
Der Zucker	93	Das Bad, die Toilette und der	
Die Milch	96	Flur	228
Die Eier	106	Der Hausrat aus Metall	229
Das Fleisch	110	Der Hausrat aus Glas	233

Der Hausrat aus Porzellan . . .	236	Die Waschmittel	325
Der Hausrat aus Holz und Plastik	240	Die Waschverfahren	328
Die Möbel	242	Das Trocknen und Bügeln	331
Die Beleuchtung	247	Die Kleiderpflege und Fleck- entfernung	335
Der Fußboden	249	Der Textileinkauf	336
Die Fußbodenbeläge	250		
Die Wandverkleidungen	254	Die Wirtschaft	
Die Vorhänge und Gardinen . .	257	Die Bedürfnisbefriedigung . . .	338
Die Gartennutzung und Blumenpflege	258	Die Arbeit	344
		Die Betriebe	353
Die Haustechnik/Haushaltstechnik		Die Informationsmöglich- keiten für Verbraucher	360
Die Energiearten	262	Die Verträge	366
Die Heizung	267	Der Zahlungsverkehr	375
Die Kühl- und Gefriergeräte . .	271	Das Sparen und Kreditaufneh- men	380
Die Warmwasserbereitung . . .	277	Die Versicherungen	384
Die Küchenherde	279	Die Steuern	388
Das Mikrowellengerät	284		
Das Grillgerät	286	Die Gemeinschaft	
Die elektrischen Küchengeräte bzw. -maschinen	287	Die Ehe und Familie	393
Die handgetriebenen Küchen- geräte bzw. -maschinen	291	Die Berufs- und Arbeitswelt . .	398
Die Geschirrspülmaschine	293	Die Rechtsordnung	404
Die Waschmaschine und Wäscheschleuder	295	Die Verbände und Parteien . . .	411
Die Wäschetrocknung	298	Die Gemeinde	417
Die Bügelgeräte	301	Der Staat	421
Die Reinigungsgeräte	304	Die Völkergemeinschaft	431
Die Nähmaschinen	306		
		Der Umweltschutz	436
Die Textilien		Das umweltfreundliche Ein- kaufen	436
Die pflanzlichen Fasern	308	Der Umweltschutz bei der Haushaltsführung	438
Die tierischen Fasern	311	Der Umweltschutz durch Staat und Wirtschaft . . .	444
Die Zellulosefasern	314		
Die synthetischen Fasern	316	Sachwortverzeichnis	447
Die Verarbeitung der Textil- fasern	318		
Die Ausrüstung und Verede- lung von Textilien	322		