

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

Vorwort der Verfasserin.

In einfacher Weise, als spräche ich zu einer Freundin, welche aus Liebe zur gesunden Ernährung ihrer theuren Familienglieder von mir einige praktische Rathschläge wünscht, um einfach und schmackhaft zu kochen, ist mein Büchlein gehalten. Es ist nicht meine Absicht gewesen, ein schriftstellerisch tadelloses Werk zu liefern, und habe ich deshalb weniger auf schöne Redewendungen, umsomehr aber auf wirklich von mir erprobte und in praktischer Anwendung verwerthete Rezepte gehalten.

Das Buch hat zur Grundlage eine Sammlung von 365 Tagesspeisefarten, wie sie bei uns in dem von meinem Manne geleiteten Chemnitzer vegetarischen Speisehäusern ausgeführt wurden. Durch diese veröffentlichten Speisefarten eines Jahres soll der Köchin die Verlegenheit benommen werden, was sie kochen könnte. Wo es anging, habe ich die Quantität von Butter, Eier, Milch u. dgl. nicht besonders bemessen, da es nicht so sehr darauf ankommt, genau so und so viel Gramm Butter und so und so viel Eigelbe oder Eiweiße zu verwenden. Man vermag bei sparsamer Haushaltung oft mit viel weniger derartiger Zuthat das Essen ebenfalls gut mündend auf die Tafel zu bringen, wenn es auch nicht in so verschwenderischer Weise zubereitet ist, wie es anspruchsvollere Tischgäste wünschen. Zudem ist eine weniger fette Speise mit nicht zu vielen Eiern immer leichter verdaulich und der Gesundheit zuträglicher. Doch wenn es die Verhältnisse erlauben oder die Geschmacksrichtung der Tischgäste es bedingen,