

Dieses Werk wurde Ihnen durch die Universitätsbibliothek Rostock zum Download bereitgestellt.

Für Fragen und Hinweise wenden Sie sich bitte an: digibib.ub@uni-rostock.de .

Das PDF wurde erstellt am: 20.12.2024, 10:03 Uhr.

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



He

3164

Mc-3164.



Speisebüchlein/
Qarinen Kürzer
Unterricht von Essen vnd
Trincken / Auch von allerley Speisen vñ
getranc / So zur Menschlichen Narung
dienlich / vnd in teglichem gebrauchsindt/
den einfeltigen zu gut angezeigt
wirdt, etc.

Durch:

Bartholomaeum Hübnerum /
Freyen künft vnd Arzney Do-
ctorum zu Erfordt.

Act. 3164
Gesundheit ist das Edlest gut /
Liz dis Büchlein / du behlsts in hir.

ANNO
M D L X X X.



Den Edlen ge-

strengen vnd Erhnvhesten An-
tonio von Lüzelburgk/ Statthalter/ vñ
Heinrich von Vippach/ Marschall zu
Weymar/ auch der Fürstlichen Regie-
rung doselbsten Cammer vnd Hoff
Rethen/ meinen besonder Hün-
stigen Junckern / freunden
vnd förderern

Unter andern überaus gro-
ßen vnd vnaussprechlichen wun-
derwercken/ die Gott der Almech-
tige noch teglichen obet/ vnd wir mensch-
en derentwegen / Weil sie so gar gemeine
sind/ nicht achten / Ist/ Edle Gestrenge
vnd Ehrnvheste Liebe Junckern/ die
Bank wunderliche ernehrung vnd er-
haltung diser vnsrer schwachen Irdisch
en Leibe nicht das geringste. Dan wer
vermag mit seinem verstande genugsam
reich

reichen oder mit worten/ wie sichs wohl
geburte/ sat auszusprechen diese Barm-
herzigkeit/ Das Gott der H^ECr/ auch
nach dem erbärmlichen falle/dem Men-
schen gleichwol also geneigt blieben (wil
ist von dem höchsten Gute/ der Sehnen
speise im Worte G^Detes vnd Heiligen
Sacramenten vns reichlich vorgetrage/
nicht meldung thun) Das er/ diese sünd-
hafftige 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 wachsen/vn allerley thier
in der Lufft Wa^{er} vnd auff Erden sich
für vn für vermehren lesset/damit es vns
jo an nichst mangle^e Ja wer kan eigent-
lich sage/ wie es komme/ das aus so viel-
faltiger natur speise/ vnd aus dem dür-
ren trocknen Brotte/ also schön Rottblut
vnd lebendiger safft vnd Krafft im leibe
zugerichtet/ vnd dardurch alle glider/die
doch mit einerley substantz/complexio oder
eygenschafft

engentschafft sindt/ an vns genehret vnd
erhalten werde? Ich mus bekenen/ dz ich
mit grosser verwunderung zu offtern/wie
billich/dise unbegreifliche gut hat Gottes
neben andern unzehlichen/ an mir vnd
andern beherzige / vnd dardurch zur
emsigen betrachtung des Herrlichen
spruchs: Der Mensch lebet nicht allein
vom Brodte/ etc. Vnd zur herzlichen
Danckagung nicht wenig angereizet
werde.

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

A 3 Thunder

Thunder wider ereignet / gedenkt man
zwar ein wenig doran / vnd spüret was
es für ein gnade Gottes sey / allerley no-
turstt zur leibes nahrung teglich für sich
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 vnfuchtbarkeit / Den
schlüssel der Ernährung / vnd den schlüs-
sel der Todten greber. Dann gleich
wie kein mensch aus eignen freßten eine
guten nutzlichen regen vom Himmel fal-
len lassen / oder vnfuchtbare voraltete
weiber

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

Vnd zwar was die ernehrung des let-
bes betrifft / (dan von den andern drey-
en schlüsseln ich iſzo nicht sagen wil) habe
wir einen ausdrücklichen teutlichen be-
fehl / darumb zu Gotte teglichen zu ru-
ffen / wie aus der 4. bitte des Heyligen
Vater vnsers zu sehen ist. Vnd hat vns
ser H̄imlischer Vatter vns hiermit erin-
nern wollen / dz so oft 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-
dencken

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

Wie nun gesunder leib der herlichsten
Gaben Gottes eine ist in diesem leben/
ia das Leben selbst wie Marti. spricht/
Non est viuere sed valere vita: Also wil
Gott auch solchs von vns erkenet habe/
auff das wir dieses edlen schatzes warne-
men vnd recht gebrauchen/vns nit selbst-
mutwilliglich durch vnd entlich s leben
in frankheit sturzen vñ vnsere zeit jem-
merlich verkürzen / darumb befiehlt der
heilige Paulus zum col. 2. /des leibes zu-
verschonen/vñ dem fleisch seine Ehre an-
zuhun zu seiner noturfft. vnd zum 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 notturstt/ vnd des Leibes
warten/ so ist furwar nötig dz wir im es-
sen vñ trincken rechte maß vnd ordnung
halten/ die speise/ so viel möglich erkennē/
vnd nach vnserer gelegenheit vnd not-
turstt unterscheiden 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 unmenschlich in die-
sem stück vnachtsam vnd frech erfunden
werden/ Sintemal auch die vniernünn-
tige thire die speise/ so menschedlich/ von
den nützlichen zu unterscheidē wissen/ son-
dern es ist auch wieder Gott/ vnd eine
Sünde wieder das Fünffte Gebet/ wie
Christen bewust ist.

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

Die meisten franckheiten bey den vnsern/
nur entweder aus vnuerstande vnn
misbrauch des essens vñ trinckens/oder
aus vnordentlicher diet herfliessen/auch
zum östern beide gesunden vnd francke/
wes man sich in den hochmötigen stück-
en verhalten sol/bericht geschehen mus/
vnd ich derentswegen vielmals er sucht
worden/ als habe ich mit Gottes hülffe
die zeit über / do sonst nicht sonder-
lich viel bey francken zuthun gewesen/
Dis kurze Büchlein zusammen getra-
gen/vndem gemeine man zu einfeltigem
vnterricht auff etlicher bit in Druck ver-
fertiget / verhoffents es sol ohne nuß vñ
frucht nicht abgehen. Diese meine
geringschätzige arbeit aber habe ich E.
G. nach ißigem gebrauch darumb zu-
schreiben vnd dediciren wollen / dieweil
ich weis das E. G. iher Gesundheit wol
warnemen/vnd zu messigem leben vnn
ordentlicher diet in essen vnn trincken/
sonderlich lust vnd liebe haben/ sich de-
ren

ren auch alzeit besleisse/ welch's doch bey
hossleuten sehr selzam / vnd derwegen
E. G. desto rümlicher 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/ desz ich billich
mit danckbarkeit eingedenck bleibe. Zu
dem so hab E. G. ich hiermit gleich als
zum exempl lobblicher messigkeit/ vnd als
liebhabere aller guten Künste / Lehre
vnd ordnunge/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 fürnemen in nit
missfallen Sondern viel mehr günsti-
glich gefallē/vnd mich hinsort 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 vnd Ewige wol-
fart/

fart / seiner lieben Kirchen/ guten Kün-
sten / Vnnd Unterthanen zum besten/
AMEN.

