


Bartholomäus Hubner

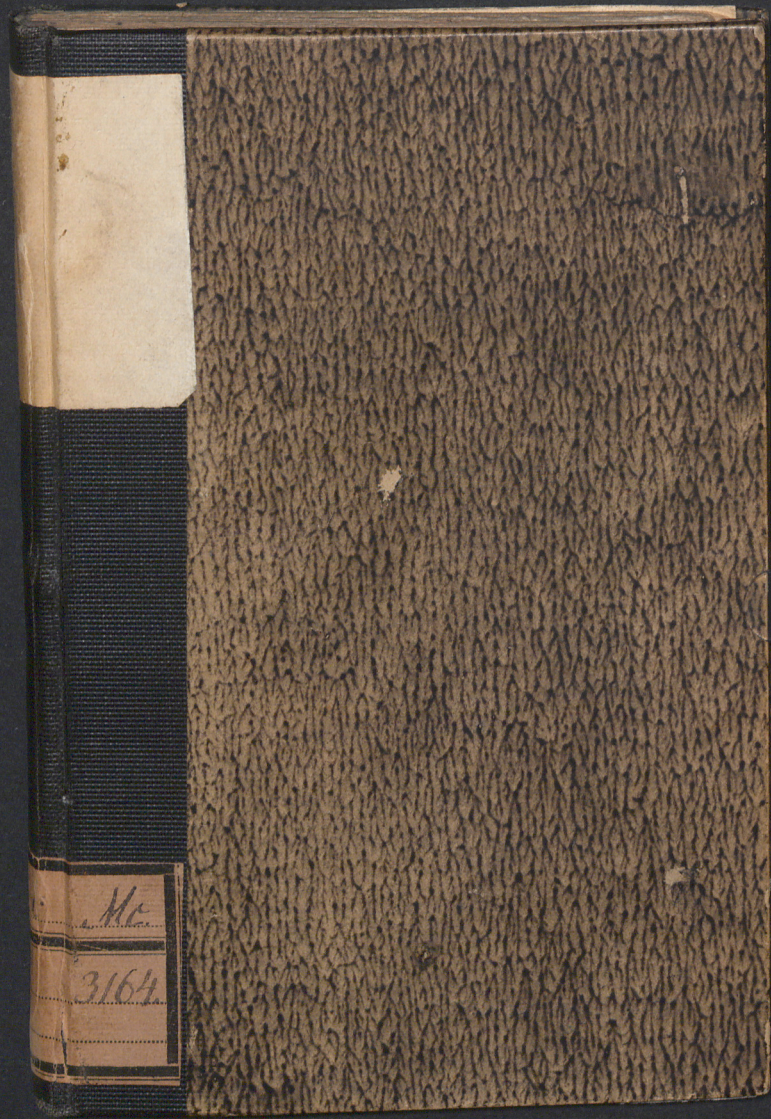
Speisebüchlein/ Darin[n]en kurtzer vnterricht von Essen vnnd Trincken/ Auch von allerley Speisen vn[d] getranck/ So zur Menschlichen Narung dienlich/ vnd in teglichem gebrauch sindt/ den einfeltigen zu gut angezeigt wirdt etc.

[Erscheinungsort nicht ermittelbar]: [Verlag nicht ermittelbar], Anno MDLXXX.

<https://purl.uni-rostock.de/rosdok/ppn1911787209>

Druck Freier  Zugang





Mc-3164.





Speisebüchlein/

Darinnen kurtzer

unterricht von Essen vnd

Trincken/ Auch von allerley Speissen vñ

getranck / So zur Menschlichen Nahrung

dienlich/ vnd in teglichem gebrauch findt/

den einfeltigen zu gut angezeigt
wirdt, etc.

Durch:

Bartholomæum Hübnerum /:

Freyen künst vnd Arzney Do-
ctorem zu Erffordt.

Gesundheit ist das Edelst gut /
Liß dis Büchlein / du behlsts in hant.

A N N O

M D L X X.



Den Edlen ge-
strengen vnd Erhnohesten An-
tonio von Lützelburgk/ Statthalter/ vñ
Heinrich von Bippach/ Marschaln zu
Weymar / auch der Fürstlichen Regie-
rung doselbsten Cammer vnd Hoff
Rethen/meinen besonder Gön-
stigen Juncfern / freunden
vnd förderern

Nter andern vberausgro-
ssen vnd vnaussprechlichen wun-
derwercken/ die Gott der Almech-
tige noch teglichen vbet/vnd wir mensch-
en derentwegen / Weil sie so gar gemeine
sind/nicht achten / Ist/ Edle Gestrenge
vñnd Ehrnoheste Liebe Juncfern/ die
Bank wunderliche ernehrung vñnd er-
haltung diser vnserer schwachen Irdisch
en Leibe nicht das geringste. Dan wer
vermag mit seinem verstande genugsam
reichen

reichen oder mit worten/ wie sichs wohl
gebürte/ sat auszusprechen diese Barm-
herzigkeit/ Das Gott der HERR / auch
nach dem erbärmlichen falle / dem Men-
schen gleichwol also geneigt blieben (wil
ist von dem höchsten Gute / der Sehlen
speise im Worte Gutes vnd Heiligen
Sacramenten vns reichlich vorgetragen/
nicht meldung thun) Das er diese sünd-
hafteige gebrechliche Körper noch so Bet-
terlich versorget / vnd ganz miltiglichen
teglich speiset/ in deme er jerlichen so man-
cherley Früchte aus dem Erdreich aus
gnaden herfür wachssen/ vñ allerley thier
in der Luft Wa., r vnd auff Erden sich
für vñ für vermehren lesset/ damit es vns
jo an nicht mangle? Ja wer kan eigent-
lich sage/ wie es komme/ das aus so viel-
faltiger natur speise / vnd aus dem dür-
ren trockenē Brotte/ also schön Kottblut
vnd lebendiger safft vnd Krafft im leibe
zugerichtet/ vnd dardurch alle glider/ die
doch nit einerley substantz/ complexiō oder
eygenschaft

engentschafft sindt/ an vns genehret vnd
erhalten werde? Ich mus bekennen/ dz ich
mit grosser verwunderung zü offtern/ wie
billich/ dise unbegreifliche guthat Gottes
neben andern vnzehlichen/ an mir vnn
andern beherzige / vnn dardurch zur
emfigen betrachtung des Herrlichen
spruchs: Der Mensch lebet nicht allein
vom Brodte/ etc. Vnd zur herzlichen
Dancfsagung nicht wenig angereizet
werde.

Vnd wolte Gott das alle Menschen
disß Werck Gottes / so wol als es ihnen
teglich erzeiget wirt/ auch stettig erkennen
vnd gebürlich beherzigtē/ es würdē son-
der zweifel mehr danckbarer leute erfun-
den/ vnd die herliche gaben Gottes/ wel-
che er vns zum besten erschaffen vnd noch
bis hero so gnediglich erhalten hat / mit
grosserem bedacht / besserer vernunft/
vñ sittigerm gebrauchē genossen werdē/
den leider von vielen ißo geschicht. In
der teuren zeit / deren anfang sich leider

A

3

Thunder

Thunder wider ereignet/ gedenckt man
zwar ein wenig doran / vnd spüret was
es für ein gnade Gottes sey/ allerley no-
turfft zur leibes nahrung teglich fürsich
haben/ vnd sihet/ das niemand dan Got
alleine mit seinem reichen segen die weite
Welt speisen vnd erhalten könne/ aber
sonsten wirt es furwahr sehr selten be-
trachtet vnd erkennet.

Die lieben alten haben dis sehr wohl
verstanden / darumb sie auch aus Got-
tes Wort ganz andechtig vnd liblich ge-
lehret haben von viererley schlüsseln der
Welt/ welche Gott der Herr alleine in sei-
nen henden habe/ vnd keiner Creaturen
weder im Himmel noch auff erden vberge-
be/ als nemlich den schlüssel des regens/
den schlüssel der vnfruchtbarkeit/ Den
schlüssel der Ernehrung/ vnd den schlüs-
ser der Todten greber. Dann gleich
wie kein mensch aus eignen frefften einẽ
guten nützlichen regen vom Himmel fal-
len lassen / oder vnfruchtbare voraltete
weiber

weiber fruchtbar / vnd die todten wider
lebendig machen kan. Also vermag auch
niemandt / die grosse weite Welt / mit so
vnzehlichviel thiren / vñ darneben vnser
leibe / zu speisē / zu ernehren / vñ zu erhal-
ten / ohne Gott der Allmechtige / der kan
dieses alles alleine / wie hieuo die schrift
zeuget Genesis. 30. deut. 28. Ezechiel
37. Psal. 145. Darumb sollen wir diese
güter alle von niemant anders auch
dan von Gott alleine begerē vñ bitten.

Vnd zwar was die ernehrung des lei-
bes betrifft / (dan von den andern drey-
en schlüsseln ich ißo nicht sagen wil) habē
wir einen ausdrücklichen teutlichen be-
fehl / darumb zu Gotte teglichen zu ru-
ffen / wie aus der 4. bitte des Heyligen
Vater vnser zu sehen ist. Vnd hat vn-
ser Himlischer Vatter vns hiermit erin-
nern wollen / dz so offit wir wieder hung-
erig werden / vnd speise zu erhaltung des
leibes / wie die Junge raben von ihme
bitten müssen / wir als dan zu gleich be-
denken

dencken sollen/wie er allein so gnediglich
wunderbarlich vnnnd reichlich / nicht al-
lein an der Seelen sondern auch am lei-
be/der doch dē würlen vmb der Sünde
willen mus zu theile werden/vns versor-
ge/speise/Mehre/vnnnd erhalte / damit
wir bey vnserer gesundheit/nach seinem
willen bleiben/vñ ihme/vns vnd andern
leuten desto lenger alhier dienen mögen.

Wie nun gesunder leib der herlichsten
Gaben Gottes eine ist in diesem leben/
ja das Leben selbst wie Marti. spricht/
Non est viuere sed valere vita: Also wil
Gott auch solchs von vns erkenet habē/
auff das wir dieses edlen schatzes warne-
men vnd recht gebrauchen/vns nit selbst-
muthwilliglich durch vnordentlichs leben
in frantzheit stürzen vñ vnser zeit jem-
merlich verkürzen / darumb befiehlt der
heilige Paulus zun col. 2. /des leibes zu-
uerschonen/vñ dem fleisch seine Ehre an-
zuthun zu seiner noturfft. vnd zun Röm.
am 13. heist er vns erbarlich wandeln/nit
in

in Fressen vnd Sauffen/vnd des Leibes
warten/doch also das er nicht geil werde.

Sollen wir nu dem Fleisch seine Ehre
anthun zur notturfft / vnnnd des Leibes
warten/ so ist furwar nötig dz wir im es-
sen vñ trincken rechte maß vnd ordnung
halten/die speisē/so viel möglich erkennē/
vnnnd nach vnserer gelegenheit vnd not-
turfft vnterscheiden vnd recht gebrauchē
lernen. Den one disen vleis vnd bedacht-
samkeit mag die liebe gesuntheit/des Flei-
sches hochste Ehre / nicht bestehen oder
erhalten werden. So ist es auch nicht al-
leine barbarisch vnd vnnenschlich in die-
sem stück vnachtsam vnd frech erfunden
werden/Sintemal auch die vnuernünff-
tige thire die speisē/so men schedlich/ von
den nützlichen zu vnterscheidē wissen/son-
dern es ist auch wieder Gott / vnnnd eine
Sünde wieder das Fünffte Gebot/ wie
Christen bewusst ist.

Weil ich den gesehen/vnd in der Prac-
tica nun etliche jahr hero befunden/ das

A

5

die

Die meisten frantzheiten bey den vnsern/
nur entweder aus vnuerstande vnnnd
mißbrauch des essens vñ trinckens/oder
aus vnordentlicher diet herfliessen/auch
zum östern beide gesunden vnd frantzē/
wes man sich in den hochnötigen stück-
en verhalten sol/bericht geschehen mus/
vnd ich derentwegen vielmals er sucht
worden/ als habe ich mit Gottes hülffe
die zeit vber / do sonst nicht sonder-
lich viel bey franken zuthun gewesen/
Dis kurze Büchlein zusammen getra-
gen/vñdem gemeinē man zu einfeltigem
vnterricht auff etlicher bit in Druck ver-
fertigt / verhoffents es sol ohne nutz vñ
frucht nicht abgehen. Diese meine
geringschekzige arbeit aber habe ich E.
G. nach itzigem gebrauch darumb zu-
schreiben vnd dediciren wollen / dieweil
ich weis das E. G. irer Gesuntheit wol
warnehmen/vnd zu messigem leben vnnnd
ordentlicher diet in essen vnnnd trincken/
sonderlich lust vnd liebe haben/ sich de-
ren

ren auch alzeit beſleißē/ welchs doch bey
hoffleuten ſehr ſeltzam / vnnnd derwegen
E. G. deſto rümllicher nach zuſagen iſt.
Zum andern/ weil mir auch von E. G.
etliche jahr hero viel guttaten vnd aller
geneigter wille vnd freundschaft bewi-
ſen vnd erzeiget iſt worden/ deß ich billich
mit danckbarkeit eingedenck bleibe. Zu
dem ſo hab E. G. ich hiermit gleich als
zum exempel löblicher meſſikeit/ vnd als
liebhabere aller guten Künſte / Lehre
vnd ordnungē/ wie auch des das zur be-
forderung derſelben dinlich/ andern vor-
zuſtellen nötig geachtet / damit ſie euch
als fürtreffliche Perſonen in deme nach-
folgen lerneten. Zweifel der wegen nicht
E. G. werde ſolch mein fürnehmen in nit
mißfallen Sondern viel mehr günſti-
glich gefallē/ vnd mich hinfort auch ihne
comendirt vnd beſolen ſein laſſen. Gott
der allmechtige verley E. G. ſampt alle
den iren beiderſeits lange fröliche geſunt-
heit/ vnd alle zeitliche vnnnd Ewige wol-
fart/

fort / seiner lieben Kirchen / guten Kün-
sten / Vnd Vnterthanen zum besten /
AMEN.

Datum Erffurdt den XVII. Decem.
an welchem Gott der Allmechtige vor
alters seine drey diener Sidrach / Mi-
sach / vnd Abdenago / mitten im Fier-
igen Ofen ganz vbernaturlicher Weise
erhalten hat / Weil sie vor dem guldene-
n bilde / welches der großmechtige König
Nebucadnezar zu wider dem ersten ge-
bot Gottes wolte angebetet haben / nit
Nieder gefallen waren. Gott der Herr
erhalte fort an auch durch seinen bei-
stand alle die jenigen / welche ihn allein
mehr dann alle Menschliche gewalt
fürchten / vñ die warheit lieber habē
den ihr zetliches leben / Amen.

Im Jahr 1579.

E.

G.

Dinstwilliger Bartholo-
maus Hübner.

D.

Es

Speisebüchlein.

Eist menniglichen bewußt / das
der Mensch von Gott dem Allmechtigen
also erschaffen / das an im Leib vnd Seel
ganz wunderbarer weise zusammen gesatz ist /
vnd das aus sonderem raht G^otes der Leib
des menschen also zugerichtet vnd in einander
erbawet / das er ohne Speise vnd Tranck (dan
jko von andern dingen / welche die Erste res non
naturales nennen / nicht gesagt wirdt) sein erhal-
tung nicht lange haben mag. Sientmal wir se-
hen vnd aus teglicher erfahrung befinden / das
diese vnser leibe nicht in einem zustande bleiben /
sondern in stettigem abnemen / vnd wie es die ges-
lerte sein nennen / in cōtinuo fluore sind / Auch
sein augenblick vergehet / darinnen nicht etwas
von der natürlichen feuchte / lebendigē Geistern /
Ja auch an den gliedern selbst etwas vns abgehe /
dissipiret, vnd durch innerliche hitz in vns verzes-
ret werde / Also das in kurze des ganzen leibes
substanz zerflissen vnd verderben müste / wo nit
an statt dessen / das vns also für vnd für abge-
het / etwas anders ersetzt vnd restituiret wurde.
Gleich wie ein Lampen Licht nicht lange weren
würde / wo man nicht oft frisch öhl dran gösse.
Vnd zwar wo diese abneming nicht were / Son-
dern bliebe jmerdar eine gleiche vollkommenheit
vnd

vnd einerley zustand des Menschlichen cörpers/so
bedürfften wir keiner Narung vnd künften ohn
speiß vñ tranck alzeit dis leben anhin fortfären.
Aber nu leß vns Gott der Herr offte wider Hun-
gerig werde/ auff dz wir seine Allmechtige Hand
vnd Väterliche forge für vns erkennen/ vnd zu
ihme vñd vnterhaltung des Leibes so wohl als
vñd der Seelen/ doch mit vnterscheid / schreien
vnd ruffen sollen. Ist derwegen zu erhaltung
dieses schwachen/ gebrechlichen vñ sterblichen lei-
bes/ vnd also auch zum aller Edelsten schatz des
selbigen/ der liben Gesundheit/ nichts nötigers/
dann guten vnterricht vnd wissenschaft haben/
nicht allein was ein iede von Gott vns gegebene
vnd bescherte speise vor art / natur / vñd eigen-
schafft an sich habe/ vnd was sie vor eine narung
dem Körper vnd gliedern gebe (dan hirin die prä-
suation stehet) sondern auch was vor eine ord-
nung im gebrauch vnd geniessung derselbē zuhal-
ten sey / damit sie nicht mehr schaden den nutz/
mehr zerstörung den erhaltung vnd befoderung
der aller lieblichsten gesuntheit bringen.

Diemvil dan hievon meins wissens niemā
sonderlich in teutscher sprach etwas in druck ver-
fertigt/ habe ich dem gemeinen man zu gut/ das
mit viel franckheiten verhütet wüde/ so den mei-
sten theil aus vnordentlichem Essen vnd trinckē/
vnd der speise vnuerstand entstehen vnd verur-
sache

sacht werden/ die furste tractatlein vñ speise büch
lein aus vieler hochgelarter alten vñnd neuen
Doctorn verlassenen/ vñnd durch lange erfahrung
betrachtigten schrifftten/ zusammen gezogen/ das
mit nicht alleine die gesunden/ sondern auch die
Krancken/welche nit alzeit einen Arzt ersuchen
oder bey der hand haben können oder wölle/ sich
etlicher maß daraus zuerschen / vñnd was ihnen
nach eines iden natur complexion eigenschafft
vñnd gelegenheit beide in gutem vñnd auch wieder-
wertigem zustande des leibes dinlich sein möge/
zuerachten haben. Den auch in Kranckheiten
das förderste vñnd fürnehmste stück der Curation
in der diet/das ist/ in rechtem gebrauch der din-
lichen speise stehet/ vñnd gegründet ist/ also das
viel Kranckheiten auch ohne andere arznei al-
lein durch die mittel von verstendigen Erzten
abgewent vñnd weggetrieben werden können.

