

INHALTSVERZEICHNIS

| | | | |
|--|-----|----------------------------------|-----|
| Vorwort | 5 | Die Fische | 121 |
| Bearbeitungshinweise | 6 | Die Würzstoffe | 126 |
| | | Die Suppen und Soßen | 134 |
| Die Ernährung | | Der Verderb | 136 |
| Die Nährstoffe | 9 | Die Haltbarmachung | 139 |
| Das Eiweiß | 12 | Die Zubereitungsverfahren . . | 144 |
| Die Fette | 15 | Die küchentechnische | |
| Die Kohlenhydrate | 19 | Fachsprache | 151 |
| Das Wasser | 22 | Das Servieren | 153 |
| Die Mineralstoffe | 25 | | |
| Die Vitamine | 26 | Die Gesundheit | |
| Die Begleitstoffe | 30 | Die Zellen, Knochen und | |
| Der Nährstoff- bzw. Energie- | | Muskeln | 159 |
| bedarf | 31 | Die Haut | 165 |
| Die Ernährung in | | Die Zähne | 169 |
| verschiedenen Lebensaltern . . | 34 | Die Verdauung – Der Stoff- | |
| Die Ernährung von Kranken . | 37 | wechsel | 171 |
| | | Der Blutkreislauf | 175 |
| Die Lebensmittel/ Die Nahrungszubereitung | | Die Atmung | 180 |
| Der Einkauf der Nahrungsmittel | 44 | Die Hormone | 184 |
| Die alkoholfreien Getränke . . | 46 | Die Nerven | 185 |
| Die alkoholischen Getränke . . | 55 | Die Sinnesorgane | 188 |
| Das Mehl | 61 | Die Sexualhygiene | 194 |
| Die Backwaren | 65 | Die Krankheiten | 201 |
| Das Brot | 68 | Die Erste Hilfe | 205 |
| Die Nahrungsmittel | 71 | Die Unfallverhütung | 211 |
| Die Kartoffeln | 75 | | |
| Die Hülsenfrüchte | 78 | Das Haus | |
| Das Gemüse | 80 | Die Wohnung | 216 |
| Das Obst | 85 | Die Wohnungspflege | 217 |
| Die Pflanzenfette | 90 | Die Küche | 220 |
| Der Zucker | 93 | Das Wohnzimmer | 224 |
| Die Milch | 96 | Das Schlafzimmer | 225 |
| Die Eier | 106 | Das Bad, die Toilette und der | |
| Das Fleisch | 110 | Flur | 228 |
| | | Der Hausrat aus Metall | 229 |
| | | Der Hausrat aus Glas | 233 |

| | |
|---|-----|
| Der Hausrat aus Porzellan . . . | 236 |
| Der Hausrat aus Holz und Plastik | 240 |
| Die Möbel | 242 |
| Die Beleuchtung | 247 |
| Der Fußboden | 249 |
| Die Fußbodenbeläge | 250 |
| Die Wandverkleidungen | 255 |
| Die Vorhänge und Gardinen . . | 257 |
| Die Gartennutzung und Blumenpflege | 258 |

Die Haustechnik/Haushaltstechnik

| | |
|---|-----|
| Die Energiearten | 262 |
| Die Heizung | 267 |
| Die Kühl- und Gefriergeräte . . | 272 |
| Die Warmwasserbereitung . . . | 277 |
| Die Küchenherde | 279 |
| Das Mikrowellengerät | 285 |
| Das Grillgerät | 287 |
| Die elektrischen Küchengeräte bzw. -maschinen | 288 |
| Die handgetriebenen Küchen- geräte bzw. -maschinen | 292 |
| Die Geschirrspülmaschine . . . | 293 |
| Die Waschmaschine und Wäscheschleuder | 295 |
| Die Wäschetrocknung | 299 |
| Die Bügelgeräte | 301 |
| Die Reinigungsgeräte | 304 |
| Die Nähmaschinen | 307 |

Die Textilien

| | |
|--|-----|
| Die pflanzlichen Fasern | 309 |
| Die tierischen Fasern | 312 |
| Die Zellulosefasern | 315 |
| Die synthetischen Fasern | 317 |
| Die Verarbeitung der Textil- fasern | 319 |
| Die Ausrüstung und Veredelung von Textilien | 323 |

| | |
|--|-----|
| Die Waschmittel | 326 |
| Die Waschverfahren | 330 |
| Das Trocknen und Bügeln . . . | 333 |
| Die Kleiderpflege und Fleckenentfernung | 336 |
| Der Textileinkauf | 338 |

Die Wirtschaft

| | |
|--|-----|
| Die Bedürfnisbefriedigung . . . | 340 |
| Die Arbeit | 346 |
| Die Betriebe | 355 |
| Die Informationsmöglich- keiten für Verbraucher | 362 |
| Die Verträge | 368 |
| Der Zahlungsverkehr | 377 |
| Das Sparen und Kredit- aufnehmen | 382 |
| Die Versicherungen | 386 |
| Die Steuern | 390 |

Die Gemeinschaft

| | |
|--|-----|
| Die Ehe und Familie | 395 |
| Die Berufs- und Arbeitswelt . . | 400 |
| Die Rechtsordnung | 406 |
| Die Verbände und Organisationen | 413 |
| Die Gemeinde | 419 |
| Der Staat | 423 |
| Die Völkergemeinschaft | 432 |

Der Umweltschutz

| | |
|--|-----|
| Das umweltfreundliche Einkaufen | 437 |
| Der Umweltschutz und die Haushaltsführung | 439 |
| Der Umweltschutz durch Staat und Wirtschaft | 445 |
| Stichwortverzeichnis | 448 |