Datum Erfurdt den XVII. Decem.
an welchem Gott der Allmechtige vor
alters seine drey diener Sidrach / Mi-
sach / vnd Abdenago / mitten im Feuer-
gen Ofen ganz vbernatürlicher Weise
erhalten hat / Weil sie vor dem guldnen
bilde / welches der großmächtige 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 diejenigen / welche ihn allein
mehr dann alle Menschliche gewalt
fürchten / vñ die warheit lieber habe
den ihr zeitliches leben / Amen.

Im Jhar 1579.

E. G.

Dinstwilliger Bartholo-
mäus Hübner.

D.
Eg

Speisebüchlein.

Sist meniglichen bewüst / das
der Mensch von Gott dem Almechtigen
also erschaffen / das an jm Leib vnd Seel
ganz wunderbarlicher weise zusammen gesaht ist /
vnd das aus sonderem raht GÖT tes der Leib
des menschens also zugerichtet vnnd ineinander
erbauet / das er ohne Speise vnd Tranck (dar
jko von andern dingen / welche die Erste res non
naturales nennen / nicht gesagt wirdt) sein erhal-
tung nicht lange haben mag. Sintemal wir se-
hen vnd aus teglicher erfahrung befinden / das
diese vnsere leibe nicht in einem zustande blicken /
sondern in stetigem abnemen / vnd wie es die ge-
lerte sein nennen / in cōtinuo fluore sind / Auch
kein augenblick vergehet / darinnen nicht etwas
von der natūrlichen feuchte / lebendige Geistern /
Ja auch an den gliedernselbst etwas vns abgehe /
dissipiret / vnd durch innerliche hitz in vns verze-
ret werde / Also das in kurze des ganzen leibes
substantia zerflissen vnd verderben müste / wo nit
an stadt dessen / das vns also für vnd für abge-
het / etwas anders erschet vnd restituireret würde.
Gleich wie ein Lampen Licht nicht lange weren
würde / wo man nicht oft frisch öhl dran gosse.
Vnd zwar wo diese abnemung nicht were / Son-
dern blicke jmerdat eine gleiche volkommenheit

vnD

und einerley zustand des Menslichen corporis/ so
bedürfsten wir keiner Narung vnd künften ohn
speis vñ trank alzeit dis leben anhin fortfüren.
Aber nu lest uns Gott der Herr est wider Hun-
gerig werde/ auff d̄ wir seine Almechtige Hand
vnd Väterliche forge für uns erkennen/ vnd zu
jhme vmb vnterhaltung des Leibes so wohl als
vmb der Seelen/ doch mit unterscheid / schreien
vnd russen soilen. Ist derwegen zu erhaltung
dieseschwachen/ gebrechlichen vñ sterblichen leis-
bes/ vnd also auch zum aller Edlesten schatz des-
selbigen/ der liben Gesundheit/ nichts notigers/
dann guten vnterricht vnd wissenschaft haben/
nicht allein was ein jde von Gott uns gegebene
vnd bescherte speise vor art / natur/ vñnd eigen-
schaft an sich habe/ vnd was sie vor eine narung
dem Körper vnd glidern gebe (dan hirin die præ-
suation stehtet) sondern auch was vor eine ord-
nung im gebrauch vnd geniſſung derselbē zuhal-
ten sey / damit sie nicht mehr schaden den nuz/
mehr zerſtörung den erhaltung vnd befoderung
der aller lieblichsten gesundheit bringen.

Dieweil dan hieuon meins wissens niemāt
sonderlich in teutscher sprach etwas in druck ver-
fertiget/ habe ich dem gemeinen man zu gut/ das
mit viel frant heiten verhütet würde/ so den mes-
sten theil aus vnoordentlichem Essen vnd trinke/
vnd der speise vnuerstand entstehen vnd verur-
sache

sache werden / die furze tractelein vñ speise blich
lein aus vieler hochgelerter alten vñnd newen
Doctorn verlassenen / vnd durch lange erfahrung
bekrefftigten schrifften / zusammen gezogen / das
mit nicht alleine die gesunden / sondern auch die
Kranken / welche nit alzeit einen Arzt ersuchen
oder bey der hand haben können oder wöllt / sich
etlicher maß daraus zuerschen / vnd was ihnen
nach eines iden natur complexion eigenschaffe
vnd gelegenheit beide in gutem vnd auch wieder-
wertigem zustande des leibes dinlich sein möge /
zuerachten haben. Den auch in Krankheiten
das förderste vnd fürneimste stück der Curation
in der diet / das ist / in rechtem gebrauch der din-
lichen speise stehet / vñnd gegründet ist / also das
viel Krankheiten auch ohne andere arzney al-
lein durch dis mittel von verstendigen Erzten
abgewent vnd weggetrieben werden können.

Bin derhalben der tröstlichen zuuersicht /
diese meine geringschätzige arbeit soll / wie sie sehr
nuze vnd nötig / auch bey vielen verstendigen vñ
Ihret gesundheit liehabenden / angenem vñnd
werd geachtet werden / vñnd ohne fromen nicht
abgehen.

Der almechtige Himsiche arz welcher nicht
allein alle unsere gebrechen heilet / Wie der
Prophet saget / Sondern auch Speis vñnd
Trank sampt andern Creaturen dem menschen

zu

zu diinst vnd erhaltung dieses Lebens erschaffen
hat vnd noch erhebt/ gebe seinen Göttlichen gne-
digen vñ vetterliche segen zu disem allem Amen.

Wir wollen aber dis Wüchlein in zweitheil
verfassen/ vnd im erste fürzlichen etliche gemei-
ne Regeln nach einander erzelen/ so im essen vnd
der diet zu halten 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 gewöhnlichsten vnd bey vns
am gebrauchlichsten spisen / beneben einer jeden
Natur vnd eygenschafft / desgleichen auch was
vom tranck disfals zu wissen/ mit wenig worten
beruren vnd überlauffen.

Etliche Nuße Regeln von der Diet speise vnd tranck.

Gestlich ist mit Höchstem vleis da-
rauff zuschen vnd achtung zugeben/ dz wir
solche Speisen im gebrauch haben/ welche
den Leib also nehren vnd erhalten / das so viel
möglich/ kein vrrat einigem glit oder theil dessel-
bigen daraus erfolgen oder entstehen könne. Sind
der halben die speisen zuerwählen / so guten sas-
narung vnd geblüte geben/ Dann böse feuchtig-
keiten des leibes/ dorauß die meisten frankheiten
entspringen

entspringen / kömmen nirgen anders mehr
her / dan aus solchen speisen / die bösen sattt vñ
dan vñreines geblüt geberen.

Zum andern Gute vnd dinliche speise aber
daraus guter sattt vnd narung durch die na-
türliche dauerungen bereitet / vñ zur erhaltung
des leibes in alle glieder aufgetheilet würde /
sind die / welche nicht zu hizig oder zu kalt / zu
feuchte oder dürre / zu dünne oder dicke / Zehe
schleimig oder dergleichen / sondern mittel mes-
siger art sind. dagegen leichtlich abzunemen /
welche fur böse vnd dinliche vnd schedliche spei-
sen zu achten sein / nach eines jden menschen
complexion / vnd zu stande / wie hieuon der fur
crestliche 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
dier zugleich allen vorschreibē / so wenig als ein
Schuster vber eine leisten allen Schue ahn-
machen würde.