Vñnd derhalben der tröstlichen zuuersicht/
diese meine geringschekige arbeit soll/ wie sie sehr
nuze vñnd nötig/ auch bey vielen verstendigen vñ
Ihrer gesundheit liebhabenden / angensem vñnd
werd geachtet werden/ vñnd ohne fromen nicht
abgehen.

Der almechtige Himlische arz welcher nicht
allein alle vnser gebrechen heilet / Wie der
Prophet saget / Sondern auch Speis vñnd
Trancß sampt andern Creaturen dem menschen

zu dinst vnd erhaltung dieses Lebens erschaffen
hat vnd noch erhelt/ gebe seinen Göttlichen gne-
digen vñ vetterliche segen zu diesem allem Amen.

Wir wollen aber dis Büchlein in zweitheil
verfassen/ vnd im erstē fürnklichen etliche gemei-
ne Regeln nach einander erzelen/ so im essen vnd
der diet zuhalten sein. Dann an der ordnung
vnd andern vmbstenden auch hier / wie in allen
andern dingen / mercklich viel gelegen sein
wil. Im andern theil aber wollen wir mit
Gottes hülffe die gewönlichsten vñnd bey vns
am gebreuchlichsten speisen / beneben einer jeden
Natur vnd eygenschafft / desgleichen auch was
vom tranck disfals zu wissen/ mit wenig worten
beruren vnd oberlauffen.

Etliche Nuße Regeln von der Diet speise vnd tranck.

Erstlich ist mit Höchstem vleis da-
rauff zus. hen vnd achtung zugeben/ dz wir
solche Speisen im gebrauch haben/ welche
den Leib also nehren vñnd erhalten / das so viel
möglich/ kein vnrat einigem glit oder theil dessel-
bigen daraus erfolgen oder entstehē könne. sind
derhalben die speisen zuerwehlen / so guten safft
narung vnd geblüte geben/ Dann böse feuchtig-
keiten des leibes/ doraus die meisten franckheiten
entspringē

entspringen / können nirgen anders mehr
her / dan aus solchen speisen / die bösen safft vñ
dan vnreines geblüt geben.

Zum andern Gute vnd dinliche speise aber
daraus guter safft vnd narung durch die na-
türliche dawungen bereitet / vñ zur erhaltung
des leibes in alle glieder außgetheilet wirdt /
sind die / welche nicht zu hitzig oder zu kalt / zu
feuchte oder dürre / zu dünne oder dicke / Zehe
schleimig oder dergleichen / sondern mittel mes-
siger art sine. dargegen leichtlich abzunemen /
welche für böse vnd dinliche vnd schedliche spei-
sen zu achten sein / nach eines jden menschen
complexion / vnd zu stande / wie hie von der für-
treffliche Galenus in lib. de cibis boni et
mali succi. item de alim. facult. Vnd andere
weitleufftig schreiben / den gleich wie nicht alle
Menschē einerley temperament vnd art sind /
also kan man auch nicht einerley victum oder
diet zugleich allen vorschreibē / so wenig als ein
Schuster vber eine leisten allen Schue ahn-
machen wirdt.

Zum dritten sol auch die rechte quantis-
tet mensur vnd maß im gebrauch der speise ob-
seruirt vnd gehalten werden / darmit die natur
nit vberladen oder beschweret werde. Sol der
haben ein liebhaber seiner gesundheit alwes-
gen vnd vornemlich dahin sehen / B
mehr

mehr oder weniger speise zusich neme / Dann
seine natur erfordert / vnd vertragen kan Das
rumb Hipp.in Epidem sein spricht: Sanitatis stu-
dium est non satiari cibis & impigrum esse ad labo-
rem. die gesundheut stehet darin / das man sich
mit speisen nicht vberfülle / vnd zur arbeit vn-
uerdrossen bleibe / Item omne nimium naturæ
inimicum aller vberflus ist der natur zuwider /
vnsr Cobanus hat hievon auch ein sein vers-
chlein Sic pota ut sitias, sic ede ut esurias

Trinck also das dich wider dürst /

ÿ dastu wieder hungrig wirst.

Wñ s. Hironymus sagt Epist. 39. Medicus & temper-
ratus cibus & carni & animæ utilis est etc. Vñnd
hier sol eines idern magē / ob er kalt oder warm
Item das alter / Sexus / oder geschlecht / sampt
andern vmbstenden vleisig betrachtet werden.

Zum vierden muß die qualitas das ist die
form natur vnd eygenschafft einer idern speis
se betrachtet werden. Dan die gesunt sind sol-
len ihrer complexion gleichformige speisen im
gebrauch haben / Die Krancken aber müssen
derer niessen / welche ihrer franckheit zuwider
sind (Sanitas enim conseruatur similibus, morbus
vero tollitur contrarijs) als zum Exempel in
hitzigen schwachheiten sind kühlende / in kalten
dargegen wermende / in feuchten trockene vnd
in trockenen oder durren feuchte speisen zu ge-
brauchen

brauchen/welche aber dieser oder jener art sine
Dann wird im folgenden theil in sonderheit sein kurtz
n Vor augen gestellet/ Vnd hie muß eines jeden
temperament/ welchs die Barbari complexi
onem nennen / betrachtet vn̄ mit hülffē eines
schwerstendigen arztes erkant werden.

Zum funfften ist die ordnung/ als eines aus
den aller nötigsten stücken/ auch wol in acht zu
haben. Stehet aber solche ordnung darinnen
in verspörnlich dz weiche vnd dauliche/ fette vn̄ süsse
speisen/ den harten durren vnd schwerdewlich
n vorgehen sollen. Dā wo diß nicht geschicht
der gehalten wirt/ so verhindec die vnuerden
eten vnten im magen die obersten/ so leichter
vnderwung sind/ das sie nicht können iren rechte
erwartung haben zu gebürlicher zeit/ doraus dā
t/ sampiel vnrat entstehet. Sind derowegen die weis
werden gelinden speisen/ vnd die bald durchgehen
as ist dōnen/ den harten durren vnd vndawlichen/
den spie schlipfferigen den zusam̄ zihende/ die süß
sind sein den saure vn̄ stopffen den vorzuschicken vn̄
speisen in st zugenissen. Also sollen säplein/ pflaumē/
er müßliche eyer/ Kraut/ Ruten/ vn̄ ander derglei
zuwenden zugemüße/ eher dan das Fleisch / gebras
s/ Fisch/ Krebs/ obs vn̄ quitten genossē wer
Welchs aber alles wie auch dz vorige vn̄ sol
in kalte/ nur vō den gesunde sol verstäde werde/
sosten wo der leib zu sehr durchbrüchig vnd
slipffericht were/ müste dise ordnung vnge
brauche

vnd stopfende den durchgengigen vorgezogen
werden/sonst könte die speise nicht so lang im
magen bleiben / bis sie volkömmentlich verta-
wet würde. Vnd hier ist auch zumercken/das
ob gleich zimliche verenderung vnd abwechs-
lung der speise zugelassen/ ja auch nötig/die-
weil nit jñterdar einerley zugebrauchē vnd die
identitas schedlich/doch vil vñ mächerley son-
derlich widerwertiger art speise in einer mahl-
zeit/ daher die viel trachten oder gerichte zum
vberflus vnd verderbē erdacht gehörig/ keines
wegs zu loben sind/ den was kan hierin vor ei-
ne ordnung sein? Martial. vñnd Horat. die
alten poeten sagen es sey besser conuictus facilis
& sine arte mensa. schlechte einfeltige vnd ohn
gepreng zugerichte narung daruon auch dro-
ben des Hippocratis meinung angezogen ist.
sanitatis studium &c. Ferner ist hie zubehalten
das allzeit das mahl / Es sey zu mittag oder
abent/am Essen vnd nicht am trincken sol an-
gefangen werden/ sonderlich so es Wein ist/
dan sonst derselbige so bald vnuerdawet in die
adern gezogen vnd das geblüt dardurch ver-
sehret wirdt/aus welcher vrsach auch man nit
nüchtern trincken oder starcke weinsuppen es-
sen sol. Vors sechste / weil die gewonheit
gleich als eine angenommene natur ist/ wie die
Alten gesagt haben/ conuetudo est acquisita

cia natura, sol dieser auch in victu / das ist in der
speise vnd tranck beide der gesunden vñ fran-
cken mit sonderem vleis wargenommen wer-
den / Darumb die nicht zu loben sint welche zu
plöschlicher verenderung raheten. Vnd muß ein
Berrünfftiger arzt hierinnen offft den gesun-
den vnd francken zuwillen sein / vñnd zu ge-
brauchen das Zienige nachlassen / des sie am
meisten gewont sint / ob es gleich nicht sonder-
lich dinklich oder gut geachtet wird / in betrach-
tung / das die natur des Menschen durch die
dinge welcher sie gewont ist / weniger verlectet
werde / ob sie gleich nicht beim besten sind / dan
durch die / welcher sie vngewonet / ob sie wohl
die allerbesten. Darumb spricht Hippoc: 2.
aph. 50. quæ longo tempore / consueta sunt,
Etiam si deteriora sint, in suctis minus molestare
solent. & Galen. 8. Meth. terap. cap. 9. gau-
dent naturæ consuetis semper. Die natur hat
alzeit lust zu deme / des sie gewont hat. So
gibt die tegliche erfahrung / das die speisen /
welche der mensch mit begirde zu sich nimpt /
von dem magen desto williger vnd liber ange-
nommē / vmbgriffen / vñ gekocht oder verdawet
werden / do dargegen in denen / für welchen
ein Eckel vnd abschew hat / gar das wieder
geschicht. Vnd daher kömpt es das offte
mals libliche speise oder derē einē gelüftet / wen
sie

sie gleich wie gesagt nicht beim besten / denen
so gleich nützlich vnd gut / vorgezogen wer-
den / wen sie nit so liblich geacht werden / auff
diese meinung sagt Hipp. 2. aph. 38. Paulo de-
terior cibus & potus, qui tamen sit suauior, melio-
ribusquidem, sed minus suauib9 ante ferend9 est.
Dis sol aber nicht dahin verstanden werden /
als müste man den leuten / sonderlich den fran-
cken heuchlen / vñ alles nachlassen / wor auff sie
fielen / wie etliche Fuchschwenker thun / dan
es heist / appetitus est nequam, der appetit ist off
ein schalck / dz ist / es begert einer off das im nit
dinlich ist. Sondern dahin ist es gemeint / das
bis weilen der natur zuwilfaren / vnd der ge-
wonheit etwas nachzugeben sey / das nicht son-
derlichen oder mercklichen schaden geben kan
Welchs der Fürst Hipp. sein hat in diesen
worten begriffen 6. Epidem hæc sunt, in quib9
ægotantib. est gratificandum, ut scilicet cibus &
potus pure conficiantur, grata etiam sint quæ vide-
rint, & mollia, quæ tetigerint, sed non admodum
lædant & facile reparabilia sint. Das ist / die stus-
cke darinnen den francken zuwilfaren / sint dis-
se / das ire speise vnd tranck sein reiniglich zu-
gericht werde / vnd ihnen angenehme sey / was
sie sehen / vnd weich was sie angreifen / aber
dz es nicht sonderlich ihnen schade / vñnd könn-
ne der vnrat leichtlich widerabgewent werden.
Wo derhalben franckheit oder ander vrsach
halben

halben/ die gewonheit verendert muß werde/
ist mit sonderer bescheidenheit darauff zudeck-
en/ das solchs nicht auff ein ploß oder schnell/
sondern bedachtsam vnd gemachsam angestellet
vnd vorgenommen werde/ daruon dan Das
masceus vnd andere Erzte weiter lehren.

Zum siebenden ist die rechte zeit zu speisen
auch zu halten/ beide beygesunden/ vnd kräck-
en/ welchs auff Dreyerley weise zuuerstehen.
Da es sint erstlich die 4. zeiten des jars nemlich
der Fröling/ somer/ Herbst/ vñ Winter/ dar-
nach die jare oder alter der menschen / vñ dan
zum dritten auch die stunden des tages hierin-
nen zubedencken. Im winter vnd Fröling/
wen die magen / wie Hipp. sagt am hitzigsten
vñ der schlaff am lengste ist/ bedarff der mēsch
mehr speise vnd narung/ dan im somer / wen
die inderliche natur schwach vñ durch den heis-
sen soñen glās die natürliche wermē/ säpt der
feuchtigkeite vñ krafft/ ausgezogen / zerteilt vñ
in die glider zerstreuet wirt/ darumb zu winter
zeit der speise/ im Somer aber am trinckē dem
menschen zuzulegen ist / wie auch im Fröling
oder lēzen etwas mehrer dan im winter/ im
Herbst aber etwas weniger / dan im Somer
getruncken/ vñnd zu diesen beiden zeiten gute
temperirte vnd narhafftige speisen genüget
werden sollen / wie solchs die natur zum theil
selbst vns lehret

Also muß auch der vnterscheid des alters
der menschen betrachtet werden/ dan die alten
können ohne sondere beschwerunge hunger ver-
tragen/ die Kinder aber keines weges/ sondern
wollen oft vnd viel des tags gespeiset sein.

Davon schreibt Hippocrates also: Senes
facilime jeiunium ferunt, secundo loco qui etatem
consistentem habent, minus adolescentes, omnium
minime pueri, præsertim qui inter eos viuidiore
sunt. Qui enim crescunt plurimum habent innati
calidi, plurimo igitur egēt alimento, alioquin cor-
pus absumitur, senibus uero parum calidi innati
in est, paucis propterea fomentis egent quia a mul-
tis extinguuntur

Das ist so viel/ die alten
können leichtlich fasten/ nechst ihnen die er-
wachsenen/ weniger aber die Jungling/ vnd
am aller wenigsten die Kinder/ sonderlich die
frisch vñ wolauff sind. dan die so wachse habē
sehr viel natürlicher hiße in ihnen/ darumb sie
vieler narung bedürffen/ sonst würden ihre
leibe verzeret/ die alten aber haben wenig na-
türlicher hiße / darumb sie desto minder nar-
ung benötigt/ vnd werden von vberfluß ge-
tötet.

Sonderlich aber ist auch der stunden des
tags in der diet oder Essen warzu nemē/ nem-
lich das man eine gewisse vnd eigentliche stun-
de halte/ beide des mittags vñ des abentmals/
vnd nicht entweder zu lange faste/ oder zu bald
wieder

wieder Esse/ che die vorige speise genßlich ver-
dawet/ vnd der leib von excrementis vnd vber-
fluß gereinigt sey/ dā solchs beides sehr sched-
lich. Wenn aber die dawung geschehen sey/
zeigt die vorsichtige Natur vns selbst am bestē
ahn / durch den appetit zum Essen oder den
hunger/drumb er auch im gemeinē sprichwort
optimum condimentum, der beste Koch/genens-
net wird. Sol dero wegen niemant ohne hun-
ger Essen/noch ohne durst trincken/ sondern
solche narung dem Magen als den erst reis-
chen vñ geben/wen er sie fodert vñ begeret/vnd
sol so dem hungerigen magen die speise nit zu
lange vorgehalten oder zu lange gefastet wer-
den/den sonst allerley böse feuchtigkeit aus dē
leibe hinein gezogen/ dadurch die speisezerstōret
die dawung geschwechet/ vnd viel Kranckheit
verursacht werdē/ als ohmacht/ schwinthsucht
Fieber vnd dergleichen/ sonderlich bey jungen
hitzigen vnd biliosischen Menschen / wie diß
im latein in diese wenig wortē sein eigentlich
verfasset: diutius tolerare famem, ventriculum
malis complet humoribus. Auch sol man beim
disch sein auffrichtig siken/ das die speise wol
in den magen sich setzen könne/nicht zu gering
oder behent halbgewurt/ Sondern sein ge-
machsam Essen/etc. dauon anders wo weiter.
Belägende das achte/weil auch die bewegung

des leibes zur dawung vnd vndawung nicht
wenig thut/ ist zu mercken / wie man sich hie
rinnen sol halten. Vnd demnach alle beweg
ung(von messiger wirt hie gesagt)den leib er
wemet/vnd die natürliche werme des Mens
schens/ dardurch die dawüg geschicht/erweck
et/ sol alzeit des leibs/ja auch das gemüts zim
liche bewegung vor dem essen/ vñ mit nichten
baldt darnach geschehen / werden derhalben/
messige vnd sissame vbung vnd bewegungē
mit gehen/ reiten/fahren/springē/ spielen vñ
dergleichē/als zur gesuntheit fast nütze/billich
gelobt. Van wie Galen. 2. de sanit bezeuget so
werden durch solche vbungē alle glieder des lei
bes gestreckt vnd auff einander befestiget / die
natürliche vñ innerliche werme nit wenig ver
mehrt / dadurch alle krefft gestreckt vnd alle
wirckungen der natur volnzogen werden.

Item es werden auch dadurch alle innerliche
Geister des Cörpers excitirt/erregt/ vñ gerei
nigt/die vberflüssigkeiten des leibes durch die
pufflöcher/ein der haut ausgefüret / vnd die ge
sundheit/also mechtiglich gefordert. Darumb
lehret Hipp. in Epid. recht/sagende: labores cibos
precedant, vbung sol vor der speisehergehen/ vñ
anderswo: concoctio quiete perficitur, motus
autem ei aduersarius est, Zur dawung gehört
ruhe/ dann durch grosse bewegung des Leibes
wird

wird sie gehindere. So spricht auch der Poet
Ouid 1. de, pont.

Ocia corpus alunt, animus quoq; pascitur illis,
Immodicę contra carpit vtrumq; labor.

Die ruh erhalt des Menschen leib/
Das gmüt dardurch bey freßten bleibt.
Dargegen alles beids umbkumpe

Wo man vnordentlich muhe vornimpe.

Neque enim quisquam morbo corripereetur, in-
quit Gal, si accurate obseruaret, ne in cruditates in-
cideret, nec post cibum uehementer exercitaretur,

Das ist/ niemandt würde in eine franckheit
leichtlich fallē/wen ein jeder mit vleis verhüte-
te/das er nicht vndawete / noch sich zu hefftig
nach dem essen bewegete etc. Zum neunden dā
trinckē in gemein belägēde/dardurch die seuch-
tigkeit des leibes gleich wie durch die sprise des-
selbigen substanz/erstattet vnd erhalten wirt/
sonsten auch vehiculum cibi, der speise fuhrmā/
genennet wirt/sol fürzlich dā gemerckt werde/
das hirinnen solche maß zu halten / wie dann
Gal. 7. Meth. lehret/ das nicht die speise da-
rinnen im magen entpor schwimme/ oder hin-
vnd wider geschwēcket/vñ also die rechte daw-
ung verhindert werde. Eben aus der ursach sol
man auch bald nach dem essen oder zwischē der
malzeit/ehe die dawung im magē volnbracht/
darzu auffß wenigst 3. stunden gehōre/nit trinck-
en/es wer dā einer so gar durstfūchtig / das er
vnschadē des trinckē so lāg nit trratē öte/dā

Dan einem solchen menschen ist bisweilen so viel zutrincken nach zulassen/ als im seine begierlicheit vnd den durst kan lindern. Do aber die dauwung volzogē/ mag er desto mer trincken nach seiner noturfft/ damit also die narung desto geschwinder durch den gangē Leib zerteilet vnd aus gefüret werde/ welchs den durren/ magern vnd so fast abgenosien zuuor aus nutz ist. Vnter dem Essen aber/ oder weil man isset vnd zu dische siset/ ist besser wenig offte vñ vielmal/ dan einsten oder zwier alzuviel vñnd sehr trincken/ wie elliche im gebrauch haben/ die solche züge thun/ als wolten sie sich erseuffen/ das sie nerlich zum athem kommen können/ vnd mehr die augen dan den munde wuschen müssen/ welches eigentlicher sauffen den trincken heist/ vnd den Rñhen vnd vnuernunftigen thiren eher dan Menschen hingehet/ wol haben die alten gesagt:

Inter prandendum tibi sæpe parumq; bibendum.

