

MUSŲ MOTERIMS

Veda Dora Vilkienė

MAKARONAI A LA KING

1/2 sv. makaronų
2 šaukštai sviesto
2 riekštos svogunų
1/2 žaliojo pipiro, supakop
1/2 pimento, supakop smulkiai
1 puoduką grybų
2 šaukštus sviesto
1 puodukas vandens, kuriame virė makaronai
1 puodukas milko
Virkite makaronus sudėtyje vandeny, nusunk vandenį kaip

makaronai bus išvirę, ir perpilk juos šaltu vandeniu, bet vandenį, kuriame virė makaronai, neišpilk lauk. Sudėk į išsviestą indą ir apipilk sekamu dažalu, kurį padarysi sekamai. Išstaryk sviestą, sudėk supakotus svogunus ir pipirus, pimentą ir grybus, pakepink, išimk daržoves, užpilk miltų, pakepink, įpilk milką pasidarys dažalas, sudėk atgal daržoves. Pavirink ir užpilk ant makaronų, užberk tarkuoto surio, padėk

pečių, kad viršus parustu. Paduok karštus.

MACŲ KLEKAI

6 macos
2 šaukštai žasų taukų arba sviesto
1/2 svoguno
3 kiaušiniai
1/2 puoduko macų miltų
1/2 šaukštuko supakotų petruškų
Druskos
Pipirų ir nutmeg

Įmerk macas vandenin, išimk ir išspausk vandenį. Užkaisk sviestą su svogunais, pakepink pakol gerai parus, sudėk mirkytas macas ir pakepink gerai. Duok atšalti. Sudėk viską likusį ir duok pastovėti valandą laiko. Padaryk bandutes-klekelius ir virk druskuotame vandeny 15 minučių. Pakepink ant sviesto arba taukų kartu su svogunais.

KAIP DAUGIAUSIA NAUDOS IŠGAUT IŠ TRUPICIO MĖSOS

Yartok skanūs šutinius ir mėsos pajus.

Ar žinai kaip geri jie yra? Galima juos taip pajavinti, kad gali turėti kitokį kas dieną ir visi bus skanūs. Reikia tik mažo šmoto mėsos, kad daduoti skoni maistingam valgiui.

Nemanyk, kad turi valgyti daug mėsos, kad būtų tvirtu. Mėsa yra gera del subūdavoji-mo kuno, bet daugelis kitų maistų yra taip pat geri.

Šio valgio dalis būdavojančios medegos paeina iš branginės mėsos, o dalis nuo pigesnių; žirnių, šabalbonų, "hominy" ir miežių. Tas truputis mėsos su daržovėmis ir jais duos kuniui viską kas jam reikalinga.

Skanūs šutiniai. Pabandyk juos. Jie gali būti geru ir maistingu valgiu. Štai anglų šutinis, kuris ypač geras:

Šutinta aviens su miežiais.
1 svarą aviens
1/2 puoduko miežių kruopų
1 valgomą šaukštą druskos
4 bulves
3 svogunai
Salierų viršūnės arba truputį lapelių.

Supiaustyk aviensą į mažus šmotelius ir pakepink su cibuliu taukuose, kurie buvo nupiauti nuo mėsos. Tas pagelbės padaryti mėsą minkštą ir pagerins jos skonį. Sudėk svogunus, mėsą ir taukus į puodą, kurį galima uždengti. Pripilk 2 kvortas vandens ir miežinių kruopų. Virink išlengvo valandą ir pusę. Pridėk bulves supiaustytas į ketvirtadalius, lapelius ir druską bei pipirus ir virk dar pusę valandos.

Jautienos šutinis:
1 svarą jautienos
4 bulves supiaustytas į ketvirtadalius
Vieną ketvirtadalį peko žalių arba 1 blėtą žirnių
1 puoduką smulkiai supiaustytų morkų
Šaukštuką druskos.
Supiaustyk mėsą į mažus šmotukus ir pakepink truputį taukuose nupiautuose nuo tos

mėsos. Virk išlengvo 2-jos kvortose vandens 1 valandą. Pridėk žirnius ir morkas ir virink pusę valandos, tada pridėk bulves. Jei žirniai iš blėtos vartojami, tai pridėk 10 minučių prieš pabaigimą virti. Šutinis gatavas kuomet bulvės jau minkštos.