Zum dritten sol auch die rechte quantis-
tet mensur vnd maß im gebrauch der speise ob-
seruirt vnd gehalten werden / darmit die natur
nit überladen oder beschweret werde. Sol der
halben ein liebhaber seiner gesundheit alwe-
gen vnd vornemlich dahinschen / las er jo nit
B mehr

mehr oder weniger speise zusich neime/ Dann
seine natur erfodert/ vnd vertragen kan Das
rumb Hipp. in Epidem sein spricht: Sanitatisstu-
dium est non satiari cibis&impigrum esse ad labo-
rem. die gesundheit stehet darin/das man sich
mit speisen nicht vberfülle/vnd zur arbeit vnz-
uerdrossen bleibe/ Item omne nimium naturæ
inimicum aller vberflus ist der natur zuwider/
vnsrer Eobanus hat hieuon auch ein sein ver-
gleich Sic pota ut sitias, sic ede ut elutias

Trinck also das dich wider dürst/

Ih dasstu wieder hungrig wirst.

Wñ s. Hieronymus sage Epist. 39. Medicus&tempe-
ratus cibus & carni & animæ utilis est etc. Und
hiersol eines jđern mage/ ob er kalt oder warm
Item das alter/ Sexus/ oder geschlecht/ sampe
andern vmbstenden vleisig betrachtet werden.

Zum vierden muß die qualitas das ist die
form natur vnd eygentschafft einer jđern spei-
se betrachtet werden. Van die gesunt sind sol-
len iherer complexion gleichformige speisen im
gebrauch haben / Die Krancken aber müssen
derer niesen/ welche iherer frankheit zuwider
sind (Sanitas enim conseruatur similibus, morbus
vero tollitur contrarijs) als zum Exempel in
hizigen schwacheiten sind külende/ in falten
dagegen wermende/in feuchten trockene vnd
in trockenen oder dürren feuchte speisen zu ge-
brauchen

brauchen/welche aber dieser oder jener art sind
wird im folgendē theil in sonderheit seyn kurz
vor augen gestellet/ Und hie muß eines jeden
temperament/ welchs die Barbari complex
ionem nennen/betrachtet vñ mit hülffe eines
sich verständigen arztes erkannt werden.

Zum funfsten ist die ordnung/ als eines aus
den aller nötigsten stücke/ auch woln acht zu
haben. Stehet aber solche ordnung darinnen
verspördlich dz weichevnd dawliche/ sette vñ süsse
peisen/ den harten düren vnd schwerdewlich
n vorgehen sollen. Da wo diß nicht geschiche
der gehalte wirt/ so verhinderndie vnuerdeu-
& temporeten vnten im magen die obersten/ so leichter
z. Zunawung sind/ das sie nicht können jren rechte
er warnung gang haben zu gebürlicher zeit/ dorauß da
t/ sampiel vnrat entstehet. Sind derowegen die wei-
verdenden gelinden speisen/ vnd die hale durchgehen
as ist dönen/den harten düren vnd vndawlichen/
ernspeise schlipfferigen den zusamme zihende/ die süß-
e sind solte den saure vñ stopfen den vorzuschicken vñ
peisen ist zugenuissen. Also sollen süplein/ pslaume/
er mussleiche eyer/ Kraut/ Ruben/ vñ ander derglei-
e zuwidderen zugemühe/ eher dan das Fleisch / gebras-
s, morbus/ Fisch/ krebs/ obs vñ quitten genosse wer-
tempel v. Welchs aber alles wie auch dzvorige vñ sol
in falte/ nur vñ den gesundē sol verstädewerde/
Ecke vñ sosten wo der leib zu sehr durchbrüchig vnd
sen zu gelüpffericht were/ müste dise ordnung vngie
brauche

vnnd stopfende den durchgengigen vorgezogen werden/ sonst könnte die speise nicht so lang im magen bleiben / bis sie vollkommenlich vertas wet würde. Und hier ist auch zumercken/das ob gleich zimliche verenderung vnd abwechslung der speise zuglassen/ ja auch nötig/die weil nit jünerdar einerley zugebrauchē vnd die identitas schedlich/ jdoch vil vñ mächerley son derlich widerwertiger art speise in einer mahl zeit/ daher die viel trachten oder gerichte zum überflus vnd verderbē erdacht gehörig/ keines wegs zu loben sind/ den was kan hierin vor eine 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 droben des Hippocratis meinung angezogen ist. sanicatis studium &c. Ferner ist hic zubehalten das allzeit das mahl / Es sey zu mittag oder abent/ am Essen vnd nicht am trincken sol an gesangen werden/ sonderlich so es Wein ist/ dan sonst derselbige so bald vnuerdawet in die adern gezogen vnd das geblüt d ar durch verschret wird/ aus welcher ursach auch man nit nüchtern trincken oder starcke weinsuppen essen sol. Vors sechste / weil die gewonheit gleich als eine angenomene natur ist/ wie die Alten gesagt haben/ conuictudo est acquisitione

cia natura, sol dieser auch in victu / das ist in der
speise vnd trancē beide der gesunden vñ frans-
cken mit sonderem vleis wargenommen wer-
den / Darumb die nicht zu loben sint welche zu
ploßlicher verenderung rähten. Und muß ein
Bernünftiger arzt hierinnen offt den gesun-
den vnd francken zuwillen sein / vnd zu ge-
brauchen das Jenige nachlassen / des sie am
meisten gewont sint / ob es gleich nicht sonder-
lich dinlich oder gut geachtet wird / in betrach-
tung / das die natur des Menschen durch die
in vorhinge welcher sie gewont ist / weniger verleket
vorat / werde / ob sie gleich nicht beim besten sind / dan-
durch die / welcher sie vngewonet / ob sie wohl
e vnd ob die allerbesten. Darumb spricht Hippoc : 2.
Etiam si deteriora sint, insuetis minus molestare
solent. & Galen. 8. Meth. terap. cap. 9. gau-
nittia solent naturæ consuetis semper. Die natur hat
sol alzeit lust zu deme / des sie gewont hat. So
gibt die tegliche erfahrung / das die speisen /
awet in welche der mensch mit begirde zu sich nimpt /
durch von dem magen desto williger vnd liber anges-
uch mannomē / vmbgriffen / vñ gekocht oder verdawet
insuppen werden / do dagegen in denen / für welchen
e gewon'r ein Eckel vnd abschew hat / gar das wieder
ist / wispiel geschicht. Und daher kommt es das offt
eit acquimals libliche speise oder derē eine gelüstet / wen-

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 m̄ste man den leuten / sonderlich den fran-
cken heucheln / vñ alles nachlassen / vor auff sie
fielen / wie esliche Fuchsschwenzer thun / dan
es heist / appetitus est nequam, der appetit ist offe
einschalck / dz ist / es begert einer off dasim nit
dinlich ist. Sondern dahin ist es gemeint / das
bis weilen der natur zuwifaren / vnd der ge-
wonheit etwas nachzugeben sey / das nicht son-
derlichen oder mercklichen schaden geberen fā
Welchs der Fürst Hipp. sein hat in diesen
worten begriffen 6. Epidem hæc sunt, in quib⁹
ægrotantib. est gratificandum, ut scilicet cibus &
potus pure conficiantur, grata etiam sunt quæ vide-
rint, & mollia, quæ tetigerint, sed non admodum
lædant & facile reparabilia sunt. Das ist / die stu-
cke darinnen den franken zuwifaren / sunt di-
se / das jre speise vnd trank sein reiniglich zu-
gericht werde / vnd ihnen angeneme sey / was
sie sehen / vnd weich was sie angreissen / aber
dz es nicht sonderlich ihnen schade / vnd kön-
ne der vnrat leichtlich widerabgewent werden.
Wo derhalben frankheit oder ander vrsach
hasten

halben/ die gewonheit verendert muß werden/
ist mit sonderer bescheidenheit darauff zudecken/
das solchs nicht auff ein plosz oder schnel/
sondern bedachtſa vnd gemachſam angestelleſ
vnd vorgenommen werde/ daruon dan Das
maseenus vnd andere Erthe weiter lehren.