So soltu trincken vber disch:

Wenig vnd offte/ so bleibstu frisch.

So viel nu den tranck an sich selbst belanget in seiner substanz/ sol derselbige sein lauter rein/ vnd klar sein/ nach dem alten teutschen sprichwort:

Trinck was klar ist/ Tr̃ was gar ist/ Reide was war ist. was mehr hieyon zu wissen/ wollen

wollen wir im andern theil / zu ende dieses
büchleins anzeigen / da in sonderheit von etlich
dem bey vns gebreuchlichem trincken bericht ge-
schehe sol. vnd dz sey vom ersten theil genug.

Folgen ordentlich etlicher Speisen
Natur vnd eigenschafften.

Das I. cap. vom lieben brodt.

Echt vnd Wohl wird von vns
teutschen gesagt / das liebe Brodt ist als
der ehren wert / dan zu erhaltung vnd
sterckung vnser s sterblichen leibes nichts ge-
meiners noch frefftigers erfunden kan werde /
dan das liebe Brodt / daher es auch sonder
zweiffel den Namen hat / von dem Griechischen
wörtelein *βρωτόν* das ist speise / dz es nicht als
lein am meisten speise vnd nehre / oder / wie die
schrifte dauon redet / des menschen Herke ster-
cke psal. 104. Sondern auch das es alle ande-
re speise ziere / schmackhafft vnd angenehm
mache / wie wir sehen vnd erfahren / das ohne
das brodt keine speise mit sonderm nutz vnd
frucht genossen kan werden.

Es wirt aber aus mancherley getredig brot
zugericht vñ gebackē / wie Athenæus weissenff-
tig vnd Dodonæus aus im fürzlich erzehlet da-
rumb auch

4.
Darumb auch nit alles brodt einerley are vñ
eigenschafft hat. Doch ist in gemein zuwisse
das zur auserwehlung / vnd gute des brodts
fürnemlich dise eigenschafft gehören. Erstlich
d̄z es aus gutem Korn oder getredich gemacht
werde welchs nit zu alt verlegen / aus gedorret
schwarz / modericht oder dergleichen bresthaff-
tig sey / darüb auch d̄z Weizenbrodt den vorzug
hat vnd d̄z fürnemlicste vñ gesundeste ist vnter
andern allen / sintemal es aus der aller besten
frucht / die aus der erd̄wechset / zubereitet wird.
Zum andern sol das brod gut vñ gesunt sein /
so ist von nöten d̄z es zuuor recht zugericht vñ
wol gesewrt sey. Dan wie Gale. 1. de alim. cap 9
bezeuget / so ist das brod am besten vnd leichtste
zuuor dawen / d̄z wol angesewrt / fleisig durch
knetet / vnd in recht erheisten backoffen / wie
sichs gebürt / zugericht vñnd ausgebacken ist.
Welchs aber zu wenig gesewret / gibt wol auch
nachdes Aacennæ meinung viel narung / aber
doch macht es leichtlich verstopffung in der le-
ber vnd kleinen aderlein vñmher / schwachet die
milch vñ gebiuret den nieren stein / wo nit ders
geneust sich starck vber. Daraus zusehen / das
niemāde d̄z brot dinlich sey / welchs gar nichts
versewret / vnd derwegen az ymos panis genant
wirt. In pestilens zeit wird nützlich im euren
ein wenig eßig mit vnter gesprengt. Zu drit-
te sol gut brot sein aus gebacken / auff getrieben
leicht / löcherig oder engig sein / nit schwer deß

oder zusamen flebent / vñ da es aus demgä-
en vngesegten meel / welchs Dodon. confusane-
am farinam nent gebacken wirt (heist bey den
Griechē αὐτόπυρος) wirts vñetlich mer gelobe
däs ehr verdaut vñ durch dē leib geht / wiewol
es weniger nehret. Vors vierde gehört d; dan
zu d; es zimlicher massē gesalzesen / dan welcher
zu sehr süsse / stopffet gemeiniglich / d; aber al-
zusehr vorsalzen dorret zu sehr / darumb mu-
d; mittel recht troffen werden. Vnd alhier is
auch zu mercken das die krume oder inwendig
theil des brots der rinden vorzuzihen ist / da-
doraus bessere schleunigere auch werhaffti-
garung dem leib entstehet / dā aus dem ander
so auswēdigsteht / aus welchē bey etlichē leicht-
lich Colerischscharff vñ schwarz meläcolische
blüte erfolget / sonderlich wen dieselbige rin-
etw; zudürr oder zu hart verbrät. Doch mu-
gen die jenigen / so einen feuchten magen ha-
ben zuschliffung desselbigen zulezt auff ander
speise ein feines reines renfflein zusterckung
des magenmüdes vñ nidertruckung der speise
sicher zu sich nemen. zu dem sol dem brot nit zu
jung noch zu alt sein (dan je elter brot je schw-
rer zuuerdauen) sintemal welchs erst aus d
offen herget / vñ noch warm ist / blehet den
leib / stopffet / macht durst / beschwerung de
heupts vñ dergleichē vnlust wie Hip. vñ Aue-
vermelden / obs wol ehr dā d; gar alte zudan
Auch

Auch hat es den nutz/das der geruch dauon dz
Hertz vnd lebendige Geister vber die maß sehr
stercket/ daher man im Laertio lib. 9. liest/
dz Democrit. sein leben drey tage allein durch
diesen geruch erhalten habe. Darumb ist es
fast gut wieder ohnmacht/beuor aus wens zu
vor in guttem Wein genehet ist/ vnd also vor
die nase gehalten oder vnter die Zunge gelegt
wirdt. Gar alt brodt aber/welchs zuhart aus
gedorret oder schimlichte wordē / taug zur nar
rung nit/ dan es zu sehr trocknet / derret vnd
vnrein Melancolisch geblütete macht / das sey
nun in gemein alhir zur kürzen crinerung
genug gesagt.

Ferner insonderheit zu reden / So ist
aus vorigem bericht fundt / das vnter allem
anderem Brodt das herliche schöne Weizen
brodt/welchs von dem reinsten newestenmehl
(dann Ihe reiner mehl ihe besser brod) aus
hupschen/ gelben/schweren/frischen kornern
die in reiner lufft an truckenem ort erwachssē
vnd wol reiff worden/gebacken/das beste vnd
zur menschlichen narung am bequemlichsten
sey/weil es gut geblütet vnd so auch starcke nar
rung gibt. Vnd hiher verstehen wir die verß
lein Martialis/ ohne subtile distinctiones.

Necdotes poteris similes numerare, nec vsus,
Pistori toties cum sit & apta coquo.

Das

Das Semmelmehl nicht gnugsam kan

Gelobt werden von jederman/

Dann es gibt nuß vnd fromen gros/

Beim Beck'r vnd Köch ohn vnterlos.

Gehört derhalben diß beschriebene weiße

Brodt/*panis primarius* genandt / sonderlich

vor die Herrn vnd die jenigen/ so nicht schwe-

re arbeit thun/ wie auch Juuenal. *hienon* sagt

Sat. 5. *Sed tener & niueus molliq; filigine factus,*

Seruatur domino, &c. Dann dem Gesinde vnd

arbeitenden Volcke ist ein gröbers vnnnd ge-

meiners Hausbrod viel gesunder/ welchs nicht

so aus reinem Mehl gebacken / vnnnd darumb

panis secundarius, cibarius vel gregarius vom Ci-

ter. 5. *Zus.* genennet wird/ als da ist das gemei-

ne Rockenbrod/ dann sie ein solches mehr ster-

cket vnd nehret. (wo es anders recht ausgeba-

cken / vnnnd andere *conditiones* an sich hat.)

Den Kranken aber ist diß gemeine Brodt

nicht dñlich/ weil jr Magen zu schwach dazu/

vnnnd es sonst auch leichtlich bey müßigen

verstopffung vnd vnrein böse Geblüt machet/

daraus der Scharbock vnd andere langwiri-

ge beschwerliche Krankheiten entstehen / son-

derlich wenn es aus bösem anbrüchigem Ro-

cken gebacken wird / daraus offft auch ein Pe-

stilenz vnd Landsterben erfolgen kan. Gleichs

fals sind mit nichte die Brodt zu loben/ welche

E in

in der Aschen / als bey den Jüden vor zeiten
vmb sonderlicher bedeutung willen / gebreuch-
lich gewesen / oder auff heissem Herde / in Fach-
len / Pfannen oder dergleichen gebacken oder
gesotten werden.

Nächst dem Kockenbrod wird gesetzt das aus
Spels oder Dünckelforn an etlichen orten/
sonderlich in Schwaben / gemacht wird / da es
denn auch dem Kockenen / nach des Dioetis
meinung / vorgezogen / vielleicht weil es weis-
ser vnd gutes geschmacks ist. Dioscorides
schreibt daß dis Brodt besser nehre / denn das
aus Gersten kömpt / seht auch Galenus seine
Krafft ins mittel zwischen dem weissen vnd
Gerstenbrodt.

Das Gerstenbrodt aber ist kalt vnd tro-
cken / gehet am schnellsten durch den Leib/
daraus erscheint daß es ganz geringe Nahrung
gebe / zuuor aus so es nicht aus den besten aus-
cresenen Gerstenkörnern gebacken wird. Jes-
doch seht es P. Hassardus / der neuen Erzt eis-
ner / nächst dem Weizenbrodt / wenn die beste
Gersten darzu kommen ist / vnd sagt daß es
nicht viel geringer sey denn dasselbige / daher
es auch bey den Alten / sonderlich in kitzigen
Ländern / in vielem gebrauch gewesen / wie sol-
ches vnter andern auch die Euangelische Hi-
storien vns leren / da wir sehen das vnser Heil-
land

land vnnnd seligmacher Ihesus Christus mit
fünff Gerstenbrod etliche tausent Menschen
gespeiset hat. Aber bey vns halt ich sey diese art
dinlicher / wenn man nicht eitel Gerstenmehl /
sondern etwan den dritten theil vnter anders
gemenet / backe / wie ich kurz vormeldter zeit
in den thewren Jahren an vielen orten dieses
Landes gesehen / vnd solchs Brodts oft neben
andern stattlichen Leuten gessen habe / ist vns
Gott lob allen wol bekommen / wird schön gel-
blicht vnd gutes geschmack's. Ein gelehrter
Mann / den ich hieueuor genent / vermeldet
das wer dis Brod nütze / werde nicht gebrech-
lich an den Füßen / welchs ich aber noch nicht
erfahren.

Viel weniger nehret das Kleynbrodt /
welchs ganz vngestalt anzusehen / vnnnd von
dem Pacuio sordidus panis nicht vnbillich ge-
nennet wird.

Das Haberbrod aber vbertrifft weit mit
felte vnnnd trockene das / welchs aus Gersten
kômpt / ist harter dawung / vnnnd grober nah-
rung / darumb auch Galen. sagt / Auenam esse
alimentum iumentorum, non hominum / Haber
sey eine speise des Viehes vnd nicht der Men-
schen. Jedoch hat bisweilen die grosse not in
thewrer zeit die Menschen gezwungen / auch
dieser Frucht im Brod zugebrauchen. Der

gütige Gott gebe / das wir solches ferrer nicht
bedürffen / sondern bey vnserm teglichen weis-
sen gesunden vnd schönen Brodt/seine gütig-
keit/Veterliche vorsorge vnd gnedige Proui-
denz vor vns arme Brodtwürmlein mit ges-
bürlicher dancksagung vnd reuerenz allezeit
erkennen/Amen.

Das ander Capittel/Vom Fleisch.

Als Fleisch / welchs wir in ge-
meinem gebrauch haben / ist / wie der
hochberümbte Galenus schreibet/man-
cherley/nach art der Thier / dauon es kömpt/
In summa aber vnd kurz daruon zu reden ist
es zweierley/zam vnd wild / vnd ist beides ent-
weder frisch vnnnd grün / oder dürr vnd einges-
salzen / welchs etliche eingepickte Fleisch nen-
nen. Das von zamen einheimischen Thieren
genommen wird/ist nicht so hitzig vnd trocken/
nehret auch besser/vnd ist dawlicker/dann wel-
ches von wilden Thieren ist. Vnd je weisser
Fleisch/je besser narung. Also geht das von
Männlin vnd von castrirten oder geschnittenen
Thieren / dem Weiblichen vnd vngeschnitte-
nen/ das Junge dem Alten/das an Beinen/
Rücken / vnd an der rechten Seiten oder forn
gestanden/dem andern/vnd das vnterwachse-
ne

ne vnd mittelmessige / dem gar feisten oder ma-
gern zuuor. Sauanorola tract. 2. cap. 8. Item/
Das auff dem Felde auffgezogene vnd gewei-
dete / dem das daheim im Stall gemestet ist
worden. Desgleichen sind die beweglichen
Glieder besser denn die vn beweglichen / beide
an vierfüßigen Thieren / vnd Vögeln. Ge-
salszen Fleisch / sonderlich wenns alt oder im
Rauch lang gehangen / gibt böse Nahrung vnd
faulend geblüt / fodert einen starcken Magen/
vnd weil es durch solche zubereitung hitziger
vnd durrer wird / ist es nicht jederman zu zulass-
sen / vnd nur bisweilen im Winter zugebrau-
chen. Vnd durchaus ist kein Fleisch von Thie-
ren oder Vögeln gesund / (mit Fischen hats
ein ander meinung) es sey denn zuuor wol er-
kaltet / vnd zum wenigsten ein tag vor dem ge-
brauch abgethan. Die Fleischbrühe ist sehr
gesund vnd der Natur angenehm / hat auch in
der Arzney iren nutz.

Von dem schweinen Fleisch.

Ein Fleisch ist vnter allen / sagt
Aetius / das dem Menschlichen neher
vnd gleichförmiger sey / dann das
schweinen / darumb es auch am meisten nehret/
wo es recht verdauret wird / vnd nicht zu alt
ist.

ist. Gal. Sein Natur ist warm vnd feucht/
derwegen es gebraten besser denn gekocht (wel-
ches von allen Thieren/ die feuchter Comple-
xion/zubehalten. *Affatio enim ex sententia Gale.
humiditatem moderatur.*) Item das im Salze
gelegenzoder gereuchert/ wirt bequemlicher ge-
acht / sol aber nicht in stettem gebrauch sein.
Sonderlich loben die Erzte aus dem Gale. 3.
de aliment. junge Ferklin/bey zimlichem Al-
ter/recht zubereitet vnd gebraten / wie solches
den Leckemeulern nicht vnbeuust / vnd saget
die schola Salernit. das Wein darzu gehöre/
weil diß Fleisch phlegmatischer substanz / sey
also genühet nicht allein ein Speise / sondern
auch ein Arzney. Gleichfals werden die Ge-
derme oder Eingeweide des Schweines/ aller
andern Thier Gederme vorgezogen / weil sie
mit fleis ausgemestet / vnd mit gutem Blut/
welchs dem Menschlichen ganz ehulich / aus-
gefüllt vnd zu Würsten gemacht werden. *Gal.
lib. 10. de simpli. facult. Cap. 2.* Dieses alles
aber sampt anderem / so hierinne geschriben
ist nur von gesunden Leuten / die jung vnd
starck sind / keine verstopffung oder böse vber-
flüssige feuchtung im Leibe haben/vnd sonder-
lich ist diß von denen so grosse arbeit thun/als
Bawren vnd Handwerckleuten / die solcher
starcken

starcken vnd krefftigen Nahrung bedörffen / zu-
uerstehen. Dann denen so in Mässiggang
vnd ruhe leben / ist besser leicht / dünne / subtil
vnd mager Fleisch / nach der lere Rhasis. Fer-
ner so ist das von wilden Schweinen besser /
dann von einheimischen / aus vorangeregter
ursach / weil dieselbigen nicht so feuchter Com-
plexion sind / vnd sich mehr mit lauffen / auff
den Bergen vnd in Wälden in fri scher Luffte
bewegen. Darumb jr Fleisch auch nicht so
gar fett wird / bessern safft vnd geblüte / vnd
weniger oberflüssigkeit / Wust vnd Schleims
gibt / dauon ist nicht mehr.

Bock vnd Ziegenfleisch.

In den jungen Böcklin oder
Geislin / wenn sie noch saugen / doch
nicht zu gar juncck oder alt sind / mö-
gen Gesunde vnd Krancke essen. Dann sie
temperirter Natur vnd leichter dawung sind /
geben rechte feuchtigkeit / darunter nichts sched-
liches vermischet / Rhases vnd Auerrho. Die
röttlichten / grawlichten / vnd deren Farb sich
zu schwerze neiget / beuor aus auch vnter den
Ziglin. Item die Gempsen werden vom Kha.
Sethi / Baldacho / vnd andern vor die besten
geachtet /

geachtet/ vnnnd sind in sonderheit denen nütze/
die warmer truckener Complexion vnd zarter
art sind/oder in müßiggang leben / gesünder
geköcht dann gebraten. Den arbeitenden aber
vnd Bawren geben sie geringe narung/ dann
ir Magen solche Leckerbisselein nicht achtet/son
dern starcke widerhaltende Speise/ daran er
ein weil zu kauen hat/ersodert. Alter Böcke
Fleisch ist nicht allein des gestankes halben zu
meiden/sondern auch weil es dem Magen sehr
zu wider/hart zuuerdauen vnd böser narung/
dann offft quartanae/das ist/viertägige Fieber
darauff erfolgen. Gleicher weis ist auch der
alten Geiß oder Ziegen fleisch genzlich zuuer
meiden. Hippocr. 4. de viet. acut. Doch wirds
im anfang des Sommers/wenn sie gute kreus
ter essen/zugelassen. Dann zu der zeit sind sie
etwas besser / dieweil bey allen Thieren das
Fleisch am meisten irem futter oder speise sich
nach schlachtet vnd artet. Arist. de hist. anim.
Der Harm von Geissen getruncken / dient
wider den Stein/etc.

Lemmern/Schepsen.