IVAIRŲ ŠUTINIAI

Štai kaip galima pamainyti šutinius, kad padaryti įvairius ir kad pritaikint prie sezono:

1. **Mėsa**—Gali būti bile kokia ir truputis daugiau arba mažiau negu svaras gali būti vartotas. Vartok pigias rušis, šonius, pasturgalius, kaklus arba krutinę. Ilgas, lėtas virinimas padaro mėsą minkštą. Visokia paukštiena irgi gera.

2. **Bulvės** ir miežinės kuopos arba vien miežinės kruopos arba ryžiai, ar "hominy" ar makaronais gali būti vartoti.

3. **Daržovės**, morkos, ropės, cibuliai, žirniai, šabalbonai, kopūstai, tomatai yra visi geri, švieži arba iš blėtų. Vartok jų kuodaugiasia.

4. **Petruškos**, salierų viršūnės, svogunų viršūnės, lapeliai arba supakoti saldūs pipirai priduo-da skonio.

5. **Daugelis atlikusių daigtų** gali būti suvartota—netik mėsa ir daržovės, bet ryžiai ir "hominy".

Kaip virti šutinius

Visoki šutiniai reikia virti maždaug tokiu pat būdu. Štai darodymai, kuriais galima padaryti beveik visokias rušis.

Supiaustyk mėsą į mažus šmotelius ir kepink su svogunais taukuose nupiaustytuose nuo mėsos. Pridėk druską ir pipirus, lapelius (arba petruškas ir t.t.), 2 kvortas vandens ir tada ryžius arba kokias kitas kruopas, jeigu nori. Virink apie valandą, tada pridėk visas daržoves išskyrus bulves. Virink šutinį pusvalandį, tada pridėk supiaustytas bulves, virink dar pusvalandį ir padėk ant stalo. Galima vartoti be ugnies virtuvą, įdedant mėsą ir daržoves tuo pat laiku.

Likusieji daiktai ir išblėtę daržovės reikia tik persildyti. Pridėk juos 15 minučių prieš padėjimą ant stalo.

Sausi žirniai arba šabalbonai turi būti pamerkti per naktį ir virinti 3 valandas pirm negu pridėti prie šutinio; arba, geriau, virink juos per naktį be ugnies virtuvėje.

Mėsos pajai

Kitas geras budas suvartoti likusią mėsą. Ar kada mėginote vartoti plutą iš ryžių, kornų miltų košės arba "hominy"? Prie jos mažiau darbo negu prie paprastos plutos ir sutau-pina kviečius.

Paimk keturis puodukus virintų kornų miltų, ryžių arba "hominy"

1 svoguną
2 puodukų tomačių
1/3 šaukštuko pipirų
1 valgomą šaukštą taukų
1 svarą žalių mėsos arba atlikusios mėsos supiaustytos į mažus šmotus.
1/2 šaukšto druskos.

Išstaryk taukus, pridėk supiaustytą svoguną ir, jeigu vartoji žalią mėsą, pridėk prie taukų ir svoguno ir kepink iki parus. Pridėk tomatų, pipirus ir druską. Jei vartoji išvirtą mėsą, pridėk prie pakepinto svoguno su tomatais ir persildyk. Ištaukuok bliudą, dėk eilę košės, paskui mėsą ir dažalą, ir uždeng su koše ant kurios uždėk šmotelį taukų. Kepk pusę valandos.

Piemens Pajus

Taip vadinasi mėsos pajus su sugrūstų bulvių pluta, kuris pakepintas pečiuje. Pabandyk viršminėtus valgius ir sumažinsi mėsos kainą. (FLIS).

Kada Galvą Skauda

Jums nėra reikalo išlikti iš darbo arba gulti lovon. Vienas ar du ORANGEINE Milteliai sustabdys skaudėjimą. Moterys kasmet suvartoja milijonus tų miltelių. Daktaro Receptas.

Visose Aptiekose.

ORANGEINE
POWDERS—TABLETS

Pirkit sau šildytuvą už urmo kainą. Lengvi išmokėjimai, jei norima.
PEOPLES PLUMBING & HEATING SUPPLY COMPANY
490 Milwaukee Avenue
461 N. Halsted Street
Phone Haymarket 0075 ir 0076

Garsinkitės Naujienose

Vieną Minutę Prie Telefono--Ar Visą Dieną Prie Katilo?