Zum siebenden ist die rechte zeit zu speisen
auch zu halten/ beide beygesunden/vnd kräcken/
welchs auff Dreyerley weise zuuerſtehen.
Dā esſint erſtlich die 4. zeiten des jars nemlich
der Früling/ ſommer/ Herbst/vn Winter/dar
nach die jare oder alter der menschen / vñ dan
zum dritten auch die ſtunden des tages hierin/
wen die magen / wie Hipp. sagt am hizigſten
vn der ſchlaſſ am lengſtē ist/ bedarß der mensch
mehr ſpeife vnd narung/dan im ſommer / wen
die innerliche natur schwach vñ durch den heiſſ
ſen ſönen gläß die natürliche werme/ häpt der
feuchtigkeit vñ krafft/ ausgezogen / zerteilt vñ
in die glider zerſtrewet wirt/darumb zuwinter
zeit der ſpeife/ im Sommer aber am trinckē dem
menschen zuzulegen ist / wie auch im Früling
oder lenzen etwas mehr dan im winter/im
Herbst aber etwas weniger / dan im ſommer
getruncken/ vnd zu diesen beiden zeiten gute
temperirte vnd narhaftige ſpeisen genüge
werden ſollen / wie folchs die natur zum theil
ſelbst vns lehre

Also muß auch der unterscheid 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.

Dauon schreibt Hippocrates also: Se nes
facilime jejunium ferunt, secundo loco qui ætatem
consistentem habent, minus adolescentes, omnium
minime pueri, præsertim qui inter eos viuidiores
sunt. Qui enim crescunt plurimum habent innati
calidi, plurimo igitur egēt alimento, alioquin cor-
pus absuntur, senibus vero pārum calidi innati
in est, paucis propterea somentis egent quia à mul-
tis extinguntur

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 hize in ihnen/ darumb sie
vieler nahrung bedürffen/ sonst würden ihre
leibe verzeret/ die alten aber haben wenig na-
türlicher hize/ darumb sie desto minder na-
rung benötigt/ vnd werden von überflüß ge-
tötet.

Sonderlich aber ist auch der stunden des
tags in der diet oder Essen war zu 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/ chē die vorige speise genüsslich ver-
dawet/ vnd der leib von excrementis vnd vber-
flüß gereinigt sey/ da solchs beides sehr scheds-
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 gmeine sprichwole
optimum condimentum, der bestē 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 begert/vnd
sol jo dem hungerigen magen die speise mit zu
lange vorgehalten oder zu lange gefastet wer-
den/den sonst allerley böse feuchtigkeit aus dē
leibe hinein gezogē/ dadurch die speise zerstört
die dawung geschwechet/ vnd viel Krankheit
verursacht werde/ als ohnmacht/ schwintsucht
Feber vnd dergleichen/ sonderlich bey jungen
hizigen vnd biliosischen Menschen/ wie dīs
im latein in diese wenig wortē sein eigentlich
verfasset: diutius tolerare famem, ventriculum
malis compleat humoribus. Auch sol man beim
dīs fein aufrichtig siken/ das die speise mol
in den magen sich siken könne/nicht zu geling
oder behent halbgekauwt/ Sondern fein ge-
machsam Essen/etc. davon anders wo weiter.
Belägende das achse/weil auch die bewegung

des leibes zur dawung vnd vndawung nicht
wenig thue/ ist zu mercken / wie man sich hie-
rinnen sol halten. Und demnach alle beweg-
ung(von messiger wirt hic gesagt) den leib er-
wermet/vnd die natürliche werme des Men-
schen/ dardurch die dawug geschicht/erweck-
et/ sol alzeit des leibs/ja auch das gemüts; im
liche bewegung vor dem essen/ vñ mit nichts
balst darnach geschhehen / werden derhalben/
messige vnd sitsame vbungē vnd bewegungē
mit gehen/ reiten/ fahren/ springē/ spielen vñ
dergleichē/ als zur gesuntheit fast nüze/ billich
gelobt. Dan wie Galen. 2. de sanit bezeuget so
werden durch solche vbungē alle glider des lei-
bes gestecket vnd auff einander befestiget / die
natürliche vñ innerliche werme nit wenig ver-
mehrt / dadurch alle kresset gestecket vnd alle
wirkungen der natur volnzogen werden.

Item es werden auch dadurch alle innerliche
Geister des Corpers excitirt/erregt/ vñ gereis-
tigt/ die überflüssigkeiten des leibes durch die
luftlöchlein der haut ausgefütret / vnd die ges-
undheit/ also mechtiglich gefordert. Darumb
lehret Hipp. in Epid. recht/sagende: labores cibos
precedant, vbung sol vor der speisem hergehen/ vñ
anderswo: concoctio quiete perficitur, motus
autem ei aduersarius est, Zur dawung gehört
ruze/ dann durch grosse bewegung des Leibes
wird

wird sie gehindere. So spricht auch der Poet

Quid i. de, pont.

Ocia corpus alunt, animus quoq; pascitur illis,

Immodic9 contra carpit vtrumq; labor.

Die ruh erhelet des Menschen leib/

Das gmüt dardurch bey kressen bleibt.

Dagegen alles heids vmbkumpe

Wo man vnoordnlich muhe vornimpt.

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

Das ist / niemandt würde in eine frankheit
leichtlich falle/ wen ein sder mit vleis verhüte-
te/das er nicht vndawete / noch sich zu heftig
nach dem essen bewegete etc. Zum neunden d^z
trinckē in gemein belägēde/dardurch die feuch-
tigkeit des leibes gleich wie durch die speise des-
selbigen substanz/erstattet vnd erhalten wirt/
sonsten auch vehiculum cibi, der speise fuhrmā/
genennet wirt/sol fürzlich d^z gemerckt werde/
das hirinnen solche mas zu halten / wie dann
Gal. 7. Meth. Ichret/ das nicht die speise da-
rinnen im magen entpor schwimme/ oder hin-
vnd wider geschwicket/vn also die rechte daw-
ung verhindert werde. Eben aus der vrsachsol
man auch halt nach dem essen oder zwischē der
malzeit/ ehe die dawung im magē volnbracht/
darzu auffs wenigst 3. stüden gehörē/nit trinck-
en/es wer dā einer so gar durstüchig / das er
denschade des trinckēs so läg mit etratēkōte/dā

Dan einem solchem menschen ist bisweilen so
viel zutrinken nach zulassen/ als im seine be-
gierlichkeit vnd den durst kan lindern. Do aber
die dauerung volzogē/mag er desto mer trin-
ken nach seiner noturffē/damit also die narung
desto geschwinder durch den ganzen Leib zertci-
let vnd aus gefüret werde/welchs den durren/
magern vnd so fast abgenötigen zuvoraus nuß
ist. Unter dem Essen aber / oder weil man
isst vnd zu dische sitzet/ist besser wenig offt vñ
vielmal/ dan einsten oder zwier alzuviel vnd
sehr trincken / wie etliche im gebrauch haben/
die solche züge thun/als wolten sie sich erseuff-
en/das sie nerlich zum athem kommen können/
vnd mehr die augen dan den munde wuschen
müssen/welches eigentlicher sauffen den trin-
cken heist/ vnd den Kühen vnd vnuernunffigen
thiren cher dan Menschen hingehet/wol
haben die alten gesagte:

Inter prandendum tibi saepe parumq; bibendum.

So soltu trincken über disch:

Wenig vnd offt/ so bleibstu frisch.