Lambfleisch ist nicht gar beim be
sten/dann es ist wenig warm vnnnd gibt
zuviel Feuchtigkeit / sonderlich wenn
mans erst von der Mutter nimpt / dann je
jünger

länger / je feuchter. Darumb ob es gleich nicht
vbel schmecke / schlupffet es doch zu bald durch
den Magen / ehe die dawung geschehen vnd
zuuor aus in feuchten Magen / gibt viel böses
phlegmatisches schleims. Derwegen Isaac dis
Fleisch nicht lobet / es sey denn der Mensch trü-
ckener Complexion / wenns aber ein gute weil
nicht mehr gesogen / lests Auerrhoes zu / vnd
saget das es gut sey gesunden / aber nicht fran-
cken. Wie auch von jungen Hameln vnd
Scheffsen / so nicht zu alt vnd auff durrer wei-
de gangen / dann gar alte Schaffe oder Has-
mel sind / als die böse nahrung vnd geblüt ma-
chen / zuuermeiden / es sein dann gesunde star-
cke Magen / die es vertragen können.

Kalbfleisch.

Fleisch von erwachsenen feisten
Kalbern / ist leichter dawung / gesunder
nahrung / beide gesunden vnd Kranken
nicht vndinlich. Do es aber zu jung / vnd zum
wenigsten vnter 6. oder 4. Wochen / istis ganz
vngesund / dann es noch voller vberflüssigkeit
vnd böser feuchte stecket / ist derhalben hier das
rechte mittel / wie auch in allem andern / zu be-
trachten.

Kindfleisch.

G 5

Ochsen

Dhsenfleisch ist das aller trock-
neste/haredawig/ idoch nahrhafftig/
den arbeitenden mehr bequem / dann
den Müßiggengern / bey welchen es nicht gut
Geblüt macht/sonderlich wenns alt/gedorret
oder gereuchert/ dann es ligt lang im magen/
gebirt Melancolische feuchtigkeite/vnd daraus
erfolgende Kranckheiten / als sindt / Reudigs-
keit/Auffaz/ Krebs/, Miltsucht / Quartan/
vnd dergleichen. Darumb ist es nicht ein böse
meinung/das die vnsern gemeinlich die rin-
derne Braten zuvor in gutem starcken Weins-
essig etliche tage wol erbeizen lassen / dann sie
durch diese zubereitung mörber / lieblicher zu
essen/vnd gesunder werden.

Der alten Kuh ihr Fleisch sol den Dres-
schern vnd groben Leuten / die es ausarbeiten
vnd verdawen können/gelassen werden / son-
derlich / wie unten gesaget wird werden / das
Eingeschnitte / Sülzen vnnnd Ruttelflecke
von jnen/Quo senior bos est, hoc caro peior erit.
spricht Coban. Die Brähe dient denen die
aus scharffer Gall/das durchlauffen haben.

Hirschen Wildpret.

Der

Der Hirsche Fleisch ist kalt vnd
trocken / hart vnd schwer zu dauen/
gibt Melancolisch geblüt / vnd böse na
rung / wie alles ander gleicher art Fleisch auch
thut. Gal. in lib. de aff. ren. Das Herz des
Hirsches ist gut vorgifft wie Thiriack / so wer
den auch Beinlin darin gefunden / welche in
der Arzney zu hersterckung offte gebraucht
werden. Der schwanz aber am Hirsch ist gifftig.
Simeon Sethi schreibet / das sonderlich im
Sommer der Hirsche Fleisch böse vnd gifftig
sey / weil sie zu der zeit / wie auch Plin. meldet /
mit ihren Nasen offte Ottern vnd Schlangen
aus den Löchern ziehen vnd fressen. Darumb
wird es billich mit Würze wol zugericht. Im
Winter aber seind sie besser / werden auch eher
verdawet / weil der Magen dazumal / wie oben
angezeigt / am hitzigsten. Welche dieses Flei
sches zu viel vnd offte essen / werden an der Le
ber vnd Milz verstopfft / bekommen schwache
vnd zitternde Glieder dauon. Junge Reh
böcklin sind weniger schedlich / dann je elter die
Thier / je hertter vnd erger Fleisch sie haben.
Darumb schleuß Eoban. von allen Thieren
aus Aegineta also :

Summatim noua sunt semper meliora vetustis,
Et stomacho possunt commodiore coqui.

Hasen.

Hasen.

Hasenfleisch ist kalter vnd trockener temperatur / vnd derwegen denen nütze / die den Leib austrocknen wollen. Welche aber ohn das dürre sind / den ist es weniger dinlich / denn es macht grob Geblüt / vnd obs gleich dem Magen nicht böse ist / stopfft es doch den stulgang / verhalben es den disentericis die den Blutgang haben / dienet / treibt den Harm Hipp. 2. de diet. Isaac sagt / Dis fleisch sey mehr vor eine Arzney / dann eine Speise zu achten. Martialis wird gern Hasen gefressen haben / dann er lobet sie für allen andern vierfüßigen Thiren / deme folgen die nach / so fürgeben / daß ein Mensch sieben tage schön bleibe / der vom Hasen gefressen habe. Aber die reden vielleicht vom geblüt des Hasens / welches Gal. aller ander thier / auch der Vögel blut / derer fleisch doch sonst anders vbertrifft / vorzuecht. Junge Hasen sind leichter dawung vnd gesunder denn die Alten / sollen auff der Jagt gefangen / nicht in Stuben oder Heusen auffgezogen werden. Vnd ob sie wol gebraten besser schmecken / sind sie doch gekocht gesunder. Manard. lib. 13. Epist. 4. Hasensprung vnd Rehsprung zustoßen mit Polley eingeben / fördert in Kinds nöten die Geburt. Hieher

Hieher gehören auch die Königlein oder
Raninichen/ derer Fleisch weis vnd sehr gut
ist / denn es stercket den Magen / ist leichter
dawung/nehret mehr vnd besser denn der Has
sen/öffnet den Leib/vnd mache Harmen.

Das 3. Capittel / Von den Gliedern/ vnd was sonsten von Thie ren kömmet.

Hirn.

Dieses Gehirn ist kalt vnd feucht/
machet dem Magen vnwillen vnd bres
chen/ist böse zu dawen/gibe dicke/kalte/
schleimige feuchtigkeiten / darumb sol es mit
erst vor anderer Speiß vnd mit guter Würz/
als Ingwer/Pfeffer/Neglein oder Salz be
strewet/gesen werden / sonst ist es dem Magen
vberaus schedlich. Krancke vnd die nicht groß
sen Hunger haben / sollen sich darfür hüten.
Galenus sagt gleichwol daß es den Leib auch
nehre/wenns recht zugericht werde/ als wenn
mans vber dem feuer rösten oder braten leß.
Vnd Rhases setz darzu daß es hitzigen Natu
ren / keines weges aber kalten oder die zu sol
chen schwachheiten geneigt/zugebrauchen sey.
Der

der fliegenden Vögel Gehirn ist besser dann
der vierfüßigen Thiere / vnd vnter diesen sind
die von Lemmern vnd Kelbern beim Auicken
na die besten. Hasengehirn födert der Kinder
zähnen / wenn man jnen das Zankfleisch damit
schmiret / wie auch Butter mit Honig vermis
chet / aber Hundsmilch ist hierzu noch besser.
Gratarolus schreibt in seinem Büchlin de me
moria / daß der Hünner gehirn das gedechtnis
vnd den verstand des Menschens mercklich
stercke / aber das sey gnug hievon.

Marck.

Medula die nahrung inwendig
im Bein / das wir das marck nennen /
ist temperirt / nit zu kalt noch warm /
erweicht / wermet / macht dünne / dauon saget
Gal. wie vom Gehirn daß es wol nehr / wo es
recht verdawet werde / sonderlich das aus dem
Rücken kömpt / vnd medulla spinalis oder ce
rebrum spinale vom Gal. genant wird. Dem
Magen ist es nicht angenehm / wo mans nicht
würzt oder salzt. Sauanorola schreibt / Er
hab bey sich vnd vielen andern erfaren / wenns
warm / wenig vñ mit Saltz genüßt werde / das
der Magen dardurch gestercket vnd der appetit

tit erregt werde. Hirschenmarck ist das beste/
dem folgen/ Kelberns/ Ochsens/ Zigens vnd
Schepfens/ Diosco. lib. 2. Cap. 69.

Augen.

Sind mancherley art / nach dem
die Thiere / dauon sie kommen / geartet
sind / ir Natur ist kalt vnd schleimend
böser feuchtigkeit vnd dawung. (dann alles
feist ist böse / der Fische aber am ergesten) Sol
len derwegen mit Essig / Ingber / Pfeffer vnd
dergleichen genutzt werden.

Gurgel / Ohren / Nasen.

Zese sind kalter vnd trockener
Natur / nicht guter speise / zehe vnd
vndawig / darumb sie vor die Hecker /
Drescher vnd dergleichen Leute gehören.

Zungen.

Der Zungen fleisch ist temperirt /
zu werme vnd feucht geneigt / Ruffus.
Geben gute narung vnd geblüt / dann
sie dawlich / dienen Krancken vnd Gesunden.
Euter.

Euter.

Die Hr Fleisch ist feucht zu feste ge-
neigt/ werden derhalben villich gebrä-
uten auffgesetzt/ sind süß/ guts geschma-
ckes / nehren wol / ob sie gleich langsam ver-
dawet werden. Sollen von jungen temperir-
ten Thieren sein / dienen den Seugmüttern/
dann sie fördern die Milch.

Lungen.

Wie die Lunge weicher ist / dann
die Leber vnd das Herz/ also wird sie
auch eher verdawet / ist kalter feuch-
ter Complexion/ gebirt schleimige feuchtigkei-
ten/ seumet sich nicht lang im Magen. Die
besten sind von Kelbern / Ziegenböcklin vnd
jungen temperirten Thieren. Des Fuchs
Lunge gedorret ist denen so die schwindsucht/
das keichen / oder sonst gebrechen an der Lun-
gen haben / vberaus dinlich / des gleichen auch
alle Arzney so hieraus zugerichtet werden.

Herz.

Erken sind zerserlicht vnd hart/
heiß vnd trocken sagt Thadeus. Etliche
andere setzen vnter die kalte Complexi-
on/ weñ sie als speisen betracht werden / sind/
wie

wie ihr Fleisch ausweist harter dawung vnd
von geringer nahrung / doch nehmen sie mehr
nach rechter verdawung / dann sonsten / sonder-
lich wenn sie von jungen Thieren. Derwegen
schreibt Gal. Daß sie mit Salk oder Würze
sollen genühet werden. Des Hirschtes Herz
dient aus sonderlicher eigenschafft / wie auch
droben angezeigt / wider vergiftung. Plinius
sagt daß der Lerchen Herz vor das Grimmen/
Colica genant / diene / wenns nur oben an die
dicke des Fleisches gebunden werde. Etliche
habens frisch nützlich hizu gessen.

Magen.

Die Magen sind kaltes trucke-
nes temperaments / darumb sie nicht
leicht zu verdawen / vnd geringer nah-
rung.

Leber.

Lebern sind warm vnd feucht/
werden langsam verdawet / geben grob
Geblüt. Es ist aber zu mercken daß die
Glieder allweg derer Thier Complexion zu
achten / darvon sie genommen werden. Unter
den vierfüßigen Thieren sind die besten / Bos
Kleber / Kalberne / Schweinene / vnd von
Vögeln / Hannerlebern / von feisten Gansen /
Enten

Enten vnd dergleichen. Sollen auch mit
Salz vnnnd Würze genußt werden / Galen.
Wolffs leber recht zugericht / ist gut den Leber
vnd Wassersüchtigen. Eselleber gebraten vnd
nüchtern gessen / sol vor die schwere not dienen.

Milch.

Weil die Milch des Melancholis-
chen geblüts quel vnd siz ist / taug sie
nicht wol zu essen / sie komme den von
etlichen jungen wolgemesten Thieren. Der
jungwechßigen Schweine milch gebraten ist et-
lichen ein Leckerbisselein.)

Niren.

Sind hitzig vnd trocken / beschwe-
ren den Magen / geben böse feuchte /
sonderlich die von grossen vnnnd alten
Thieren sind / die Geilen mehrten den samen /
vnd die von jungen Hanen am aller meisten.
Auerrho. schreibt auch das ein iglich Glied sei-
nes gleichen stercke / Leber die Leber / Herz das
Herz / Niren die Niren / etc.

Derm.

Ederm oder Kutteln sind kalte
vnd trocken / schwerer dawung / gro-
ber vnd geringer böser narung / dar-
umb

ambs gehören sie vor Arbeiter / wollen Wein
haben. Solcher art sind auch Gefröse / Wam
men / Gehenge vnd dergleichen / das inwendig
aus den Thieren genommen wird.

Süsse.

Diese sind getemperirter wermes/
geben zehe feuchtigkeit / sollen wol ge
kocht vnd dann mit Saltz vnd Essig
gessen werden. Rhases spricht die fördern sein
besser dann die hintern / welchs auch sonst
durchaus zuuerstehen von allen Gliedern.
Dann allezeit die Födern die Hintern / vnd
die Rechten die Linken / die Eusserlichen die
Inwendigen / etc. vbertreffen.

Schwanz.

Der Schwanz ist etwas mehr
in der Speise dienlich / wegen seiner
stetigen bewegung. Dann alle Glieder
die bewegt werden / gehen den unbeweglichen
vor. Idoch weil er schwerer dawung / vnd dem
Tagen etlicher maß zu vnwillen erregt / auch
die rote Choleram bringet / sol nicht zu viel
davon genuket werden.

Haut.

D 2

3f

Et kalt vnd trocken/macht vn
rein Geblüt vnd viel verstopffung im
Leibe/wird besser wol gekocht vnd mit
Essig vnd Wärs genossen.

Feiste vnd Schmalz.

Ales Fett ist warm vnd feucht/
macht den Magen schlipffericht/vnwi
lig/ eckelhaftig/zerstört die Speise im
Magen das sie nicht wol dawet/ gibt böse na
rung. Das Schweinen schmalz aber wir
nützlich zur bereitung anderer Speise gebrau
chet/desgleichen der Gense vnd anderer Bra
ten feistes gibt dem Zugemüse guten Ge
schmack. Feisten Semspeck vber Wunden ge
legt/sol wunderbarlich heilen.

Vom Blut.

Als Blut ist von Natur alles
warm/jedoch eins mehr dann das an
der/ in der Speise werden fürnemlich
gebraucht der Hasen vnd Reheschweis / dar
aus macht man/wie auch aus Gens vnd Ent
tenblut/schwarzen Pfeffer/wie wirs nennen
Das Schweinen blut gibt vmb Martini vnd
Weihnachten gute Würste / dann es ist dem
Menschlichen am ähnlichsten / wie auch vom
Fleisch oben gesagt. Denen aber die ein schwach
chen

chen blöden Magen haben / ist alles Blut zu
wider / weil es vndawlich. Ochsen vnd Stier-
blut genossen ist ganz schedlich vnd tödlich.
Was sonst vor mancherley Geblüt in der Arz-
ney genühet werden / ist hie nicht zuerzelen.

Vom Honig.

Honig ist warm vnd trocken / sol
süß / scharff / eines lieblichen Geruchs /
Goldfarbe / nicht wesserig oder zuflüssig
sein. Es hat die art zu reinigen / eröffnen / aus-
zutreiben / fodert auch den Harm. Alten Leu-
ten dient der Honig zur erhaltung des Leibs /
aber nicht rohe / dann er blehet den Bauch /
sondern im Wasser zuuor erwallet vnd abge-
scheumet. Jungen Leuten / Weibern vnd
Kindbetterin ist er nicht nützlich.

Milch.

Rische Milch ist kalter feuchter
Complexion / gibt viel nahrung / gut
geblüt vnd macht feist / welchs sonder-
lich von der Buttermilch zuuerstehen. Plinius
zeigt an daß die Völcker Arcades etwan kein
Arzney gebraucht / sondern nur allein Kuh-
milch im Meyen / wenn alle Kreuter am freß-
tigsten / genutzt / vnd jr leben also auff viel jar
erstreckt haben. Vnd ist dis nicht ohn vrsach
geschehen / dann Milch ist nichts anders dann
D 3 Blut

Blut das zweymal gekochet ist / gehört aber ein
guter Magen dazu / sonst wird sie leichtlich
corruptire vnd zerstöret / welchs abzuwenden
etliche Salz / Honig oder Zucker dazu genieß
sen. Sol denen die gar durstig sind / viel
Hauptwehe / Schwindel / Fallende suchet / das
Fieber oder Kälte haben / Leber vnd Weilsüch
tig sind / mit nichten geben werden / es sey dann
Sawrmilch / die von natur kälter vnd trucke
ner / dann die süß. Milch ist besser allein ohn
andere Speise / vnd gesotten / zuuoraus aber
ohne Fische gerühret / vnd des Morgens wenn
sie noch warm vnd erst gemolcken / besonders
den Lungensüchtigen / vnd denen scharffe flüss
vom Heupt auff die Brust fallen. Vnter al
ler Milch ist Frauenmilch die beste / darnach
von Zigen / Kühen vnd Schaffen / dann Es
selsmilch / welche den Schwind süchtigen mehr
dann andern dient / Trall. bey vns nicht im ge
brauch ist. Es mus aber solche milch die wir hie
loben / von gesunden frischen jungen Thieren /
die auff guter gesunder weide gangen oder mit
reinem futter genert seind / genommen sein. Zu
offt genücket schadet sie den Zenen / vnd macht
sie wackelnt vnd löchericht. Darumb ist gut
nach irem gebrauch den Mund mit vermisch
tem wein wider ausspülen / aber warme milch
im Mund gehalten / seubert das Zankfleisch /
vnd macht die Zene feste.

Molcken

Molcken.

Als Molcken zertreibet vnnnd
macht subtil/durchdringt/wescht vnd
reinigt viel. Schola Saler. Darumb
ists dienlich zu hitziger Gall vnd verbrandter
feuchtigkeits auszufüren/ dient wider verstopf-
ung/macht weich / wescht abe vnd fület aus.
Es ist aber zweyerley Molcken/ etlichs nennet
man Stosmolcken oder Buttermolcken / so
von der Butter kömpt/diß mögen die hitzigen
sebricitanten gebrauchē gleich wie sawrmilch.
Das ander Molcken ist Resinolcken/vnd hie
ist immer eins besser denn das ander/darnach
eine Milch die ander vbertrifft. Ist warm vnd
trocken / wird süß / gemeinlich zu erweichung
des Bauchs vnd purgierung gebrauchet / son-
derlich das Zigenmolcken/welchs auch getrun-
cken alle innerliche verschlung der Gedern/
Mutter vnd Blasen reiniget/ vnd heilet/vnd
dienet denen/welche von vielem trincken hitzi-
ges Weins vnlustig sind.

Von Kesen.