NUODUGNUS tyrimai parodė, kad skalbimo diena suvartoja daug daugiau moteries energijos, negu visos kitos jos šeiminiškos pareigos, kartu paimitos. Be to tai yra nemalonus darbas — purvinas ir varginas. Moderninė moteris sūnčia viską į skalbyklą.

WET WASH	HYDRO	ROUGH DRY	ALL-PREST
Išplauti minkštame muilname vandenyje ir išimti beveik sausi.	Visi "flat" skalbiniai gražiai išprosyti ir sudėti. Nešiojamieji daiktai sugrąžinami drėgni.	(Ore išdžiovinoti) Visi "flat" skalbiniai išprosyti ir sudėti. Nešiojamieji daiktai sugrąžinami sausi.	Pilnas skalbyklos patarnavimas. Visas gražiai išplautas ir išprosytas, prirengtas vartojimui. Iškrakmolyta kur reikalinga. Pilniausias ir geriausias patarnavimas.
Seredomis, Ketvergais ir Pėtnyčiomis	Seredomis, Ketvergais ir Pėtnyčiomis	15 svarų \$1.60 Kiekvienas priedinis svaras 9c	5 sv. nešiojamų daiktų 5 sv. "flat" daiktų \$1.67
20 svarų \$1.00	20 svarų \$1.50		

"KUR KAINA YRA TA PATI, KODEL NEIMTI GERIAUSI?"

Archer Wet Wash Laundry

3857-3867 Archer Avenue

Visi telefonai Lafayette 9211

Mes Paimam Visa Sunku Darba

Tiktai biskį reiks jums paprosyti

Visas skalbimo darbas yra sunkus, ypatingai dideli sunkūs kavalkai. Kodel neišbandyt mūsų