So viel nu den trank an sich selbst belan-
get in seiner substanz/sol derselbige sein lauter
rein/ vnd klar sein / nach dem alten teutschchen
sprichwort:

Trinck was klar ist/ Iß was gar ist/ Res-
de was war ist. was mehr hieyon zu wissen/
wollen

wollen wir im andern theil / zu ende dieses
sbüchleins anzeigen/da in sonderheit von eilich
heim bey vns gebreuchlichem trincken bericht ge-
beschrehe sol. vnd dz sey vom ersten theil genug.

Folgen ordentlich etlicher Speisen Natur vnd eigentsschafften.

Das I. cap. vom lieben brodt.

L Echt vnd Wohl wird von vns
teutschengesagt/das liebe Brodt ist al-
ler ehren wert/ dan zu erhaltung vnd
sterckung vnsers sterblichen leibes nichts ge-
meiners noch frefftigers erfunden kanwerde/
dan das liebe Brodt/ daher es auch sonder
zweiffel den Namen hat/von dem Grichischen
wörlein *Spwτέσ* das ist speise / dz es nicht als
lein am meisten speise vnd nehre/oder/ wie die
schrifft dawon redet/des menschen Herze ster-
cke psal. 104. Sondern auch das es alle ande-
re speise ziere/ schmackhaftig vnnnd angenem
mache/ wie wir sehen vnd erfahren/ das ohne
das brodt keine speise mit sonderm nuk vnnnd
frucht genossen kan werden.

Es wirt aber aus mancherley getredig brot
zugericht vñ gebackē/wie Athenaeus weisseuff-
tig vnd Dodonaeus aus im fürstlich erzählt da
rum auch

6.
Darumb auch nit alles brodt einerley arte vñ
eigentshafft hat. Doch ist in gemein zuwisse
das zur auserwehlung / vnd gute des brodts
furnemlich dise eigentshafft gehören. Erstlich
dþ es aus gutem Korn oder getredich gemacht
werde welchs nit zu alt verlegen / aus gedorret
schwarz / modericht oder dergleichen breschafft
tigey / Darüb auch dþ Weizenbrot den vorzug
hat vnd dþ furnembste vñ gesundeste ist vnter
andern allen / sitemal es aus der aller besten
frücht / die aus der erde wechst / zubereitet wird.
Zum andern sol das brod gut vñ gesunt sein /
so ist von noten dþ es zuvor recht zugericht vñ
wol gesewret sey. Dan wie Gale. i. de alim. cap. 9
bezeuget / so ist das brod am besten vnd leichste
zuvor dawen / dþ wol angesewret / fleisig durch
knetet / vnd in recht erheisten backoffen / wie
sichs gebürt / zugericht vnd ausgebacken ist.
Welchs aber zu wenig gesewret / gibt wol auch
nachdes Auerennæ meinung viel narung / aber
doch macht es leichtlich verstopfung in der le-
ber vnd kleinen aderlein vñher / schwichtet die
milz vñ gebicret den nieren stein / wo nit ders
geneust sichstaret vbet. Daraus zuschen / das
niemäde dþ brot dinlich sey / welchs gar nichts
verschwret / vnd derwegen az ymos panis genant
wirt. In pestilenz zeit wird nützlich im seuren
ein wenig essig mit vnter gesprengt. Zu drit-
zē sol gut brod sein aus gebacken / aufs gecriben
leicht / löcherig oder eugig sein / nit schwer deick

oder zusitten klebent / vñ da es aus dem gäss
en vngesegten meel / welchs Dodon, confusane-
am farinam nent gebacken, wirt (heist bey den
Griechen οὐτόποος) wirts vōetlichē mer gelobe
dās chr verdaut vñ durch dē leib geht / wie woh
es weniger nehret. Vors vierde gehöre d̄z dar
zu d̄z es zimlicher masse gesalzēsey / dan welche
zu sehr füsse / stopfet gemeinlich / d̄z aber al-
zusehr vorsalzen dorret zu sehr / darumb mu-
d̄z mittel recht troffen werden. Und alshier is
auch zu mercken das die frume oder inwendig
theil des brots der rinden vor zu zihen ist / da
doraus bessere schleunigere auch werhaftige
narung dem leib entstiehet / dā aus dem ander
so auswēdigsteht / aus welche bey etliche leich-
lich Colerischscharff vñ schwarz melacolische
blüte erfolget / sonderlich wen dieselbige rini
etw̄z zudürr oder zu hart verbrät. Doch mu-
gen diejenigen / so einen feuchten magen ha-
ben zuschlissung desselbigen zulezt auff ander
speise ein feines reines rennstlein zusterkung
des magenmūdes vnd nidertrückung der speis-
sicher zu sich nemen zu dem sol dein brot mit zu-
das jung noch zu alt sein (dan je elter brot je schw-
er zuuer dawen) sintelmal welchs erst aus d-
antoffen hergehett / vñ noch warm ist / blehet dei-
en leib / stopfet / macht durst / beschwerung de-
it heupts vñ dergleichē vntuist wie Hip. vñ Aunc
vermelden / obs wol chr dā d̄z gar alte zudan

Auch

Auch hat es den nuß/das der geruch davon d;
Herz vnd lebendige Geister über die man sehr
stercket/ daher man im Laertio lib. 9. liest/
d; Democrit. sein leben drey tage allein durch
diesen geruch erhalten habe. Darumb ist es
fast gut wieder ohnmacht/beuoraus wens zu-
vor in guttem Wein genecket ist/ vnd also vor
die nase gehalten oder vnter die Zunge gelegt
wirdt. Gar alt brodt aber/welchs zuhart aus
gedorret oder schmlichte wordē/ taug zur na-
rung nit/ dan es zu sehr trocknet/ derret vnd
vnrein Melancolisch geblütte macht/ das sey
nun in gemein alhir zur kürzen erinnerung
genug gesagt.

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

Necdotes poteris similæ numerare, nec usus,
Pistori toties cum sic & apta coquo.

Das

Das Semmelmehl nicht gnugsam kan
Gelobt werden von jederman/
Dann es gibt nuß vnd fromen gros/
Beim Backr vnd Koch ohn vnterlos.

Gehört derhalben diß beschribene weisse
Brodt/panis primarius genandt/sonderlich
vor die Herrn vnd diejenigen/so nicht schwes-
re arbeit thun/wie auch Iauenal. hieuton sagt
Sat. 5. Sed tener & nūeus molliq; filigine factus,
Seruatur domino, &c. Dann dem Gesinde vnd
arbeitenden Volcke ist ein grōbers vnd ge-
meiners Hausbrod viel gesunder/welches nicht
so aus reinem Mehl gebacken/vnd darumb
panis secundarius, cibarius vel gregarius vom Ci-
ter. 5. Tis. genenret wird/als da ist das gemei-
ne Rockenbrodt/dann sie ein solches mehr sters-
cket vnd nehret. (wo es anders recht ausgeba-
cken/vnd andere conditiones an sich hat.)
Den Kranken aber ist diß gemeine Brodt
nicht dienlich/weil jr Magen zu schwach dazu/
vnd es sonst auch leichtlich bey müssigen
verstopfung vnd vrein böse Geblüt machen/
daraus der Scharbock vnd andere langwiri-
ge beschwerliche Krankheiten entstehen/son-
derlich wenn es aus bösem anbrüchigem Ro-
cken gebacken wird/daraus oft auch ein Pe-
stilenz vnd Landsterben erfolgen kan. Gleichs
fals sind mit nichts 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.

