

## **Terms and Conditions**

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

### Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

### Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100



- 8) Siegert, Die Naturheilkunde in ihren Anwendungsformen und Wirkungen. Preis 1,50 Mk.  
9) Theodor Hahn, Lehrbuch der Naturheilkunde. I. Teil. Allgemeines. Preis 4,00 Mk.  
10) Rauße, „Wasser thut's freilich“. Preis 3 Mk.  
11) v. Esmarch, Erste Hilfe bei plötzlichen Unglücksfällen. Preis 1,20 Mk.  
NB. Die Durcharbeitung von Nr. 4 und 5 ist erwünscht, aber nicht unbedingt notwendig.

### — ❁ Fragekasten. ❁ —

#### Antwort.

Unterzeichneter erlangt ein schmackhaftes und wohlbekömmliches Schrottbrot in folgender Weise:

1 kg Weizen und  $\frac{1}{2}$  ko Roggen werden auf der Schrotmühle möglichst fein gemahlen und gemischt. Dies Mehl wird mit etwa 1 Liter kochendem Wasser verrührt und bleibt eine Stunde lang stehen; gleichzeitig werden 10 Gramm Stückenbärme in etwas Milch aufgelöst. Ist die Hefe gegoren, dann kommt dieselbe in den Teig, welcher nunmehr mindestens 20 Min. lang, wenn nötig unter Zusatz von etwas warmem Wasser, tüchtig durchgeknetet und möglichst lose zu einem Brot geformt wird. Dann 2 Stunden lang in einer mit Butter oder Speise-Oel ausgeschmierten irdenen oder emaillirten eisernen Pfanne backen.

Gut ist es, wenn Weizen und Roggen gehörig gereinigt, d. h. verlesen, gewaschen und wieder getrocknet werden.

Durch den Roggenzusatz erhält das Brot einen kräftigern Geschmack, es wird auch nicht so leicht trocken wie reines Weizenbrot.

A. Nickel, Meran-Gratsch, Südtirol.

### — ❁ Sprechsaal. ❁ —

Auf das Eingesandt von Hildburghausen kann ich mich wohl mit wenig Worten abfinden. Daß mein Vortrag manchem nicht gefallen hat, ist möglich, der Geschmack ist verschieden. In Leipzig, wo ich zweimal in zwei verschiedenen Vereinen über dasselbe Thema sprach, fand ich Beifall und Anerkennung. Im übrigen stehe ich seit 22 Jahren in der Naturheilbewegung und wünsche dem Vorsitzenden des Vereins zu Hildburghausen, daß er ebenso lange bei der guten Sache aushalten möge. Dem Naturheilverein H. aber diene zur Beruhigung für später, die Mittheilung, daß ich es wohl gerne glaube, daß sich mancher gefreut haben würde, wenn ich die ohne jede Bemerkung empfangenen 10 M. nebst noch 15 M. aus meiner Tasche auf Verlangen wieder zurückgesandt hätte. Das ist wohl das Neueste?

Hildebrand,

s. Z. Vorsitzender des Vereins Prießnitz in Leipzig.

### — ❁ Bundesnachrichten. ❁ —

Aus der Sitzung des Bundesvorstandes am 9. April 1895. Berlin, Naturheilanstalt. Anwesend die Herren Schmeidel, Braun, Damaschke, Richter, Dr. Schulze, Siegert.

Der Schriftführer legt das Kopierbuch vor mit Schreiben nach Altona, Augsburg, Berka, Bierstadt, Bremen, Danzig, Donstorf, Düsseldorf, Frankfurt a. M., Fürth, Gablonz, Grabow, Graudenz, Hettstedt, Hirschberg, Kahla, Leipzig, Leipzig-Lindenau, Lonsheim, Magdeburg, Meißen, Minden, München, Neustadt (Cob.), Nürnberg, Oberlungwitz, Oranienburg, Osnabrück, Pirmasens, Regensburg, Saalfeld i. Th., Schleddehausen, Schmölln, Schreiberhau, Sonneberg, Stendal, Stuttgart, Wurzen.