

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

emigen Einerlei des Vegetarianertisch's, so höre ich die werthen Hausfrauen einwenden. Hier meine Antwort auf diese Fragen:

Kochbücher, in welchen das Fleisch nicht berücksichtigt wird und welche nur dem Vegetarianismus das Wort reden, haben wir deren vier, das von Weilshäuser, das von Ed. Balzer, von Rickli und von Hahn, von denen ein jedes seine Vorzüge hat; schon viele Hausfrauen haben dieselben in ihren Küchen eingeführt.

Was man essen soll, wenn man kein Fleisch kocht? man blättere nur dieses Kochbuch durch; es enthält 1345 Recepte; gewiß ist, bei aller Rücksicht für die vegetariarischen Principien, diese Reichhaltigkeit selbstredend und beweist, daß man streng vegetariarisch und doch fein leben kann.

Nein, der Vegetarianertisch ist kein eintöniger, kein fader, geschmackloser; im Gegentheil; Viele von Denjenigen, Gesunde wie Kranke, welche nur einige Wochen gut vegetariarisch gegessen, finden einen solchen Tisch so angenehm, so der Gesundheit entsprechend, daß sie um keinen Preis mehr zum Fleischtisch zurückkehren würden. Man glaube ja nicht, daß der Vegetarianer allem Genuß entsagen muß, er genießt auch, aber es ist ein Genuß ohne schädliche Folgen, vorausgesetzt, daß er mäßig lebt; Ed. Balzer sagt mit Recht: unsere natürlichen Nahrungsmittel sind zugleich unsere feinsten Genußmittel. Mir z. B. schmeckt jetzt Obst und Grahambrod besser als früher der feinste Braten.

Das Gute an der Vegetarianerküche ist ja gerade ihre Einfachheit, welche nicht nur dem Auge, sondern auch dem Gaumen und dem Magen zusagt, ein Vortheil, welcher dem Fleischtisch oft fehlt; häufig kommen Patienten zu uns, welche, ohne vorher Vegetarianer gewesen zu sein, doch einen Ekel an den Fleischspeisen haben und bei denen der längst brachliegende Appetit durch die vegetabilische Diät wieder nach und nach angeregt und in Ordnung gebracht wird.

Nie werde ich die Freude eines schwer Magenleidenden vergessen, welchen die Aerzte schon Jahre lang mit Fleisch und Fleischextrakt gepeinigt hatten, obschon der arme Mann bis zum Ekel davon übersättigt war, nie werde ich das glückselige Gesicht des armen Patienten vergessen, als er zum ersten Male unsern vegetariarischen Kurtisch sah: Gottlob, rief er aus, hier ist ein Tisch ohne Fleisch! und es blieb beim Betreffenden nicht nur bei der Freude, er konnte auch wieder einmal nach Herzenslust essen.

Ich könnte diese Beispiele vermehren und manchen Kranken, Magenleidenden, Schwindfüchtigen, Blutarmen citiren, der Jahre