Nechst dem Rockenbrod wird gesetz das aus
Spelz oder Dünckelkorn an etlichen orten /
sonderlich in Schwaben / gemacht wird / da es
denn auch dem Rockenen / nach des Dioclis
meinung / vorgezogen / vielleicht weil es weiss-
ser vnd gutes geschmacks ist. Dioscorides
schreibt das daz Brodt besser nehre / denn das
aus Gersten kompt / sezt auch Galenus seine
krafft ins mittel zwischen dem weizen vnd
Gerstenbrode.

Das Gerstenbrode aber ist kalt vnd tro-
cken / gehet am schnellsten durch den Leib /
daraus erscheint das es ganz geringe Narung
gebe / zuuoraus so es nicht aus den besten aus-
criesenen Gerstenkörnern gebacken wird. Je-
doch sezt es P. Hassardus / der neuen Erzt ei-
ner / nechst dem Weizenbrode / wenn die beste
Gersten darzu kommen ist / vnnnd sagt das es
nicht viel geringer sey denn dasselbige / daher
es auch bey den Alten / sonderlich in hizigen
Lendern / in vielem gebrauch gewesen / wie sol-
ches vnter andern auch die Euangelische His-
torien uns leren / da wir sehen das vnser Hei-
land

land vnd seligmacher Ihesus Christus mie
fünff Gerstenbrod etliche tausent Menschen
gespeiset hat. Aber bey vns halt ich sey diese art
dinicher/wenn man nicht eitel Gerstenmehl/
sondern etwan den dritten theil vnter anders
gemenget/ backe / wie ich furz vormeldter zeit
in den thewren Jahren an vielen orten dieses
Landes gesehen/ vnd solchs Brods oft neben
andern statlichen Leuten gessen habe / ist vns
Gott lob allen wol bekommen/wird schön gels-
blich vnd gutes geschmack's. Ein gelerter
Mann / den ich hiebeuor genent / vermeldet
das wer dis Brod nüse / werde nicht gebrech-
lich an den Füssen/ welchs ich aber noch nicht
erfaren.

Viel weniger nehret das Kleyenbrodt/
welchs ganz vngestalt anzusehen / vnd von
dem Pacuuio sordidus panis nicht vnbillich ge-
nennet wird.

Das Haberbrod aber übertrifft weit mit
feste vnd trockene das / welchs aus Gersten
kömpt/ist harter dawung / vnd 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

E 2 gütige

gütige Gott gebe / das wir solches ferrer nicht
bedürffen / sondern bey vnserm teglichen weis-
sen gesunden vnd schönen Brodt / seine gütig-
keit / Vaterliche vorsorge vnd gnedige Vrou-
dens vor uns arme Brodtwürmlein mit ge-
bürlicher danksgung vnd reuerenz allezeit
erkennen / Amen.

Das ander Capittel / Vom Fleisch.

SAs Fleisch / welchs wir in ge-
meinem gebrauch haben / ist / wie der
hochberümbte Galenus schreibt / man-
cherley / nach art der Thier / dawon es kommt /
In summa aber vnd kurz daruon zu reden ist
es zweierley / am vnd wild / vnd ist beides ent-
weder frisch vnd grün / oder dürr vnd einges-
salzen / welchs etliche eingepickt Fleisch nenn-
en. Das von zamen einheimischen Thieren
genommen wird / ist nicht so hizig vnd trocken /
neht auch besser / vnd ist dawlicher / dann wel-
ches von wilden Thieren ist . Vnd je weisser
Fleisch / je besser narung. Also geht das von
Weñlin 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 zuvor. Sauanorola tract. 2: cap. 8. Item /
Das auff dem Felde auffezogene vnd gewei-
dete / dem das daheim im Stall gemestet ist
worden. Desgleichen sind die beweglichen
Glieder besser denn die vnbeweglichen / beide
an vierfüssigen Thieren / vnd Vogeln. Ge-
salzen Fleisch / sonderlich wvens alt oder im
Rauch lang gehangen / gibe böse Narung vnd
faulend geblüt / fodert einen starken Magen /
vnd weil es durch solche zubereitung hiziger
vnd därrer wird / ist nicht jederman zu zulas-
sen / vnd nur bisweilen im Winter zugebrau-
chen. Und durchaus ist kein Fleisch von Thi-
ren oder Vogeln gesund / (mit Fischen hats
ein ander meinung) es sey denn zuvor wol er-
faltet / vnd zum wenigsten ein tag vor dem ge-
brauch abgethan. Die Fleischbrühe ist sehr
gesund vnd der Natur angenem / hat auch in
der Arzney iren nuz.

Von dem schweinen Fleisch.

BEin Fleisch ist unter allen / sagt
Aetius / das dem Menschlichen neher
vnd gleichförmiger sey / dann das
schweinen / darumb es auch am meisten nehrt /
wo es recht verdawet wird / vnd nicht zu alt
E 3 ist.

ist. Gal. Sein Natur ist warm vnd feucht/
derwegen es gebraten besser denn gekocht (wel-
ches von allen Thieren / die feuchter Complex-
zion/zubehalten. Aſſatio enim ex ſententia Gale.
humiditatem moderatur.) Item das im Salze
gelegen oder gereuchert / wirt bequemlicher ge-
acht / ſol aber nicht in ſtecken gebrach ſein.
Sonderlich loben die Erze aus dem Gale. 3.
de aliment. junge Fercklin / bey zimlichem Al-
ter / recht zubereitet vnd gebraten / wie folches
den Leckermeulern nicht unbewußt / vnd ſaget
die ſchola Salernit. daß Wein darzu gehöre/
weil diß Fleiſch phlegmatischer Subſtanz / ſey
also genützet nicht allein ein Speiſe / ſondern
auch ein Arzney. Gleichfalls werden die Ge-
derme oder Eingeweide des Schweines / aller
anderen Thier Gederme vorgezogen / weil ſie
mit fleiſch ausgemetet / vnd mit gutem Blut/
welches dem Menschlichen ganz ehnlich / aus-
gefüllt vnd zu Würſten gemacht werden. Ga-
len. lib. 10. de ſimpli. facult. Cap. 2. Dieses alles
aber ſamt anderem / ſo hierinne geschrieben
iſt nur von gesunden Leuten / die jung vnd
ſtarck ſind / keine verstopfung oder böſe über-
flüssige feuchtung im Leibe haben / vnd ſonder-
lich iſt diß von denen ſo groſſe arbeit thun / als
Bauern vnd Handwerksleuten / die ſolcher
ſtarcken

starcken vnd krefstigen Narung bedorffen/zu-
uerstehen. Dann denen so in Müssiggang
vnd ruhe leben/ ist besser leicht / dünne / subtil
vnd mager Fleisch/nach der lere Rhasis. Fer-
ner so ist das von wilden Schweinen besser/
daran von einheimischen / aus vorangeregter
vrsach/weil dieselbigen nicht so feuchter Com-
plexion sind / vnd sich mehr mit lauffen / auff
den Bergen vnd in Wälden in frischer Lufte
bewegen. Darumb jr Fleisch auch nicht so
gar sezt wird / bessern saft vnd geblüte / vnd
weniger überflüssigkeit/Wust vnd Schleims
gibt/dauon ist nicht mehr.

Bock vnd Ziegenfleisch.