Es ist die dickste vnnnd gröbste
substanz der Milch von der dünnesten
vnd lautersten abgesondert/der best ist

So von frischer / süßer / feister Milch mit dem
rohm gemacht wird. Ein newer frischer unge-
salzener Kase gibt gute nahrung / bekömpft dem
Magen fast wol / dann er ist leichter zuverda-
wen / darzu erweicht er den Leib vnd födert
den Stulgang. Darumb ist recht gesagt:
Casēus quo lacti propior, eo melior. Je neher der
Milch / je besser Kase. Vnd sonderlich im Som-
mer ist newer Kase / im Winter aber alter zu
nutzen / Dann dieser ist schwerer zuverdamen /
stopfft den Stulgang / gebirt viel Schleims /
doch schadet er arbeitenden Leuten weniger /
dann er stillt inen den Hunger / vnd druckt die
speise nider / wie die alten Verslein lauten:
Casēus est nequam, quia digerit omnia se quam.
Item, *Casēus & panis sunt optima fercula fanis.*

Des ein wenig nach dem Essen genossen /
nicht drauff getruncken / wehret den Flüssen /
so aus dem Magen ins Heupt steigen. Zu viel
aber genossen macht er bösslich harmen / bringt
den Stein / macht den Magen vnlustig / vnd
bringt dem Heupt Flässe. Alten stinckenden
madichten Kase mögen die essen / die lust darzu
haben / wie gut vnd nütz der sey kan ein jeder
bey sich selbst leichtlich erachten.

Von Butter.

Die

Die Butter ist das beste vnd fei-
ste von der Milch / vnd wirt nützlich
innerlich vnd eusserlich in Speis vnd
Arznei gebraucht / ist gleicher Natur mit dem
Ei vnd temperirter wärme / feuchtet / löset
ab / gehet leicht durch den Leib / wehret dem
Gifft. Sol vor vnd nicht nach der Speis /
auch nicht zu viel oder in stetigem gebrauch
genossen werden / sonst kan Aufsat daraus en-
stehen / sonderlich wenn man viel Weins drauff
trinckt. Die stets husten vnd voll vmb die brust
sind / sollen der offtmals gebrauchen / dann sie
macht wol auswerffen / wehret der Lungen
sucht vnd Seitenwehe.

Vom Gerinckel.

Oagulum zu Deutsch Gerinckel
oder Laep / ist die gerunnene Milch in
dem Magen der jungen saugenden vier-
füßigen Thier / ist alles nach des Galen. lehr /
scharffer zerteilender truckener natur / was ge-
runnen ist / das zerteilet / vnd was zertrent ist
das machts gerunnen vnd bestehen. Das Ge-
rinckel von Hasen / Reibern / Ziegeln / Lem-
mern / Hirschen / Rehen / Gemsen vnd derglei-
chen ist gut wider eingenommen Gifft mit
Wein getruncken / mit Essig aber zerteilt die
gerunnene Milch im Magen / ist auch gut so
D S jemand

semand gerunnen Blut im Leibe hette / vnd
hierzv ist das Hasengerüangel am besten / eines
halben quintlins schwer eingeben. Auch dient
diß Hasengerüangel mit Essig vermischet vor
die hinfallende Seuche vnd Dnmacht / so vor
auffsteigen der Bechrmutter kämpet. Galen.
Stillet alle Bauchflüß vnd Blutspeyen / vnd
hat viel andern nutz mehr in der Arhney / das
von findestu anderswo.

Das 4. Capittel. Von Vögeln.

Dies Federviehes vnnnd Gevögels
fleisch in gemein / gibt weniger nahrung
dann der vierfüßigen Thiere / dann ihr
natur ist warm vnnnd seucht / aber besser vnnnd
leichter zuuerdauen dann ander Fleisch / dar-
umb etliche Vögel als Kephünner / junge Hen-
nen vnnnd Hanen / Capaunen / Phasianen /
Krametvögel / vnd dergleichen auch frantzen
zugelassen. Dargegen jnen Gense / Entten /
Pswen / Schwan / Kranich / Tauben / etc.
verbotten.

Hüner.

Es werden aber in der Speiße
allen andern fürgezogen die jungen
Hüner / so noch kein Eyer gelegt / dann
die sind mittelmessiger natur / dawig / guts ge-
blüts

blües vnd nahrhafftig / stercken vnd machen
schön / wie Conciliator aus Halij Auer. vnd
Mesue beweiset / gesunden vnd francken eine
nütze speise. Doch ist der Hennenfleisch besser
dann der Hanen / vnd gebraten denn gesoten /
es sein dann jerige Capaunen / dann diese sind
lieblicher temperirter Complexion / guter dar-
wung vnd feuchtigkeit. Die Alten sind etwas
herter / aber doch auch guter narunge. Ruffus
schreibet das die Kemme oder Hauben haben /
besser sind dann die ohne Kemme. Die Vhr-
hanen / welche ein wilt geschlecht von der gröf-
se also genandt / sind ein gut Wildpret / sollen
doch nicht zu alt sein. Zu gar junge Hünlein
oder Vögel sind nicht nütze / dann sie geben
viel schleimiger feuchtigkeit / also auch die sehr
alten / welche zu zehe vnd trocken sind / schwer
zuuerdauen. Ein zimlich alte Henne gebraten
in ein Trisinet gemacht / ist auch nicht zuuer-
werffen. Desgleichen mag man die alten Hün-
ner oder Hanen auch vor die Krancken also
bereiten / das man sie wol siede vnd darnach in
ein Mörsel zerstoß zu einem Gemöse / vnd mit
der gesottenen Brühe durchschlage / darnach
mit Saffran vnd anderer Specerey nach des
Krancken gelegenheit vnd wolgefallen abbe-
reite / dient sonderlich denen / so sonst kein speis
hincin bringen können.

Von

Von Eyern.

Er sagt Gale. II. Simpli. med.
sind nicht teill der Thier / sondern ver-
gleichen sich einem angewechs. Die-
nen aber zu zweierley / fürnemlich zu erhaltung
des Geschlechts vnd zur Nahrung / sind mittel-
messiger Complexion. Der Dotter welcher
warm / ist besser dann das weisse / welches kalt
ist. Die Hünereyer sind am besten / wenn sie
frisch / geben gute nahrung / stercken das Herz /
sind dawig / sie seyen gleich gesotten oder ge-
braten. Tacuinus. Die weichgesottenen / res-
mula genant / lindern den Leib / wermen / ma-
chen lustig zu essen / sind gut den Alten vnd
Krancken / auch die sich sehr verzert haben / son-
derlich mit Butter genüzet. Hartgesottene
sind nicht mehr so gut / stopffen den Bauch.
Desgleichen sind auch die gar vngesund / so in
heisser Aschen gebraten oder in Schmalz be-
reitet werden / Dann sie ganz böser nahrung /
blehen den Magen / vnd geben grobe vberflüs-
sige feuchtigkeit vnd bösen safft. Die man
aber auff wasser schlecht / sind nicht zuuerachs-
ten. Der Gense / Entten vnd Pfawen Eyer /
ob sie wol nicht so gute nahrung geben / jedoch
stercken sie vnd reizen zu Ehelichen wercken.
Wenn man Eyer lang frisch behalten wil / sol-
len

len sie des Sommers in Kleyen/des Winters
in Sprew gelegt werden / sagt Constant. de
Agric.lib.14.cap.17.man probirt sie im Was-
ser/dann die schwimmen sind nicht gut .Colu.

Kephüner/Haselhüner/Wachteln/ Lerchen.

In Kephun ist ein listiger vnfeu-
scher Vogel/dann die Mennlin frigen
vmb ire Weiblin/vnd welche oberwin-
den / werffen die andern vnter sich / bey de-
r Nacht sitzen sie also/ daß sie die Hintern zusam-
men feren. Man schreibt auch das es vom
Winde entpfange wenns beim Mennlin ist.
Dieser Vogel Fleisch ist vber alles von an-
dern Vögeln sehr gesund vnd gutes geschma-
ckes/sonderlich die Brust sampt dem Obertheil
ist dawig/gibt gute nahrung/sterckt den Men-
schen/item das gedechtnis/bekommen sonder-
lich denen wol die zarter schwacher natur sint/
vnd in müßiggang leben/sollen fett vnd nicht
zu alt sein.Kephünerbrühe macht den Magen
frisch/widersteht der Gelbensucht. Die Has-
selhüner sind etwas gröber/fast wie die Fasas-
nen/ haben sehr gut Fleisch vnd sind ein herr-
lich Wildpret.Also sind die Wachteln spreck-
lichte Erdfarbe Hünlin / wie die Kephüner/
sind aber nicht so gut / werden sehr feist vom
Nieswur

Nieswurzel/ im Winter aber verliren sie sich
alle. Psellus. Lerchen sind auch sehr gut
gebraten/ dann sie mehr / wedder die vorigen
fliehen / die nachtlerehen sind am feisten vnd
besten/ dann man sagt daß sie des tages wider
abnemen.

Taub vnd Turteltaub.

Tauben sind heisser natur/ haben
aber doch keine Gall / leben von reis-
nem Getredich/ die Jungen/ wenn sie
ausfliegen / vnnnd die gekochten sind besser
dann die alten vnd gebratenen / vnd die ein-
heimischen vbertreffen die wilden/ Oribasius
aber zeucht diese jennen für. Sollen in allen
Krankheiten gemiden werden/ sonderlich den
Podagrishen / welche mit dem Cypriano nit
wol stehen. Turteltauben sollen nicht oder sel-
ten gessen werden / wiewols Galen. zulest/
dann sie bekommen offte die fallende Sucht/
in der Arkney aber braucht man sie wider den
Fluß des Bauchs / vnd zu sterckung des vers-
stands. Des rechten Flügels blut ist heilsam/
in die Augen gethan/ benimpt den schmerzen/
vnd bricht die Fell darinnen.

Genß.

Sind

Sind warm vnd trocken / jr fleisch
ist grob / langsam zuuerdauen / geben
grobe nahrung / mehrten den Samen /
sollen jung vnd wol ausgemestet sein. Die
wilden Gens / so in der Höhe wie die Kran-
chen fliehen / sind auch nicht böse / wo sie nicht
zu alt. Die Flügel sind am besten / etc.

Entten / Antvögel.

Entten können schwerlich leben
ohne Wasser / darumb ihr fleisch viel
überflüssigkeit hat / wie aller ander
Wasservögel / ist hitziger dan der Gense fleisch
vnd anderer einheimischer Vögel / die Brust
ist das beste / darnach die Leber / welche auch
aus sonderlicher eigenschafft den Fluß stopfft /
der aus schwachheit der Leber entstehet. Khas.
Viel genossen schaden dem Heupt vnd ma-
chen Fieber vnd Lebersucht. Antrecken blut
stillt den Bauchfluß / macht ein lauter stimme
vnd vnkeusheit / etc. Die Schnelentlein sind
am besten vnd gesündesten.

Schwanen.

Sgleich dieser Vogel schön
weis von Federn / hat er doch schwarz
fleisch / ist Cholerischer zorniger na-
tur / vnd hat keine stercke in Flügeln. Sein
fleisch

Fleisch ist / wie anderer Wasservogel / böses
safft / gibt Melancholisch schwarz dick blut.

Omnis enim volucrum fluuios quæ turba fre-
quentat

Edulij vitium deterioris habet. Eoban.

Pfawen.

Siben hant vnnnd sehr schwerdas
wig Fleisch / Darumb spricht Aegine-
ta / daß sie leicht Febres verursachen/
des Nachts wenn der Pfaw erwacht / vnd sich
nicht ansehen kan / schreiet er greslich / dann
er meinet seine schönheit sey verloren / aber
doch hat diß geschrey den nuß / das es die
Schlangen vnnnd alle giftige Thier ver-
treibt. Der Pfawen koth sensstiget des Pos-
dagrans wüthen / welchs etliche auch vom Gen-
se koth erfahren haben. Sein Fleisch sol nim-
mermehr / oder doch gar schwerlich verfaulen.
August. lib. 21. cap. 4.

Fasanen.

Iß Fleisch vergleicht sich dem
Hünnerfleisch / wie auch die Eyer / ver-
dawt sich wol / gibt gute narung vnd
geblüt / stercket sehr / ist ein Essen für Fürsten
vnd ander grosse Herren.

Kranch / Storck.

An

V den Kranchen ist viel wunder-
barliches dings durch die natur vor
gebildet/ daruon hier zu schreiben nicht
von nöten / sie haben schwerer Fleisch wedder
ander Vögel/ welches kalt / wie Theodosius
sagt/ grob vnd vndawlich ist/ dienen Müßig-
gengern nicht/ ihr Blut mit Holunder wasser
in die Nase getreiffte / dient vor den Schläge
Desgleichen macht auch der Störcke Fleisch
böse geblüt/ Man sagt wer ein jungen Störck
esse / der behalt lang gut Gesicht vnd werden
im die Augen nicht rinnend oder triffend.

Krammetvögel/ Frostel/ Amsel.

Diese sind fast einerley art in der
Speise/ warm vnd trockener Com-
plexion/ guter dawung / machen rein
Geblüt / dienen müßigen herrlichen Leuten.
Horat. lobet sie vor andern / da er sagt lib. I.
Epist. 16. Nil melius Turdo, Es ist nichts bes-
sers dann ein Krammetvogel. In der meinung
ist auch Martialis. Die Amseln nehren we-
niger/ sind auch nicht so wol zuuerdauen/ vnd
machen Melancholey.

Staren.

Erden von etlichen gencklich vn-
ter die gerechnet/ so böse nahrung ges-
hen.

ben. Aber Galenus ist in einer andern meinung/vnd zehlt sie vnter die guten. Dis aber sol nur von den jungen Staren verstanden werden.

Schnepffen.

S Eben sehr gute nahrung / vnd sind ein Wildpret / das reichen Leuten fast angemem vnd nützlich ist.

Sperling.

S Pakenfleisch ist fast heis vnnnd ondawig / zündet das Geblüt an / reizhet zur Vnkuscheit. Arist. sagt daß dieser Vogel die fallende Sucht habe / weil er Wilsensamen esse / Andere schreiben dis seiner Vnkuscheit zu / darumb er auch nicht viel vber ein Jar alt wird.

Fincken/Meisen/Stiglik/Rottelchen
vnd andere kleine Vögelein.

S Ind warm vnd feucht / leichter dawung / jederman gut vnd gesund / vnnnd bringet vns diese sampt andern nütlichen Speisen durch Gottes reichen Segen zur ergeltigkeit der Herbst in grosser menge / darumb wir billich Gott loben vnd danken sollen / auch zu sehen daß wir in allem recht nass halten.

Das

Das 5. Capittel. Von Fischen.

Nie Fische sind von natur kalt
vnd feucht / voller vberflüssigkeit /
den Cholerischen vnd hitziger natur
Menschen besser dann den kalten vnd Phleg-
matischen. Doch ist vnter jnen auch ein vnter-
scheid / dann einer besser dann der ander / darzu
der ort vnd wasser / in welchen sie fließen / nicht
wenig thut. Dann die in reinen / lautern / stei-
nichten / fließenden Wassern / sind besser dann
die in trüben / sumpffichten / vnbeweglichen /
stilstehenden Teichen / Psülen oder Wassern
in den Stedten / darcin allerley vnflut geschüt-
tet wird. Vnd ob gleich Fische in allen Kranck-
heiten durchaus verboten / so werden doch bis-
weilen nach gelegenheit iß gemelte aus reinen
Wassern / die fein weich vnd zart Fleisch ha-
ben / wol schupicht / nicht stinckend / auch nicht
zu feist sind / als Schmerlen / Kressen / Etrig-
in / Hecht / Foreln / Perschen / etc. zugelassen /
vnderlich wenn sich die Patienten von der
Kranckheit etwas wider auffmachen / dann dise
nutter dawung vnd narung sint. Das blut von
Fischen ist dünner vnd kelter / dan das / so von
irdischen thiren kömpt. Es woltz auch
die Fisch eine guten starcken magen vnd wein
traben / daher man in Fischregeln sagt : *Viuus*
uam, mortuis vinum. Den lebendigen Fischen

sol man wasser / den gekochten aber Wein ge-
ben. Dürre vnd gesalzene Fisch sind vnges-
und / werden leichtlich im Leibe corruptirt
vnd verendern den ganzen Körper / wo man
ir stets neußt. Verhalben sollen sich die Schwa-
chen vnd Aderleser dauor hüten / damit sie nit
Aussatz oder gar den todt fressen / wie ich dann
ein Exempel weis eines solchen halstarrigen
Baurens / der wider verwarnung auff den A-
derschlag zwen Hering gefressen / vnd Wein
dazu gesoffen / vnd dieselbige Woche noch ge-
storben ist. Je gröber Fisch / je böser vnd vnges-
under er vom Salk wird / dann auch sonst
die grossen Fische sich schwerlicher dawen /
vnd gröbere feuchtigkeit geben / dann die klei-
nen. Die Milch der Fisch ist gantzlich zuuer-
meiden / also auch die gebratene oder in Butter
geröste / sonderlich wenn sie wider kalt sind
worden / sind nicht fast nützlich.

Hering.

E Ingefalkene Fisch sind warmer
vnd durrer Complexion / vnd je eiter je
mehr / darumb die frisch gesalkenen bes-
ser / dann die lang im Salk gelegen. Sie sind
schwer zu dawen / machen durst vnd vnreinen
safft. Wenn der Hering erst gefangen wird /
gibt er ein leckerhafftige speise / stirbt so bald er
aus

aus dem Wasser kömpt/wird in grosser men-
ge gefangen vnd eingesalzen / vnd bey nahen
in alle Land versüret. Er ist also eingemacht
besser den Menschen / dann andere gesalzene
Fische / sonderlich denen so viel schleimiger
feuchte im Magen haben/sol aber nicht zu als
sein/noch zu oft vnd viel gebraucht werden.

Stockfisch/Halbfisch/Schollen.

Niter die gesalzenen vnd geder-
ten Fisch gehören auch diese / müssen
von irer herte wegen zum teil geschla-
gen vnd in Wasser eingeweicht werden / ehe
man sie kan nutzen. Darumb nent Archestra.
Salpam semper malum, Im kochen sol die erste
brüe abgeschütt/vnd sie dann mit guter wärhe
vnd Rümmeel zugerichtet werden/damit sie zur
Speise dienlicher vnd desto gesunder werden.
Zu viel Butter daran gethan / beschwert den
Magen/macht geschwulst vnd tegliche fieber.

Koch.

Est ein art der Halbfisch vnnnd
Blateisle/hat hart Fleisch/schwer zu
uerdauen / gibt aber starcken Leuten/
wehrhafftige narung. Wird nicht gros ge-
achtet/ dann an denen orten / do das Fleisch
werck thewr vnd selzam ist / Also ist auch der
Kotscher.

E 3

Lachs/

Lachs/Calmen.

SAlmen ist ein herrlicher grosser
Fisch / am Reinstrom sehr gemein/
wenn er grün oder frisch ist / hat er ein
süß lieblichs vnd feistes Fleisch / starcker vnd
grober nahrung. Eingefalsen oder im Rauch
gederret / wird er eigentlich Lachs genandt/
vnd ist nicht so gut als der grüne / beschweret
den Magen / vnd gibt grobe vnnarhafftige spei-
se / wie andere gefalkene vnd gederte Fisch.

Forellen.

Dezer Fisch ist vnter allen / die in
süssen Wassern gefangen werden / der
beste / vnd hat den liblichsten geschmack
als Athenens schreibet / hat fein hart / gesund/
nahrhafftig Fleisch / darumb kömpt er nicht
viel in gemeiner Leut Küchen. Hieher gehö-
ren auch die Alsen.

