

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

Weber in seiner social-ökonomischen Studie über Ernährung und Volksgeist, daß eine zweckmäßige, den Bedürfnissen angepasste Nahrung die ganze Lebensweise der arbeitenden Klasse regelt, die Armuth mildert, zum Sparen auffordert, und dadurch eine Quelle der Sittlichkeit und der Zufriedenheit wird. In diesem Sinne ist die richtige Ernährung eine sittliche Pflicht und nicht umsonst hielten die Alten den Familienherd für heilig.“

Welche wesentliche Rolle die Küche und ihre Verwalterin in dieser wichtigen Reformfrage spielen, wird wohl jeder tüchtigen, edelgesinnten Hausfrau einleuchten!

Der mir bei meiner Vorrede zugemessene Raum erlaubt mir nicht, die anatomischen, physiologischen und chemischen Gründe zu erbringen, welche den Vegetarianismus auch in wissenschaftlicher Hinsicht so glänzend rechtfertigen; die werthen Leserinnen dieses vegetarianischen Kochbuches möchten mir solch' gelehrtes Gespräch vielleicht übel nehmen, und mich zur Küche hinausjagen, und mit Recht. Uebrigens glaube ich, daß die meisten der geehrten Hausmütter, welchen vorliegendes Buch in die Hände gefallen und welche nicht verschmäht haben, diese Vorrede zu lesen, schon durch das bisher Gesagte von der Vortrefflichkeit und Wahrheit des Vegetarianismus überzeugt worden sind, und daß sie künftighin nach den Angaben und Vorschriften des ausgezeichneten Buches von Frau Ottilie Ebmeyer kochen werden.

Folgenden Grund jedoch, den ich zu den anatomischen rechnen könnte und der bei Müttern gewiß Anklang finden wird, möchte ich nicht übergehen:

In der Regel essen die Kinder das Fleisch nicht gern und müssen zu der Fleischnahrung förmlich gezwungen, erzogen werden, während sie die meisten Naturprodukte, insbesondere Obst und ein gesundes Brod, mit großer Wonne genießen, ein Fingerzeig, daß die Natur den Menschen zur Pflanzenkost und nicht zum Fleischessen bestimmt hat.

Sehr wichtig ist auch die oft constatirte Thatsache, daß bei vielen Kranken die Lust nach Fleisch sehr bald verloren geht, während der Appetit nach Vegetabilien und Milch selten ganz erlischt.

Sollte jedoch die eine oder die andere unserer freundlichen Leserinnen die Lehre vom Vegetarianismus unfreundlich anschauen, und die blutige Küche der blutlosen vorziehen, so erlaube ich mir, noch auf das unschöne, unästhetische ersterer hinzuweisen.

Wenn schon ein Stück Braten, sei er noch so gut gerathen,