BOn den jungen Böcklin oder
Geislin/wenn sie noch saugen / doch
nicht zu gar junt oder alt sind / mö-
gen Gesunde vnd Krancke essen. Dann sie
temperirter Natur vnd leichter davung sind/
geben rechte feuchtigkeit/darunter nichts schad-
liches vermischet/ Rhases vnd Auerrho. Die
rötlischen/ gräwlichen / vnd deren Farb sich
zu schwerze neigt / beuoraus auch unter den
Ziglin. Item die Gempsen werden vom Rha.
Sethi/ Baldacho / vnd andern vor die besten
geachtet/

geachtet/ vnd sind in sonderheit denen nüze/ die warmer truckener Complexion vnd zarter art sind/ oder in müsiggang leben / gesünder gekocht dann gebraten. Den arbeitenden aber vnd Sawren geben sie geringe narung/ dann jr Magen solche Leckerbissein nicht achtet/ sondern starcke widerhaltende Speise/ daran er ein weil zu kawen hat/ erfodert. Alter Hocke Fleisch ist nicht allein des gestankes halben zu meiden/ sondern auch weil es dem Magen sehr zu wider/ hart zu uerdauen vnd böser narung/ dann oft quartanae/ das ist/ vier tägige Fiber darauff erfolgen. Glicher weis ist auch der alten Geiß oder Ziegen fleisch genzlich zuuemeiden. Hippocr. 4. de viet. acut. Doch wirds im anfang des Sommers/ wenn sie gute kreuter essen/ zugelassen. Dann zu der zeit sind sie etwas besser/ dieweil bey allen Thieren das Fleisch am meisten jrem futter oder speise sith 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 besten/ dann es ist wenig warm vnd gibt zuviel Feuchtigkeit / sonderlich wenn mans erst von der Mutter nimpt / dann je jünger

ünger / je feuchter. Darumb ob es gleich nicht
vbel schmeckt / schlupffet es doch zu bald durch
den Magen / ehe die dawung geschehen vnd
zuuoraus in feuchten Magen / gibt viel böses
Phlegmatisches schleims. Der wegen Isaac dis
Fleisch nicht lobet / es sey denn der Mensch tru-
ckener Complexion / wvens aber ein gute weis
nicht mehr gesogen / lessis Auerrhöes zu / vnd
saget das es gut sey gesunden / aber nicht kran-
cken. Wie auch von jungen Hameln vnd
Schepsen / so nicht zu alt vnd auff dürrer weis-
de gangen / dann gar alte Schaffe oder Has-
mel sind / als die bessere nahrung vnd geblüft ma-
chen / zuuermelden / es sein dann gesunde star-
cke Magen / die es vertragen können.

Kalbfleisch.

Kleisch von erwachsenen feisten
Kälbern / ist leichter dawung / gesunder
narung / beide gesunden vnd kranken
nicht vndinlich. Do es aber zu jung / vnd zum
wenigsten vnter 6. oder 4. Wochen / istt ganz
vngesund / dann es noch voller überflüssigkeit
vnd böser feuchte stecket / ist derhalben hier das
rechte mittel / wie auch in allem andern / zu be-
trachten.

Kindfleisch.

K 5 **Ochsen**

Gehensfleisch ist das aller trockenste/hartdawig/ doch nahrhaftig/ den arbeitenden mehr bequem / dann den Müssigzüngern / bey welchen es nicht gut Geblüt macht/sonderlich wenns alt/gedorret oder gereuchert/ dann es liegt lang im magen/ gebirt Melancolische feuchtigkeit/vnd daraus erfolgende Krankheiten / als sind / Reudigkeit/Aussaz/Krebs/Milchsucht/Quartan/ vnd dergleichen. Darumb ist es nicht ein böse meinung/daz die unsern gemeinlich die rinderne Braten zuvor in gutem starken Wein etliche tage wol erbeizzen lassen / dann sie durch diese zubereitung mörber / lieblicher zu essen/vnd gesunder werden.

Der alten Kuh ihr Fleisch sol den Dreschern vnd groben Leuten / die es ausarbeiten vnd verdauen können/gelassen werden / sonderlich / wie unten gesaget wird werden / das Eingeschneitte / Sülzen vnd Kurteflecke von jnen/ Quo senior bos est, hoc caro peior erit. spricht Eoban. Die Brühe dient denen die aus scharffer Gall/das durchlauffen haben.

Hirschen Wildpret.

Der

Er Hirsche Fleisch ist kalt vnd
trocken / hart vnd schwer zu dauen/
gibe Melancolisch geblät/vnd böse na-
rung/wie alles ander gleicher art Fleisch auch
thut. Gal. in lib. de aff. ren. Das Herz des
Hirsches ist gut vorgisse wie Thriack/ so wer-
den auch Weinlin darin gefunden / welche in
der Arzney zu herksterckung offt gebraucht
werden. Der schwanz aber am Hirsch ist gifte.
Simeon Sethi schreibet / das sonderlich im
Sommer der Hirsche Fleisch böse vnd giftig
sey/weil sie zu der zeit/wie auch Plin. meldet/
mit ihren Nasen offt 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 hizigsten. Welche dieses Flei-
sches zu viel vnd offt essen / werden an der Le-
ber vnd Milz verstopft/ bekommen schwache
vnd zitternde Glieder daouon. Junge Reh-
böcklin sind weniger schedlich/dann je elter die
Thier / je herter. vnd erger Fleisch sic haben.
Darumb schleust Eoban. von allen Thieren
aus Aegineta also :

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

Hasen.

Hasen.

Hasenfleisch ist falter vnd trockener temperatur / vnd derwegen denen nüze / die den Leib austrocknen wollen. Welche aber ohn das durre sind / den ists weniger dinlich / dennes macht grob Geblüt / vnd obs gleich dem Magen nicht böse ist / stopft es doch den stulgang / derhalben es den disentericis die den Blutgang haben / diene / treibt den Harm. Hipp. 2. de diet. Isaac sage / Dis fleisch sey mehr vor eine Arzney / dann eine Speise zu achten. Martialis wird gern Hasen gessen haben / dann er lobet sie für allen andern vierfüssigen Thieren / deme folgen die nach / so für geben / das ein Mensch sieben tage schön bleibe / der vom Hasen gessen habe. Aber die reden vielleicht vom geblüt des Hasens / welches Gal. aller ander thier / auch der Vogel blut / derer fleisch doch sonst anders übertrifft / vorzucht. Junge Hasen sind leichter davung vnd gesunder denn die Alten / sollen auff der Jagt gesangen / nicht in Stuben oder Heusern afferzogen werden. Und ob sie wol gebraten besser schmecken / sind sie doch gekocht gesunder. Manard lib. 13. Epist. 4. Hasen sprung vnd Rehspnug zustossen mit Polcy eingeben / födert in Kinds nöten die Geburt. Hieher

Hieher gehören auch die Königlein oder
Kaninichen/ 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 macht Harmen.

**Das 3. Capittel / Von den Gliedern/
vnd was sonst von Thie-
ren kommt.**

Hirn.

Hieses Gehirn ist kalt vnd feucht/
macht dem Magen vntwillen 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/gessen werden / sonst ißt dem Magen
überaus schedlich. Kranke vnd die nicht gro-
ßen Hunger haben / sollen sich darfür hüten.
Galenus sagt gleichwol daß es den Leib auch
nehre/wenns recht zugericht werde/ als wenn
mans über dem fewer rösten oder braten leßt.
Und Rhazes setzt darzu daß es hizigen Natu-
ren / keinesweges 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 Aueen-
na die besten. Hasengehirn fodert der Kinder
zähnen/wenn man jnen das Zansfleisch damit
schmiret / wie auch Butter mit Honig vermis-
schen/ aber Hundsmilch ist hierzu noch besser.
Gratarolus schreibt in seinem Büchlin de me-
moria / dasz der Hüner gehirn das gedecktnis
vnd den verstand des Menschen mercklich
stercke/ aber das sey gnug hieuon.

Marck.