Hecht.

Der Hecht ist / wie alle Erzte ein
heilich schreiben / ein guter / gesunder
Fisch / leichter dawung / gesunden vnd
franken zugelassen / doch so er in reinen vnd
nicht pfultichten, Wassern oder frösch Pfüt-
zen gefangen ist. Neben andern Fischen schafft

er nicht grossen nutz im Wasser / dann er ein
reuberischer Fisch ist / vnd derselbtigen viel ver-
schlucket. Derwegen er auch ein Wassermolff
genant wird. Wenn er Leichen wil / steigt er
in frembde Wasser / da gebirt er / auff daz er
nicht seine eigene Kinder fresse.

Barben/Carpen.

Barben / welche Cicero in parad.
s. barbatulos nennet von irem Barte /
vnd vnter der Römischen Herren Les-
kerbislein setzt lib. 1. ad Utr. c. Sind tempe-
rirter natur / in kälte vnd feuchte / ein edler
Fisch gesunden vnd franken / do man in recht
zuricht / dann er guter dawung vnd nahrung
ist / wo man in nicht brett / dann so wird er er-
ger. Wer stets Barben isset verdunkelt das
Gesicht / Dioscorides.

Carpen sind in fliessenden Wassern am
besten / aus den Deichen / Gruben vnd mosechs-
ten Hellern machen sie faul geblüt / Darms-
gicht vnd andere beschwerungen / werden nüt-
zlich in Wein gesotten. Die im Meer sind lei-
chen fünff mal des Jars / wie Oppianus oder
sechs mahl / wie Plinius schreibt / unsere aber
nur ein mahl oder zwier.

Verschen.

W Erden vnter die fürnemsten gesündesten Fisch gezehlet/ vor gesunde vnd francke dinlich/ libliches geschmackes. Darumb sie der Poet Ausonius delicias menlarum/ ein zier des Fisches nennet.

Schleyen/ Goben/ Kaulheut.

S Schleyen haben den rechten namen vom Schleim. Auson. nennet diesen Fisch vulgi solatium, das er Armen Leuten gemein sey/ hat hart vngesund Fleisch. Der Gradt von einer gesotten Schleyen gesdort vnd zu puluer gestossen vnd mit Lindensblüt/ Schlüsselblumen oder dergleichen Wasser eingenomen/ sol ein sonderlich experiment sein wider die schwere noth. Die Goben oder Kaulheut sind viel besser vnd zur speise dinlicher/ wenn sie wol gesotten/ Werden von etlichen vnter die fürnemsten Fisch gerechnet/ wie auch die Steinbeisser/ vnd dergleichen.

Ahl.

Ahl ist auch ein schleimiger Fisch/ dem Magen vnd Nieren schedlich/ gibt dicken zehen safft/ böse nahrung/ macht verstopffung vnd tegliche Fieber / sonderlich sind

sind die böse / welche bey den Seecten vnd vn-
reinen Wassern gefangen werden. Doch ge-
lüstet die Leckermeuler darnach / wegen ihres
guten geschmacks. Ir Vntugend wird ihnen
entnommen / wenn sie in Wein ersticket / vnd
dann mit guter Wark wol zugerichtet wer-
den / nach der Apitianischen schul lere. Mitten
durch den Rückgrad gehet ihnen ein schwarz
Ederlein / wie dem Krebs im Schwanz / das
sol man ihnen nemen / ehe sie zugericht werden /
dann darinnen sollen sie den Gifft verbergen.
Die beim Fewr gebraten werden / sind am bes-
sten. Vnd dauon redet Oribasius / da er aus
des Dioscoridis meinung saget / das die Ahle
wol nehren. Im Meyen sol man sie meiden /
dann sie zu der zeit am ergiften.

Schmerle / Elritzelein / Kressen.

Diese vnd dergleichen kleine har-
te Fischlein aus reinen / frischen / stei-
nichten Flüslein / sind vberaus gut
vnd gesund / mögen von menniglichen nach
lust genossen werden.

Krebs.

Krebs haben kein blut / leben one
Wasser lange zeit / darumb sie weit
geführt werden können. Wenn sie mit
E S Milch

Milch getrencket/halten sie sich besser/nemen
zu / vnd sind also den Schwindfüchtigen an-
nützeſten. Die aus den fließenden reinen waſ-
ſern/geben gute naru ng. Dieſe wenn ſie recht
zugericht vnd verdawet werden / eröffnen der
Lungen verſtopffung / vnd die Brähe dauon
benimpt das Lungengeſchwer / daraus die
Schwindſuche entſtehet. Sind auch den
Krancken in der Koſt zugelaffen / ſonderlich
den hitzigen / dienen aber nicht dem Heupt.
Ihre Augen/ſonderlich im Meyen geſamlet/
haben groſſen nuz in der Arzene y / wie faſt
menniglichẽ bewußt.

Das 6. Capittel/Von Gemüſen.

In den Früchten der Erden/
welche Gott der allmechtige aus Ver-
teilerlicher gütẽ vnd gnedigem ſegen jer-
lich herfür wachſen leſt / werden ſo wol als von
oberzeltẽ ſtücken/mancherley Koſt vnd Spei-
ſen/die man Gemüſe nennet / zugerichtet / da-
von ein ſonderlich Buch newlichen in Druck
ausgangen. Wir wollen geliebter künig hal-
ben nur etlicher ſtücke eigenschafftẽ 160 hier
erzelen/wie in vorigen auch geſchehen.

Erbsen/Bonen.

Sind

Sind kalt vnd feucht. Suchsius
schreibet / daß die Erbsen nicht weit
von der mittelmässigen temperatur ab-
schlachten. Die gerasselten vnd durchgeschlas-
senen / dauon die Hülssen komen / sind am bes-
sten zu nutzen in der Speise. Die weissen ges-
ben viel Feuchtigkeiten vnd Keltten / machen
dumpffig vmb die Brust / geben winde vnn-
bleste. Die roten dienen mehr den Phlegmati-
cis / sind nicht so gebrauchlich. Wer hitziger
natur ist / mag wol Erbeis essen / denn sie neh-
ren mehr / machen starck vnd krefftig. Die
aber kalter natur sind / sollen Erbeis meiden /
mit Petersilgen Wurzel gesotten / werden sie
besser / dann sie auch also den Sechswochnes
rin bekommen. Junge oder grüne Erbeis sind
nicht so gut / wie man meint / dann ob sie gleich
eher verdawet werden / vnd durch den Leib ges-
hen / sind sie doch voll vberflüssiger feuchtig-
keit / vnd werden leichtlich corruptirt. Dar-
umb die alten ausgehülseten nützlicher genos-
sen werden. Die Brühe dauon vnd Süplein
mag man fast zu allen Gebrechen ohn schaden
gebrauchen / dann sie öffnet / reiniget / fodert
den Stulgang vnd Harm / vnd hat viel ande-
ren nutz mehr / wie an einem andern ort ge-
sagt wird.

Bonen

Bonen sind kalt vnd trocken/die grünen
aber feuchte/ergerer dawung dann die Erbsen/
geben böse geblüt vnd dünste ins Heupt/sampt
heßlichen Trewmen / machen viel Winde im
Leib/sind dem Magen schedlich/ darumb wer
ir viel ißet/beuor aus rohe/der verderbt seinen
Magen damit. Solchs aber abzuwenden, sol
len sie mit Honig/Rümmel/Fenchel / Krän-
dosten oder dergleichen stücken gesotten wer-
den. Vnd was hier gesagt ist / sol von allen
andern Hülßen fruchten vnnnd Zugemüßen/
welche man Legumina nennet / verstanden
werden.

Linsen.

Die Linsen sind die ergsten vnter
allen Hülßenspeissen / dem Magen/
Heupt/Augen vnd Geäder fast sched-
lich/langsamer dawung/machen dick grob ge-
blüt / wenn sie erwallen sol das erste Wasser
weg geschute/vnd dann Pfeffer daran gethan
werden / damit in fre schedligkeit entnommen
werde.

Gersten.

Es kalt vnd trocken / eröffnet/
senfftiget die Cholerische hitz / ist zu
speiß vnd tranck ein nützliche frucht.
Von

Von dem Mehl wird ein gesunder Brey mit
ein wenig Zucker vnd klein Rosin zugeriche
fürs Fieber vnd hitzige Lebergebrechen fast din
lich. So macht man auch aus Gerstenmehl/
Kleien/Essig vnd Butter ein gut Pflaster zu
verrenckten Gliedern / stillet auch das Podas
gram/etc.

Habern.

Ander Speise ist er warmer na
tur/aber in der Arzney eusserlich sol er
kühlen vnd trucknen/ gibt wol krefftige
narung/stopffet den Stulgang/ ist aber doch
wie Galen. sagt / den Thieren bequemlicher
dann den Menschen.

Reisz.

Et warm vnd trucken / stopffet
vnd truckenet den Leib / man sol ihn
weich sieden mit feister guter Fleisch
brüe oder Milch/so gibt er viel narung/ wenn
der Magen lustig. Er verzert auch den schleim
im Leib/zertreibt die bläse/mehret die natur/
vnd ist gut zum Darmgeschwer / im Winter
am nützlichsten zu essen.

Hirse.

Er Hirse ist kalt vnd trucken/
harter dawung/stopffet/gibt die aller
geringste

geringste nahrung vnter allem getredich/ das
man zur Kost nuzt/macht den Menschen mas
ger/vnd dörret alle feuchtigkeit aus. Ist star
cken Arbeitern vnd zu feuchter zeit des Jahrs
zuzulassen. Hirsen in ein Secklin warm auff
den Bauch gelegt/ stillt das Krimmen / wird
sonst auch in der Arzney gebraucher.

Mangolt/Beißfohl.

Ist kalt vnd feucht / öffnet der
Leber vnd Mils verstopffung / reini
get/weicht/lindert den Bauch/besche
diget aber den Magen leicht / vnd macht böse
feuchtigkeit/wo mans stetig nuzet.

Binetsch oder Spinet.

Binetsch oder grün kraut / wie es
bey vns genant wird/ist dem Mangolt
fast gleich / aber dem Magen nicht
schädlich/ist kalt vnd feucht/leichter dawung/
senfftiget den Bauch/benimpt Brust Kucken
vnd Lungenwehe/die Brüche macht ein sanfft
ten Athem.

Milten.

Die zarten Gartenmilten sind
dreierley/roth/weis vnd grün/welchs
die besten/sind kalt vnd feucht / Nitz
gen

gen dinklich / sie sein gleich gesunde oder schwach.
Die Bletter gestossen / vnnnd mit dem Safft
auffgelegt / löschen entzündete Gieder.

Kohl vnd Cappis.

Kawkol vnd Cappis ist kalt vnd
feucht / die erste Brüe dauon öffnet den
Leib / das Kraut aber stopffet mehr / ihe
offter es gekotten wird / ist eine gute speise zum
Lendenstein / Leber vnd Milk / auch den poda-
grischen. Wer zwey oder drey Kolbletter rohe
mit Saltz vnd Essig isset vor vnd nach der
Malzeit / der wird nit leichtlich truncken sagt
Aristot. Sawr Cappis oder Compeskraut /
wie es die vnsern nennen / ist dem hitzigen Ma-
gen / auch den Milkfüchtigen nicht vndinklich /
blöden vnd schwachen Magen aber / besonders
in Kranckheiten zu meiden. Lescht den Durst /
macht lustig zu essen / wo der Magen jung vnd
gesund / aber böse Geblüt. Die Brüche oder
Lacke daruon leschet gewaltig den Brandt /
Zücher darinne genehet vnd vbergeschlagen /
wird auch vors Freischliche gebraucht.

Lattich oder Salatt.

Lattich ist feuchter kalter natur /
kündert vnd weicht / zu hitzigen Zeiten
vnd Cörpern dinklich / bringt Schlaf /
aber

aber zu viel genuset / gibt er dunckle Augen/
mindert die natur / vnd wehrt der vnkeuscheit.
Der Same dargegen macht ein klar Gesicht/
vnd gibt den Ammen viel milch / wenn sie den
essen.

Kressen.

Artenkress ist ein scharff Kreut-
lein / heis vnd trucken / erwarmet die
Glieder / schadt dem heissen Magen
vnd dem Heupt / verbrennt das Geblüt / wo
mans stets gebraucht. Der same in Wein ge-
sotten in einem secklin vnd warm auffgelegt/
vertreibt die gichte der Glieder.

Brunkress.

Wilder oder Brunkress hat viel
tugend an jm / ist warm vnd trucken/
dürre hiziger / dann grün / wermet die
Leber / Milk vnd andere innerliche Glieder/
macht lust zu essen / wehret der Sichte / ist aber
nicht leichter dawung / sol den schwangeren
Weibern verbotten sein.

Borraugen.

Diese Blümlein / so oft in der
Speise genuset werden / sind sehr gut/
temperirter natur / vnd machen rein
Geblüt / erfreuen vnd stercken sonderlich das
Herz /

Hertz/welches des Lebens Brunquel ist / dar-
umb sollen sie menniglich lieb sein/vnd viel ge-
braucht werden.

Gartenmünz:

Et warm vnnnd trucken / denen
gut so die Speise oder Arzney wider
brechen / stercket den Magen vnd den
natürlichen samen sampt dessen Gefessen / ist
doch wenig in der Speiß im gebrauch.

Salbey.

Dezame Salbey sol allezeit bey
Kauten (dinen beide wider Giffte)
gepflanzet werden / von wegen der
Schlangen vnnnd Kröten / die sonst darnach
kriechen. Sol auch nicht mit Mist/sondern
alter Leimnaschen gedünget werden. Ist heis
vnd trucken/stopffet vberflüssige Fluß/ verze-
ret rohe feuchte des Magens/reinigt das Ge-
därm in der Kost genuset / vnd ist dem kalten
Haupt vnd Niren gut / Nüchtern wehren die
bletter dem Giffte vnd böser Luft. Schwang-
ere Frawen sollen nicht zu viel Salbey nu-
zen / es sey dann an der zeit der Geburt / des-
gleichen die den Catharrum vnd Schnupffen
haben/weil sie leicht ins Haupt steigt.

Majoran.

¶

Heiß

Eiß vnnnd trucken ist seine natur/
liebliches geruchs/der verstopffung des
Heupts vnd Glieder nütlich / wermet
den Magen / macht wol dawen / treibet den
Harm vnd Frawenzeit. Das Pulffer oder
safft in die Nasen gelassen reinigt das Heupt/
macht Niesen/gibt den Speisen ein guten ge-
schmack/so man ihn daran thut / dient der ge-
schwolnen Milk/etc.

Enfop.

Slab geschnitten werden/weiß
Blumen treget / vnd dann durre zur
speise behalten werden / den Holzsch-
ten stengel mus man wegwerffen/vnd die blet-
terlein allein gebrauchen / ist sehr hitzig vnnnd
warm / durchdringender krafft / dient wider
den Husten / ist aber wie Plinius saget / dem
Magen zu wider.

Rhimichen/Saturey.

Diese Kreuter sind heisser trucken
ner Complexion / dienen zur erkalten
Brust/wider das Reichen/ kurzen A-
them / werden von etlichen in die Tauben/
Kloß vnd andere speisen gethan. Saturey sol
den Schwangern ganz verbotten sein / dann
innen auch der geruch dauon schaden bringet.

Peter

Petersilgen.

Wird in Gerten allenthalben ge-
pflanzet / ist Küchen vnd Apotecten
wol bekant / hat eine heisse / truckene
vnd durchdringende natur / fodert den Harm /
wehret dem Stein. Die Wurzel ist vor sich
selbst nicht allzu gut zugenieszen / rechtfertiget
aber doch andere Speise vnd gibt denen einen
guten geschmack / fodert die dawung / verreibet
die winde im Leibe. Dis thut auch der same.

Fenchel.

Dieser Same ist warm vnd tru-
cken / genukt bey anderer Speise / son-
derlich bey Fischen / ist er gut / dann er
mindert ihre feuchtigkeit / stercket vberaus das
Gesichte / denn auch die Schlangen / als Ser-
papis schreibe / jr Gesicht mit Fenchel klar ma-
chen / ist gut der verstopfften harten Mils vnd
Leber / auch denen die mit not harmen. Den
Seugenden mehret er die Milch / macht wol
dawen.

Aniß.

Krischer Aniß / der grosse körner
hat / ist der beste / ist warm vnd tru-
cken / zertheilt vnd verzert die boszen

feuchteungen / hilfft der dawung / benimpt das
Bauchwehe vnd winde / öffnet die verstopfften
Glieder / mehret den Samen vnnnd Milch/
bringet begirde Frawen vnd Mannen / leset
den Durst / ein rauch dauon gemacht vnd in
die Nase geblasen / benimpt Heuptwoche vnd
Schwindel.

Kümel.

Wisenkümel / der gemein vnd se
derman wol bekande Same / ist hizzig
vnnnd trucken / stercket die dawung/
macht lust zu essen / vertreibt die winde vnd ge
schwulst der Derme / ist gut im Brod mit ge
backen / wer ihn zu viel nuht / bekömpt ein böse
farbe.

Dill.

Et auch warm vnnnd trucken/
macht wol schlaffen / sonderlich das oh
dauon ans Heupt vnd Schlaf gestri
chen / wenn man in isset / sterckt er das Gehirn
vnd Magen / aber zu eßt / bringt den Augen
schaden / gibt den Weibern viel Milch / wird
nützlich zur einsülzung des Compes Kraut
von den vnsern gebraucht mit Salk.

Zwibeln.

Sind

Sind warm vnd feucht/rohe ges-
ssen machen sie böse faule feuchtigkeite
im Magen/schreckliche Treume/sind
schwerer dawung/schaden dem Heupt/Milk/
Augen vnd gedechtnis/sonderlich wo sie nicht
starcke Arbeiter nutzen. Mit einer guten
Fleischbrühe gesotten/legen sie viel böses abe/
sind also bisweilen/beuor aus des Winters zu
nutzen / dann sie fördern die dawung / erweis-
chen den Bauch/temperiren kalte speisen/mas-
chen lust zu essen.

Lauch/Knoblauch.

Alle Lauchkreuter sind warm im
dritten Grad vnd trocken/ Lauch rohe
gessen ist giftig / blehet den Bauch / be-
schweret den Magen / entzündet das Geblüt/
macht Durst / Hauptwehe / böse Treume/
sonst fördert er den harm vñ vnkeuscheit. Esch-
lauch ist kalter vnd vergifteter natur / mennig-
lich zu fliehen. Knoblauch ist der Bawren thi-
riack / gut in zeit der Pestilenz vor arme Leut/
rohe schadet er den Augen fast / aber gesotten
trucknet vnd verzert er des Magens böse feuch-
tigkeit / reiniget die Brust / benimpt den alten
Husten/stetigs genusst/ macht er Hauptwehe
vnd unreine Geblüt. Grüne Rautenblätter

Darauff gessen/benimpe im den geschmack/das
thut auch Zitwer im Munde gekewet.