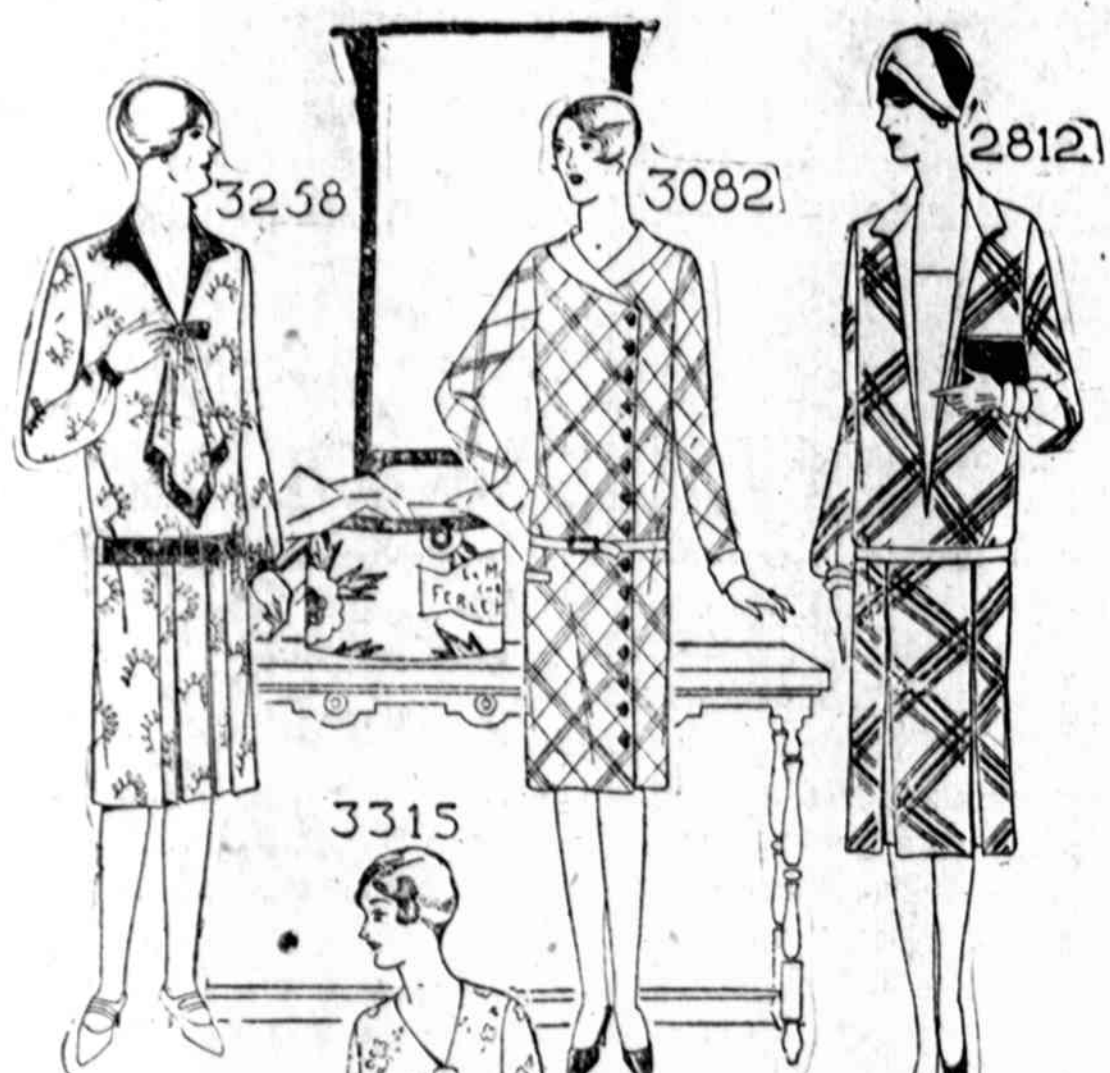
HYDRO PATARNAVIMO

Visos paklodės išprosytos ir devėjimo drapanos gražinamos drėgnos. Mes ŽINOME, kad mes galime UZGANĖDINTI Jumis

Telefonuokit šiandien ir daleiskit pertikrint tai

Phone 6300 Boulevard 6300 **LAKE CITY LAUNDRY COMPANY** 520 West Thirty-Sixth Street

MADOS.



3258—Flattering Neckline. Sizes 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 and 44 inches bust. Size 36 requires 3 1/2 yards of 40-inch material with 1 1/2 yard of 32-inch contrasting.

3082—Travel or Sports Dress. Sizes 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 and 44 inches bust. Size 36 requires 2 1/2 yards of 40-inch material with 1/2 yard of 36-inch contrasting.

2812—For the Smart Matron. Sizes 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 and 44 inches bust. Size 36 requires 2 1/2 yards of 40-inch material with 1/2 yard of 40-inch contrasting.

3315—Smart Evening Dress. Sizes 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 and 44 inches bust. Size 36 requires 3 yards of 40-inch material with 1 1/2 yards of 2-inch ribbon.

3264—So Attractive. Sizes 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 and 44 inches bust. Size 36 requires 3 1/2 yards of 40-inch material with 1/2 yard of 36-inch contrasting.

3364—Junior Sports Dress. Sizes 6, 8, 10, 12 and 14 years. Size 8 requires 1 1/2 yards of 40-inch material with 1/2 yard of 40-inch contrasting.

3258 2812 3315 3364 3264 3082

3258—Nami dėvėti suknelė. Galima studinti iš bile materijos. Sukirptos mieros 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 ir 44 colių per krutinę.

3082—Sporto suknelė. Tinka iš bile materijos. Sukirptos mieros 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 ir 44 colių per krutinę.

2812—Nami dėvėti suknelė. Tinka ir ant gatvės. Sukirptos mieros 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40, 42 ir 44 colių per krutinę.

3315—Labai graži svečiuosna dėvėti suknelė. Tinka bile pragai. Sukirptos mieros 16, 18, 20, 22, 24, 26, 28, 30, 32, 34, 36, 38, 40 ir 42 colių per krutinę.

3264—Mažai mergaitė suknelė. Sukirptos mieros 4, 6, 8, 10 ir 10 metų mergaitėms.

Norint gauti vieną ar daugiau virš nurodytų pavyzdžių, prašome išskirti paduocą blankutę arba priduoti pa-

Naujienu: Pattern Dept., 1739 So. Halsted St., Chicago, Ill.

NAUJIENOS Pattern Dept. 1739 S. Halsted St., Chicago, Ill.

Cia įdedu 15 centų ir prašau at-

siųsti man pavyzdį No

Mieros per krutinę

(Adresas)

(Miestas ir valst.)

TUBBY



Tough Rations.



You, too, can have cleaner, brighter and prettier Furniture Use **O-Cedar Polish** at all Dealers

Jeji nori išmokti gerai rašyti — nusipirk typewriterį

