

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

eine sitzende Lebensweise führen, wenig körperliche Bewegung haben oder deren Verdauungskräfte durch stark reizende Nahrung und reichlichen Genuß geistiger Getränke, durch unbeschränkten Gebrauch des Kaffee, Thee, Tabak, durch Arzneien u. s. w. herunterkommen sind, davon nur zu oft solche Nachteile, daß sie wieder zum gewöhnlichen Brot zurückkehren müssen.

Für alle schwachen Konstitutionen, sowie im Allgemeinen für Gelehrte, Lehrer, Künstler, Bureauarbeiter, für die Angehörigen eines großen Teiles der Fabriksindustrie, für die große Zahl der Handarbeiterinnen wird sich der Gebrauch der folgenden Brotsorten eignen:

- 1) Brot aus $\frac{1}{3}$ Schrotmehl, $\frac{2}{3}$ feinem Mehl;
- 2) Pumpernickel, eine Scheibe (von mäßiger Dicke) auf etwa eine Semmel, oder Weizenschrotbrot mit Semmel in demselben Verhältnis, zusammen gegessen und gekaut;
- 3) Weizenbrot, nahrhafter als Weißbrot und ohne Hefe, ohne Sauerteig, ohne Salz, wie es nach den Angaben des Herrn Dr. Piepel in Berlin zur Zeit L. Kästner, Teltowerstraße 59 (Montags und Donnerstags, doch nur auf Bestellung) bäckt.

4. Landbrot (bezw. Bauernbrot), wenn es nicht stark gesäuert ist. Die Landleute lassen das Korn meistens erst dann beim Windmüller mahlen wenn sie backen wollen; aus diesem Grunde ist solches Brot sehr wohlschmeckend, und da es noch immer ziemlich kleberreich ist, so ist es auch nahrhaft. In den Städten wird oft unter dem Namen „Landbrot“ ein Brot verkauft, welches nicht so zubereitet, daher auch nicht ebenso zu empfehlen ist. Ein sehr gutes Landbrot bäckt der Mühlenbesitzer und Bäcker W. Preuß in Französisch Buchholz bei Berlin.*) — Verdauungsleidende müssen jedoch den Genuß solchen Brotes aussetzen, bis sie wieder hergestellt sind.

*) Niederlagen in Berlin: Landäbergerstr. 116 (Finger), Auguststr. 57 (Olze), Langestr. 81 (S. Preuß), Markt-Halle Ackerstraße Stand 213/14, Friedenstr. 90 (Amelung), Gr. Frankfurterstr. 3/4 (Rarge).