Ruben.

DEmocritus hat die Ruben gar
vntüchtig geacht / aber Galenus/der
fürtreffliche Arzt/lobet sie. Es wer-
den aber hie sonderlich die runden vnnnd ge-
breuchlichsten verstanden / sind warm vnnnd
feucht/doch nicht gar leicht zuuerdauen/brin-
gen winde. Mit gutem feisten Fleisch gesoten/
vnd recht zugericht / sind sie gut zu des Mens-
schen narung/machen feist/stercken die Man-
heit vnd das Gesicht wunderdarlich spricht
Auenzoar. Die Brühe stillet den Husten/
macht weit vmb die Brust. Die man in Ger-
ten seet werden bey vns bitter / werden derwe-
gen die frembden Beringischen vorgezogen.
Wer jr zu oft nuzt bekömpft viel dicket feuch-
tung vnd verstopffung der Leber.

Möhren.

Albe Ruben sind auch warm
vnd feucht / aber etwas mehr / vnd
harter dawung / vnd derentwegen
greber narung/dem Heupt vnd Geblüt sched-
lichbringen aber den Wennern begirde.

Kettrich/

Kettich/ Merrettich.

Die Kettich sind heis vnnnd trü-
cken/harter dawung/ stossen im Ma-
gen auff / den arbeitsamen Menschen
sind sie am bequemesten / treiben den Harm/
erweichen den Bauch/nach Essens ein wenig
mit Salz vnd Essig gessen / fodert die daw-
ung/ ohne diesen zusatz verhindert er dieselbige
viel mehr / nach des Galeni meinung / mache
aber ein stinckenden Athem/ so man bald dars
auff schlefft/dient wider schmerzen der Leber/
macht scharff gedechtnis Dioscori. vor ande-
rer Speise genossen / machet er vnwillen des
Magens vnd erbrechen. Fuchsius schreibt er
habe an keinem ort so grosse Kettich gesehen/
als zu Erffure in Thüringen / da sie so gros
werden als die jungen Kinder. Plin. lib. 19.
Cap. 5. Schwangern ist er nicht nütze.

Der Merrettich ist noch hitziger / wird in
der Speise genuset/ treibet den Harm heftiz-
ger dann der schlechte / hitzet vnd derret sehr/
verbrenndt das Geblüt/ darumb in hitzige Leut
nicht viel gebrauchen sollen.

Schwemmen/ Psifferlinge.

F 4 Porphy

BOrphyrius nent die Schwemmen der Götter Kinder. Die Poeten aber heissen sie Kinder der Erden/ dann sie wachsen von sich selbst ohne einigen samen/ sind weder Kreuter noch wurzel / weder blumen noch samen/ sondern nur ein excrementum terre/ das ist ein vberflüssige feuchtigkeit des Erdrichs/ Beume/ faules Holzes vnd dergleichen. Sind kalter roher feuchter vnd giftiger natur/ dienen derhalben gar nicht zur narung des Menschen / ja sie verzeren auch die gute feuchtung im Leibe. Were derowegen besser daß sie gantzlich verboten wurden/ dann wenn man sie gleich mit Saltz würk vnd andern Specereien auff's beste zugerichtet / sind sie doch / wie einer aus den Hochgelerten Alten schreibet / nichts bessers werde dann daß man sie in ein Latrin oder Cloack werffe.

Das 6. Capittel/ Von mancherley Früchten.

Erdbehr.

ES sind zweierley oder dreierley Erdbehr/ doch alle einer art / kalt vnd feuchte/ derowegen sie denen so zu viel hitzig am nüzesten / sollen vor dem Essen genossen werden. Die vnsern pflegen sie mit Zucker vnd Wein zu temperiren.

Heidels

Heidelbehr.

SIndt schwarz / gestalt wie die
Wacholderbeer / kalter irrdischer na-
tur / nützer zu serben dann zur Speise/
machen seuling vnnnd böse stinckend Blut.
Vber die Bletter vnd Frucht Wein getrun-
cken / fodert den Harm / Frauenzeit / Blasen-
stein / wehret der Gallen vberschuß vnd dem
Hauptwehe.

Brombehr / Hymbehr / Bocksbehr.

Diese Behrn ziehen zusammen/
trucknen vnd külen / sonderlich wenn
sie nicht gar zeitig / Die jungen schöß-
lin / blumen oder fruchte dauon in Wasser ges-
sotten / getruncken oder mit Luchlin vbergeles-
get / lescht wol alle hize / heilet Wundseule vnd
festiget die Zehne.

S. Johans Behrlin / Sawrachs.

Sersich oder Sawrachs ist wie
die Myrten roth vnd mürbe / hat in-
wendig Körnlein / kalt vnd trockener
natur / Wer inwendige hize hat vnd durst / sol
dieser behrlin gebrauchen / dann sie das Hers /
Leber vnnnd Magen erfrischen vnnnd stercken.
Gleicher krafft sind auch die Johans behrlin /
welche in mehrem gebrauch / weil sie milder

F 5 vnd

vnd lieblicher sind. Werden mit Zucker eingemachet / vnd zu vielen dingen gebrauchet. Hieher gehören auch die Klosterbehrlin.

Kirschen.

Dieser sind drey Geschlecht fürnemlich. Die ersten vnd besten sind Purpurfarb / haben lange dünne stile / einen roten sauren safft / sind kalter vnnnd truckener Complexion / erfrischen das geblüt / stercken den Magen vnd Leber / machen lust zu essen / können nützlich nach anderer Speise gessen werden. Die Kern oder der Safft vnd Milch daraus / hat sonderliche krafft wider den Nieren vnd Blasenstein.

Die andern haben kurze stile / sind grösser / auswendig schön / licht roth / inwendig voll weisses saffts. Diese nennen wir Ammern / sind etwas milder am geschmack dann die vorigen / bringen aber nicht viel nutz / dann sie kalt vnnnd feucht / steigen bald aus dem Magen / öffnen den Bauch.

Die dritten sind klein vnd ganz süß / haben auch lange stile / vnd sind ihr etliche roth / etliche schwarz / wachsen sehr in Wäldern. Diese laxiren den Bauch / haben sonst keinen sonderlichen nutz / werden leicht corruptirt im Magen / vnd verursachen Wärm im Leibe.

Feigen.

Feigen.

Frische vnd feuchte Feigen sind
warm / machen den Bauch flüss / böse
Geblüt vnnnd viel Leuse / die durren
aber öffnen verstopffung der Leber vnd Milz
des / geben gute nahrung.

Pflaumen.

WErden bey vns auch Zweyscha
ken genant / sind gros vnd schwarz /
kalter feuchter natur / die süßen füh
len / stillen die Gall / vñ erweichen den bauch /
die sawren aber stopffen mehr. Grüne vnge
derte Pflaumen sind vnuerdawlich / schaden
dem kalten Magen vnd der Leber. Schlehen
stopffen vnd ziehen zusammen.

Birn.

Sind mancherley / die grossen za
nen werden in der Speise den kleinen
vorgezogen / rohe sind sie schedlich /
machen flüssiges geblüt / Grimmen / Schleim
vnnnd Krehe / wo nicht Wein darauff getrun
cken oder Zimmet / Pfeffer vnnnd dergleichen
Wärz darzu genuset wird. Die gekochten
vnd gebratenen Birn sind gut / dann sie ster
cken vnd weichen den Bauch / dienen wider
den hitzigen Magen. Die wilden sind von na
tur

zur Felster dann die zamen. Kern aus den Birn
dienen den Lungenſüchtigen / ſchaden aber den
Nieren / darumb ſollen jr die mäßig gehen / die
den Stein haben.

Opffel.

Süße Opffel ſind warmer trucke-
ner Complexion / die ſawren aber kalt
vñ trucken / ſtercken das Hertz / Heupt
vnd hißigen Magen / machen wol harmen/
vertreiben den vnwillen / ſind gut vor Ohn-
macht / aber den Nerven vnd Sehnadern ſcha-
den ſie / ſonderlich wenn ſie vnzeitig. Man
ſagt wer viel Epffel eſſe / der vberkomme den
Blasenſtein. Die Porſtorffer ſind bey vns die
aller herrlichſten vnd beſten / ſehr lieblich vnd
geſund zu allem oberzeltem.

Granatöpffel.

Mala punica oder Granatöpffel
ſind inwendig voll harter Kern vnd
Gran / daher ſie den namen bekom-
men / ire art iſt dreierley / süß / weinſchmackig /
vnd ganz ſawr. Dioscorides ſchreibet daß ſie
alle guts ſafftes ſind / vnd dem Magen nußen /
aber doch wenig nahrung bringen / ſonderlich
die ſawren / welche gleichwol den hißigen Ma-
gen in Febern ſehr gut ſind / vnd den Harm
fodern /

fodern/külen vnd stopffen/zuvor aus ire Blü-
men/leschen den durst. Der süßen Kern dies-
nen dem Magen/aber der sawren ire nicht.

Pomeranzen / Citrinaten.

Diese herrliche schöne Frucht /
welche die Poeten guldene opffel nen-
nen/ist ein geschlecht der Citrinatöpf-
fel/hat auch gleiche Wirkung / aber ein ander
gestalt. Dann erstlich ist sie grün/wenns aber
reiff wird/schön goldrot. Die rinde ist warm/
wie aus ihrer bitterkeit erscheinet / darumb sie
dem kalten Magen dienet mit Zucker einge-
macht. Das Fleisch vnd sawre theil ist/gleich
wie die Citrinaten / kalt vnd feucht / sterckets
Hertz vnd alle innerliche Glieder / dient wider
giffte / hüz vnd böse gelüftung der schwangern
Weiber. Wenn man auch diese Kinder zum
Kleiden oder Tüchern legt/schaden ihn keine
Matten oder Wärm.

Melonen.

Melonen / Pseben oder Türcki-
sche Cürbis/Eucumern/vnd derglei-
chen Geweexse sind kalt vnd feuchte/
dienen nur für hüzige Leut vnd Gebresten / les-
chen den durst / sollen vor anderer Speise ge-
nossen werden. Wer ir vngewohnt/bey dem
bringen

bringen sie leicht feulung vnd Febres. Der sam-
me ist in der Arzney in vielem gebrauch.

Pfersin.

Büt/Bletter vnd Kern sind war-
mer truckener natur/ die frucht aber ist
feucht vnd kalt/ daher sie auch bald fau-
let/ macht viel oberflüssigkeit vnd feulung im
Magen/ vnd Wärm in den Gedermen/ man
sol sie auch vor anderer Speise/ vnd in hizi-
gen Fibern nutzen/ darmit sie nicht lang im
Magen ligen/ gehört ein guter trucker Weins
drauff.

Quitten.

Eissen bey den Lateinischen mala
cotonea/ weil sie mit einer zarten Woll-
bedeckt werden. Wachsen gern an kal-
ten feuchten orten/ ire art ist kalt vnd trucken/
stercken das Herz/ den Magen vnd innerliche
Glieder der nahrung/ wegen irer zusammen-
ziehenden krafft. Vertreiben brechen/ auch
auffstossen des Magens vnnnd dünste inn
Heupt/ stopffen vor ander Speise genossen/
darnach aber gessen/ lösen sie den Bauch.
Sind gebraten oder gekocht besser zu nutzen.
Der Safft nimpt das Blutspeyen.

Maulbehr/

Naulbehr.

Diese Frucht ist erstlich weis/
nachmals roth/vnd endlich/ wenn sie
reiff worden/ganz schwarz / gibt ein
roten blutfarbigen safft. Wie die Naulbehr
den Magen finden so lassen sie in. Die durren
stopffen / sollen mit Wein genuket werden.
Der safft dient vor Halsgeschwer vnd versche-
rung des Munds/die Bletter zerstoßen auff-
gelegt/leschen den Brandt.

Oliuen.

Engemachete Oliuen sind kalt
vnd trucken / sollen mit anderer speise
gessen werden / machen lust zu essen/
vnd stercken den Magenmund. Tacuinus.

Cappern.

Aus Italien kommen die besten
Cappern/sind warmer truckner natur/
rohe gessen / schaden sie dem Magen/
sollen derhalben zuvor in Wasser gequellet/
dann mit Essig vnd öhl genuket werden / rei-
nigen den Magen von vbriger feuchtigkeit/
werden nützlich bey anderer Speise gessen/
sonderlich bey Fischen. Auic. Dienen den Po-
dagrischen/Meßküchtigen/wider schwer har-
ten vnd Hüffwehe.

Weinbehr.

Weinbehr.

Es sind vielerley geschlecht der Weinstöck / nach jeder Landes art. Die vnzeitigen Weinbehr sind herb / kalt vnd trucken / daraus macht man in den Apoteken einen safft / Agrest genant / diene wider vnwillen vnnnd erbrechen des Magens / den Schwangern sehr nütze / macht lustig zu essen. Die reiffen vnd zeitigen Trauben sind warm vnd feucht / guter nahrung / doch nicht zu viel genossen / sollen / wie andere fruchte / so weiche Hülsen oder Schalen haben / vor Essens genossen werden. Rosinlein stercken den Magen vnd die Leber / etc. Galenus.

Mandeln.

Mandeln sind zweierley / etliche süsse / etliche bitter / sind aber die bittern in der Speise nicht breuchlich / wermer dann die süssen / dann diese auch feucht. Die frischen eingeweicheten oder gekocheten sind besser / dann die durren / geben gute nahrung / dienen dem Magen / Leber / Lungen / Nieren / machen wol schlaffen vnd fodern den Harm. Diphilus. Weil sie aber lang im Magen ligen / steigen dünste daruon ins Heupt / darumb ist ire Milch in der Speise nützer.

Nuß.

Nuß.

Die gemeinen welschen Nuß sind warmer truckner complexion/beschedigen des Magens dawung / dempffen vmb die Brust/machen Husten / Hauptwehe vnd schwere Sprach. Sind aber gut wider Gifte/darumb essen sie etliche in der Pestilenzzeit mit Rauten vnd Salz. Dergleichen wird auch aus den grünen Schalen ein sehr trefflich Wasser gebrendt wider die Pestilenz.

Haselnuß sind zweierley/wilde vnd einheimische/ die wir Lampertische nennen / sind warm vnd feucht / dem Magen vnd kleinen Gedern nicht fast gesund / wie Macer saget: *Ex minimis nucibus nulli datur esca salubris.* Sie werden schwerlich verdawet / machen leicht die Koteruhr/sonderlich die roten / vnd wann sie nicht recht reiff sind.

Pimpernußlein sind mit werme vnd truckene temperirt/reinigen das Geblüt / dienen der Lungen/Leber/Nieren vnd Magen / widerstehen dem Gifte vnd Husten / die Böhler haben sie sehr lieb.

Castanien.

Sind warm vnd trucken/ grober nahrung / ziehen zusammen / vnd sind böszuuerdawen / stopffen vnd dempffen

ⓐ

fen

sen vmb die Brust / sie sein gleich rohe oder ge-
braten / wiewol diese etwas besser. So man jr
viel ißet / bringens Hauptwehe / Lungensucht /
sterbliche Kranckheiten vnd viel Leuse. Sind
den Gewen / wie auch die Eicheckern nützer /
dann den Menschen.

Das 8. Capittel / Vom Gewürkz.

Salkz.

Salkz ist die beste Würkz / dann es
alle speisen schmackhafftiger machet /
darumb es auch billich das erste vnd
letzte auff dem Tisck ist. Sein natur ist warm
vnd trucken / reiniget / zertheilt / behüt vor feuz-
lung / vnd widerstehet dem Gifte / verzert vbris-
ge feuchtigkeiten. Dürre hagere Leut sollen
nicht viel Salkz essen / dann zu viel schwechet
das Gesicht (wie man bey denen sehen mag /
die das Salkz sieden / dann sie gemeiniglich
rote Augen haben) macht Reude / Flechten
vnd verbrand Geblüt / tilget den natürlichen
Samen / vnd gebirt zu scharffen Harm.

Zimmetrinden.

Kompt

Rimpf von einem Baum aus
India/die beste ist roth/scharff mit ei-
ner süßigkeit/gutes geruchs/ist warm
vnd trucken / beimpf böse feuchung / den
Schnupffen vnd Husten / dienet wol dem er-
kalten Magen / machet gute dawung / bessert
vnd stercket das Gesicht / Herz/Magen vnd
alle Glieder.

Ingwer.

Set der fürnemesten Würck ei-
ne / allenthalben im gebrauch / hizzig
vnd doch etwas feucht / darumb er sich
auch an feuchten orten nicht lang helt / ist gut
den kalten Magen / vnd allen so innerlich
erkaltet sind / sonderlich aber der grüne oder
eingemachte Ingwer.

Pfeffer.

Vierley Pfeffer werden zu vns
bracht / der schwarze / weisse vnd lan-
ge. Ist heiß vnd trucken/nützlich dem
kalten Magen / Leber vnd Gederen / machet
mager / vnd die Weiber vnfruchtbar / ist auch
ungen Leuten nicht dienlich.

Neglein.

Siben iren namen von der gestalt/
Sind heis vnd trucken / die oben an dem
Knöpff in breit vnd ein öhlichte feuchte
in sich haben / sind die besten / dienen dem erkäl-
ten Magen / schersffen das Heupt vnd Gesich-
te / sterckens Herz / bessern viel Speise / sonder-
lich Fische vnd Krebse / benemen den sincken-
den Athem. Ihre Blätter zu den Kleidern ge-
legt / geben jnen guten geruch / vnd bewaren sie
vor Matten.

Kalmuß.

Et warm vnd trucken / treibet
den Harm / stillt wehthumb der Niren
vnd Harmwinde / machet wol dawen /
sonderlich der eingemachete / wenn man des
nüchtern gebrauchet / behüt auch vor Fiebern.

Galgan.

Et ein kleine krumme Wurzel/
Inwendig vnd auswendig Purpurs
roth / doch nicht wolrichend / ire natur
ist heis vnd trucken / stercket den Magen vnd
dawung / dient dem zitternden Herzen. Item
wider Ohnmacht vnd Schwindel / macht wol-
richenden Athem / vnd dient wider alle krank-
heit von feite.

Musea

Muscaten nüz vnd blüte.

Die Muscaten nüz vnd blumen/
sind beide einerley krafft vnd wir-
ckung / warmer vnd truckener natur.
Die Blumen (welchs die Rinde vmb die Nüz
ist) stercken vberaus den kalten flüssigen Ma-
gen / verzehren alle böse feuchtigkeit / dienen
auch vors Herzzittern.

Safran.

Wächst mitten aus der blumen/
sol guts geruchs sein mit einer scherf-
fe / der beste kömpt aus Orient oder
aus Ostreich / ist heis vnd trucken / macht eine
schöne farbe / sterckts Herz / macht frölich vnd
gut Geblüt / langen Athem / benimpt das lei-
chen vnd enge der Brust / ist gut dem Milk/
zum Harm / vnd gibe begirde der vnkeuscheit/
steigt aber leichtlich ins Heupt / vnd zu viel ge-
nuzet macht er vnlust zu essen.

Zittwer.

Setzt auch die erkalte natur / ster-
cket das Herz / den Magen vnd alle in-
nerliche Glieder / ist gut vor Gifte vnd
Pestilenz im Munde gehalten. Wiewol etli-
che in diesem fall die weisse Beilwurzeln vor-
ziehen /

ziehen / vertreibet bösen geruch des Mundes.
Der Wein daruon hat gleiche krafft / stillt
auch den kalten Husten.

Das 9. Capittel/Vom Getranck. in sonderheit.

DKoben im ersten Theil dieses
büchlin haben wir etwas in gemein/
vermüge der ordnung vom trincken
vermelden müssen / da wir dann angezeigt/
wie man sich darinnen verhalten sol / so viel in
kürz hat geschehen können. Nun wollen wir
auch in sonderheit etliche Getrenck / die am ge-
meinsten bey vns sind / erzelen / wie hiebevorn
mit den Speisen geschehen. Wer mehr be-
richt daruon begeret / kan die Bücher lesen / so
hieruon sonderlich ausgegangen sind / als Car-
danum de rerum variet. Placotomum / Tho-
mam Philologum / vnd dergleichen Scriben-
ten / welche diß alles weitläufftiger ausführen.

Es ist aber fürnemlich dreierley Getrenck
bey vns Deutschen gemein / nemlich Wasser/
Wein vnd Bier / daruon wollen wir nun ein
wenig ordentlich bericht thun.

Vom Wasser.

Das

DAS Wasser ist ein gemeiner
Tranck vor Viehe vnd Menschen in
der ganzen weiten Welt. Galenus
sagt das beste Wasser sey / das aus einem fris-
chen Brunn entspringet vnd herfür quillet/
schön / lauter / rein / leicht / gutes geschmacks
vnd nicht vbel richend / bitter / sawr / gesalzen /
schwefelhaftig / vnrein / trübe / oder derglei-
chen beschaffen ist. Item / das beim Feuer
bald warm / vnd dauon bald wider kalt wird /
schnell vnd ohne beschwerung durch den Leib
gehet / darzu denn hilfft / daß man ein stücke
Brod krumen darein wufft / oder es offt hin
vnd wider geußt. Vnd so der Brunn oder
Quell gegen der Sonnen entspringet / vnd
durch ein rein Erdreich oder vber Stein vnd
Sandt herfür bricht / ist desto besser / vnd
mag von menniglichen / wes Alters der auch
sey / doch nicht vberflüssig / genuset werden.

Also ist auch das Regenwasser gut / be-
vorab welches zu ende des Sommers oder im
anfang des Herbsts / wenns fein still am Him-
mel ist / herab felle. Das aus tieffen finstern
Brunnen geschepffet wird / ist nicht so gut zu
trincken / vnd schwerer zuuertragen.

Das fließende Wasser ist auch nicht zu
werwerffen / wo nicht vnflut darein geschuttet
wird. Je schneller der Fluß/je kelter wasser er
gibt. Vor andern aber ist Wasser denen ein
nützlicher Getranck / die hitziger natur vnd
jung sind/doch nicht bald auff die speise. Vnd
wiewol das Wasser den Durst mehr leschet
denn der Wein oder ander Getrencke / so ist
doch der Wein vber Tisch genossen besser vnd
gesunder / fodert auch die dawung eher / wird
von der natur begirlicher angenommen / vnd
nehret mehr dann das Wasser. Darumb sagt
der Poet recht :

Vina bibant homines, animantia cetera fontes,
Abstine ab humano pectore potus aquæ.

Das Wasser las ein Mensch den Thirn/
Ein trunck Weins thut in besser zirn.

Mag derhalben Cardanus das Wasser
loben/so sehr er wil / ich halte es doch mit dem
edlen Rebensafft. Sonderlich aber ist Wasser
im getranck denen schedlich / die es nüchtern
trincken/dann es erkeltet bey ihnen alle natür-
liche Glieder / es were dann irgend ein Boll-
zapff/der noch von Gestern her etwas im vor-
rath hette/demselben ist offte ein trunck Wasser
nüchtern gut / vnd nützer dann Brandwein.

Zum andern schadet auch denen das was-
ser / die es bald auff grosse vbung vnd mättig-
keit/

Zeit / oder auff's Badt trincken / dann es bey
innen die natürliche werme leichtlich verderbet
oder gar auslescht / vnd daher kömpt offtinale
die Wassersucht. Gleichesals sol es des nachts
nicht getruncken werden / dann der nächeliche
durst ist nicht ein natürlicher durst / vnd wird
im besser mit dem Schloff dann mit trincken
gewehret

Zwibeln vnd Knobloch sind ein Thiriack
des bösen Wassers / sonderlich mit Essig ge-
nuhet. Ruellius wirfft geribenen Voley dar-
ein. Von gemachten oder distillirten Was-
sern zu sagen ist hier nicht nötig / vnd würde
zu weitläufftig / darumb wirs vnterlassen / son-
derlich weil sonst allenthalben viel darvon zu
finden.

Vom Wein.

In diesem ort reden wir vom
Wein / nicht als von einer Arzeney /
sondern als von einem getrancke. So
geben nu diesem edlen Rebensafft alle Gelehrten
einhelliglich dis zeugnis / welches auch die teg-
liche erfahrung bekræfftiget / daß dem menschl-
chen leben / vnd der gesundheit des Leibes / kein
bequemer noch nützlicher Getranck kan erfun-
den werden / dann eben dieser. Disz sol aber
von rechtem messigem gebrauch dieser herrli-
chen

G S

lichen Creatur des gütigen Gottes dem lieben
Wein verstanden werden/ dann also genuset
vermehrhet er die natürliche wärme / darinnen
das Leben stehet / befodert die dawung / gibe
rein frisch Geblüt vnd gute nahrung / vnd er-
helt alle natürliche kreffte. Darumb in Ho-
merus robur hominum / die stercke des Mens-
schens / gleich wie er das liebe Brodt medullam
hominis das marck des Menschens nennet.
Er stercket vnd trucknet das Gehirn / ermun-
tert den verstand / fertiget die Zunge / erquicket
vnd erfrewet das Hertz / vertreibet schwermu-
tigkeiten / welche dem Leben zum heftigsten
zu wider sind vnd viel Leute tödten / bringet
lieblichen Schlaf / reizet zu freundlichkeit im
beischlafen / fodert der Weiber fruchtbarkeit /
dient den vershrten Nieren vnd Blasen / ver-
treibe Gifft / vnd summa wer kan seine tugend
alle erzielen ? Diß hat die Heiden auch bewo-
gen daß sie den Wein vor einen Gott gehal-
ten / vnnnd wie Asclepiades anzeiget / seine
macht / der Götter macht verglichen haben.
Dagegen kan auch keine Menschliche Zunge
genungsam aussprechen / was vor beschwe-
rungen / Kranckheiten / Sünde vnd Schan-
de / Jammer / Noth / Schaden vnd Vnglück
aus vnneßtigem vberflüssigem gebrauch oder
misbrauch des lieben Weins erfolgen vnnnd
hertz

herfließen. Besiße alle Historien vnd Bü-
cher der Alten / beneben dem teglichen leben
der Welt / so wirstu hieruon mehr finden/
dann dir lieb ist / darumb ich jezo daruon nicht
mehr schreiben wil.

Ein guter Wein aber wird darbey er-
kant : Erstlich daß er fein schön / klar vnd rei-
ne / nicht zu alt noch jung / sondern mittelmä-
sig sey / dann ein solcher mit lust getruncken/
auch cher verdawet wird / vnd dergleichen reine
geister vnd geblüt im Leibe wircket. Dicker
vnd trüber Wein aber stopffet den Bauch/
Leber / Nitz vnd Nieren / also daß die sein
viel nutzen / offft Wassersucht / den Stein vnd
andere hefftige beschwerungen daruon vber-
kommen / vnd sonderlich die alten.

Seine farbe sol schön gelb sein / nicht gar
zu weis oder zu roth / dann die weissen vnnnd
dünnen von natur am wenigsten / die roten
vnnnd dicken aber am meisten nehren / do sie
recht verdawet werden. Sind derwegen die
weissen den dicken vnd feisten Leuten / die ro-
ten aber / als die Gensfüßer / so nicht zu dicke /
den Magen am dienlichsten. Ihe roter ein
Wein ist / je mehr Geblüte macht er / aus dem
süssen aber entsethet dem Magen vnnnd der
Leber schade / dann er gibt Winde vnd ver-
stopffung.

Zum

Zum andern sol ein guter Wein einem
lieblichen Aromatischen geruch haben / so bes-
kümpt er der natur am besten (odor enim est ci-
bus animæ) Dann gleich wie ein böser heßlicher
gestanck dem Herzen / Heupt vnd allen vor-
nehmen Gliedern sehr schadet: Also gibt wider-
rumb ein guter geruch diesen allen sonderliche
stercke vnd krafft. Darumb wir sehen das offte
allein vom geruch des Weins oder etwas an-
ders wolriechendes die Ohnmacht des Her-
zens abgewendet wird. Kan auch nichts die
krefte eher vnd schneller widerbringen / Wie
Hippoer. bezeuget / dann ein solcher lieblicher
vnd guter geruch. Leret derhaßben Johanna-
tius recht / daß man beim geruch den vnters-
scheid des Weins erkennen möge.

Die dritte vnd fürnemste Eigenschafft
eines gnten Weins ist der geschmack. Dann
was droben von der Speise gesagt / das die na-
tur lieber vnd mit größerm begirde anneme/
auch besser vertrage vnd verdawe das jenige/
was ihr wol schmecket / dann etwas anders/
das sol auch hier vom Weine verstanden wer-
den. Hier köndte man die manigfaltigkeiten
des geschmacks etlicher massen erzehlen / aber
es würde zu lang werden / darumb in einer
summa daruon zu reden / sind die Weine ent-
weder süß oder sawr / alle andere Geschmecke
wollen

wollen wir hirtzwischen begriffen haben. Die
süßen Weine/schreibt Constantinus/ nchren
mehr dann die andern. (Natura enim dulcibus
delectatur, & ea avidissime arripit) Weil die na-
tur zu süßen pingen lust hat / vnd die ganz
begirlich an sich zeucht. Widerstreben aber der
dawung/geben dick geblüt/erregen den durst/
vnd machen vnlustig zu essen/ werden leicht in
Gall verendert / vnd geben der Leber vnd
Milz verstopffung/ machen nicht so sehr trun-
cken/wie andere. Die sehwlichten aber ziehen
zusammen vnd stopffen / stercken den Magen
vnd Gederen/sind nicht so hitzig/ dringen wes-
gen ihrer dünnen / subtilen Substanz besser
durch/fodern den Harm / dienen doch den je-
nigen gar nicht die an der Brust vnd Lungen
gebrechlich sind/welchen aber die süßen darge-
gen am bequemlichsten. Werden derowegen
die gesundensten geachtet / so nicht zu süß noch
sawr/sondern eines guten frischen weinlichten
geschmack's sind. Je eiter Wein/je hitziger
vnd stercker. Darumb ein solch alter Wein
mehr eine Arzenei / dann ein Getranck ist.
Von vermischung des Weins mit dem Was-
ser schreibt Plutarchus also/ daß es besser sey
eins vmb's ander trincken/Als auff ein trunck
Wein/ein trüncklein Wasser thun/den durst
desto mehr zu leschen / dann das Wasser vn-
tern

tern Wein vermische zugleich trincken. Weil
vnter andern vnrathe diese vermischung auch
ehe trincken machet / vnnnd ein vnwillen des
Magens leicht erregt / aber das sey hievon
iſſo genug.

Daß wir aber auch etwas vom Most/
das iſt von erſt ausgetrucktem Weine / ſagen/
iſt zu wiſſen / daß dieſer / ehe er vergoren / im
getranck nicht dienlichen / dieweil mancherley
vnrathe doraus entſtehet. Dann vors erſte ſo
bringet er / wegen ſeiner dicke vnd vnreinig-
keit / ſonderlich wo er gar süße iſt / groſſe ver-
ſtopffung der Leber / Nils / Nieren vnd des
Harms / daraus viel krankheiten herſtieſſen.

Darnach macht er den Leib durchbrüchig/
dann weil die Heſen / darinnen noch etwas
Salpetriſcher ſcharffer Eigenschafft iſt / noch
nicht durch die vergerung daruon abgeſondert
ſind / treibet er durch ſolche ſcherffe die natur
bald zur ausführung/etc.

Zum dritten / dieweil er ſchwer zuuerdau-
en / beſchwert vnd verſert er auch den Magen.

Zum vierden füllet er den Leib mit bleſſen/
vnd winden / macht Grimmen / Colicam vnd
andere beſchwerungen / daruon ich hie gelieb-
ter kürz halben nicht mehr ſchreiben wil / dann
ich zum ende eile.

Vom

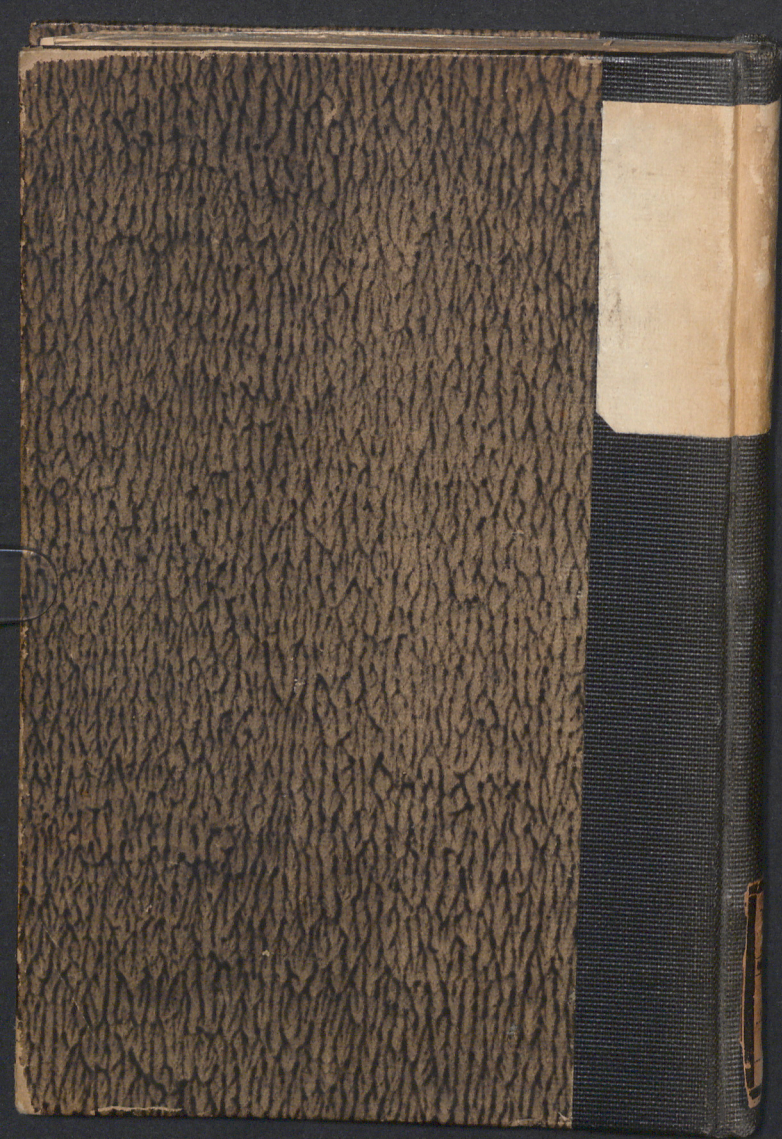
Vom Essig:

In diesem ort müssen wir auch et-
wenig vom Essig sagen: Dann ob man
in gleich vor sich selbst als ein Getranck
bey vns nicht pflegt zu nutzen / wird er doch in
der Speise vnd Kost / wie auch in der Arhney /
auff so mancherley weise gebrauchet / daß sol-
ches kaum erzelet kan werden. Seine natur
vnd temperament aber ist kalt vnd trucken /
fast durchdringend / Wie Galen. 10. Meth.
schreibt. Darumb auch Hannibal die Steins-
felsen damit zerrissen vnd zersprenget hat / als
er in Welschland vber das hohe Gebirge / Al-
pes genant / gezogen / aber vmb ein Auge drit-
ter kommen ist. Vnd ob gleich / wie etliche
wollen / noch eine verborgene Wärme in ihme
ist / so gehet doch die Kälte vor / vnd vbertrifft
die wärme / daß sie nicht gespüret wird. Sere-
nus schreibt daß der Essig (wir meinen hier
den / der vom Weine kompt) inbehungen vnd
in der Speise dem Magen dienlich sey / Dar-
umb ihn auch Dioscorides *ῥυσμαχορ* nennet.
Vielen Speisen gibt er einen lieblichen ange-
nehmen geschmack / vnd macht sie dem Men-
schen gesünder. Dann er kulet nicht allein die
hitigen Naturen vnd Glieder / sondern zers-
chneit vnd zertheilhet / auch den zehen dicken
Schleim

Schleim im Magen vnd anderswo / derowegen er den Cholerischen fast dienlich. Den Melancholischen aber ganz zu wider vnd schädlich ist. Hip. Wie er auch den Weibern / der Mutter halben / nicht allzeit wol bekömpft. Er widerstehet auch dem Gifte / vnd wehret der flechtenden Pestilenzischen seuche vnd der feulung / darumb er in Sterbens leufften in vielem gebrauch sein sol.

Sonsten aber mus gleichwol in nuzung desselben ein rechte maß gehalten / vnd er nicht zu oft oder viel gebrauchet werden. Dann hieraus kan dem Heupt / Gehirn / Augen / der Brust / Lungen / Leber vnd andern Gliedern / sonderlich auch den Nerven vnd Sehnadern / vielfaltige beschwerung entstehen. Wer der halben kalter truckener natur / vnd von Leibe fast mager ist. Item wer eine schwache Lunge / Leber / Magen / Sehnadern / etc. hat / der sol den Essig meiden / oder so selten gebrauchen. Rhases meldet das er auch den natürlichen samen mindere / vnd den Leib mager mache / sonderlich nüchtern genuket. Wer mehr hieruon zu wissen begert / findets im Dioscoride / Galieno / Auicen. Serap. Anton. Samunel. vnd dergleichen Scribenten.

Wie man aber aus mancherley Wein / Bier / Kreutern vnd Früchten / vielerley art Essig



Von dem Mehl wird ein gesunder Brei
ein wenig Zucker vnd klein Rosin zuge
fürs Fieber vnd hitzige Lebergebrechen
lich. So macht man auch aus Gerste
Kleyen/Essia vnd Butter ein gut
verrenckten Gliedern / stillet auch
gram/etc.

Habern.

In der Speise ist er
tur/aber in der Arzney
kühlen vnd trucken
narung/stopffet den St
wie Galen. sagt / den
dann den Menschen.

Est war
vnd d tr
weich
brüe oder M
der Magen
im Leib/3
vnd ist g
am nüt

Hirsen.

ist kalt vnd trucken/
amung/stopffet/gibt die aller
geringste