Medulla die nahrung inswendig
im Bein/das wir das marck nennen/
ist temperirt/nit zu kalt noch warm/
erweicht/wermes/macht dünne / dauron saget
Gal.wie vom Gehirn dasz 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 istt nicht angenem / wo mans nicht
würzt oder salzt. Sauanorola schreibt/Er
hab bey sich vnd vielen andern erfahren/wenns
warm/wenig vñ mit Salz genüzt werde/das
der Magen dardurch gestercket vnd der appes-

tit

tit erregt werde. Hirschenmarck ist das beste/
dem folgen/ Kelberns/ Ochsens/ Zicens vnd
Schepsens/ Dioco.lib.2. Cap.69.

Augen.

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

Gurgel/ Ohren/ Nasen.

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

Zungen.

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

Euter.

Her Fleisch ist feucht zu felte ge-
neigt/werden derhalben billich gebra-
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 födern die Milch.

Lungen.

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

Herz.

Erzen sind ziserlicht vnd hart/
heis vnd trocken sagt Thadeus. Etliche
andere sezens vnter die kalte Complexi-
on/wenn sie als speisen betracht werden / sind/
wie

wie ihr Fleisch ausweiset harter davung vnd
von geringer nahrung / doch nehren sie mehr
nach rechter verdawung / dann sonst / sonder-
lich wenn sie von jungen Thieren. Derwegen
schreibt Gal. Das sie mit Salz oder Würze
sollen genützt werden. Des Hirschens Herz
dient aus sonderlicher eigenschafft / wie auch
droben angezeigt / wider vergiftung. Plinius
sagt das der Lerchen Herz vor das Grimmen /
Colica genant / diene / wenns nur oben an die
dicke des Fleisches gebunden werde. Eiliche
habens frisch nützlich hirzu gessen.

Magen.

Sie Magen sind kaltes truc-
kes temperaments / darumb sie nicht
leicht zu verdauen / vnd geringer nah-
rung.

Leber.

Leber sind warm vnd feucht /
werden langsam verdawet / geben grob
Geblüt. Es ist aber zu mercken das die
Glieder allweg derer Thier Complexion zu
achten / darum sie genommen werden. Unter
den vierfüssigen Thieren sind die besten / Bos-
sleber / Kalberne / Schweinene / vnd von
Vögeln / Hühnerlebern / von feisten Gansen /
D Enten

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

Milz.

Meil die Milz des Melancholis-
chen geblüts quel vnd fiz ist / taug sie
nicht wol zu essen / sie komme den von
etlichen jungen wolgemesten Thieren. Der
jungwechsigen Schweine milz gebraten ist et-
lichen ein Leckerbisslein.

Niren.

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

Derm.

Derm oder Kutteln sind falt-
vnd trocken / schwerer dawung / gro-
ßer vnd geringer böser narung / dar-
umb

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

Füsse.

Siese sind getemperirter werme/
geben zehn feuchtigkeit / sollen wol ge-
kocht vnd dann mit Sals vnd Essig
gesessen warden. Rhases spricht die Födern sein
besser dann die hintern / welchs auch sonst
durchaus zuerstehen von allen Gliedern.
Dann allezeit die Födern die Hintern / vnd
die Rechten die Linken / die Eusserlichen die
Inwendigen / etc. vbertreffen.

Schwanz.

Ser Schwanz ist etwas mehr
in der Speise dienlich / wegen seiner
stedten bewegung. Dann alle Glieder
die beweget werden / gehen den vnbeweglichen
vor. Idoch weil er schwerer dawung / vnd den
Lagen etlicher maß zu vnvillen erregt / auch
die rote Choleram bringet / sol nicht zu viel
auon genuzet werden.

Haut.

D 2 38

Gest kalt vnd trocken/macht vñ
rein Geblüt vnd viel verstopfung im
Leibe/wird besser wol gekochte vnd mit
Essig vnd Würz genossen.

Feiste vnd Schmalkz.

Gutes Fett ist warm vnd feucht/
macht den Magen schlipfericht/vnwi-
lig / eckelhaftig/zerstört die Speise im
Magen das sie nicht wol dawet/ gibt böse na-
rung. Das Schweinen schmalkz aber wirkt
nützlich zur bereitung anderer Speise gebrau-
cher/desgleichen der Gense vnd anderer Bräu-
ten feistes gibt dem Zugemüse guten Ge-
schmack. Feisten Sewspeck vber Wunden ge-
legt/sol wunderbarlich heilen.

Vom Blut.

Ges Blut ist von Natur alles
warm/jedoch eins mehr dann das an-
der/ in der Speise werden färnemlich
gebraucht der Hasen vnd Reheschweis / da-
aus macht man/wie auch aus Genz vnd Ent-
enblut/schwarzen Pfesser/wie wirs nennen
Das Schweinen blut gibt vñb Martini vñ
Weihnachten gute Würste / dann es ist den
Menschlichen am ehnlichsten / wie auch von
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 Ark-
ney genützet 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 / auss-
drütreiben / 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 zuvor erwallet vnd abge-
scheumet. Jungen Leuten / Weibern vnd
Kindbetterin ist er nicht nützlich.

Milch.

Mrische Milch ist falter feuchter
Complexion / gibt viel nahrung / gute
Geblüt vnd macht feist / welchs sonder-
lich von der Buttermilch zuuerstehen. Plinius
zeigt andah die Böcker Arcades etwan kein
Arzney gebraucht / sondern nur allein Kuh-
milch im Meyen / wenn alle Kreuter am kreß-
tigsten / genutzt / vnd jr leben also auff viel jat
erstreckt haben. Und ist dis nicht ohn ursach
geschehen / dann Milch ist nichts anders darin

○ 3 Blut

Blut das zweymal gefochte ist/ gehört aber ein
guter Magen dazu / sonst wird sie leichtlich
corrumpt vnd zustore / welches abzuwenden
etliche Sals/ Honig oder Zucker dazu genies-
sen. Sol denen die gar durstig sind / viel
Hauptwehe / Schwindel / Fallende sucht / das
Fieber oder Kalte haben / Leber vnd Milzsucht
sind / mit nichcen geben werden / es sey dann
Sawrmilch / die von natur füller vnd truc-
ner / dann die füß. Milch ist besser allein ohn
andere Speise / vnd gesotten / zuvor aus aber
ohne Fische gerücket / vnd des Morgens wenn
sie noch warm vnd erst gemolcken / besonders
den Lungensüchtigen / vnd denen scharffe flüss
vom Heupt auff die Brust fallen. Unter al-
ler Milch ist Frauenmilch die beste / darnach
von Zigen / Kühen vnd Schaffen / dann E-
selsmilch / welche den Schwindesüchtigen mehr
dann andern dient / Trall. bey uns 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-
oft genützet schadet sie den Zenen / vnd macht
sie wackelt vnd löchericht. Darumb ist gut
nach jrem gebrauch den Mund mit vermischt
sem wein wider ausspülen / aber warme milch
im Mund gehalten / seubert das Zansfleisch /
vnd macht die Zene feste.

Molcken.

Molcken.

SAs Molcken zertreibet vnd macht subtil/durchdringt/wescht vnd einigt viel. Schola Saler. Darumb istt dien ich zu hiziger Gall vnd verbrandter feuchtigkeit auszufüren/ dien wider verstopfung/macht weich / wescht abe vnd füret aus. Es ist aber zweyerley Molcken/ etlichs nennen man Stozmolcken oder Buttermolcken / so von der Butter kömpt/ dß mögen die hizigen febricitanten gebrauchē gleich wie sawrmilch. Das ander Molcken ist Resinolcken/ vnd hic ist immer eins besser denn das ander/darnach eine Milch die ander übertrifft. Ist warm vnd trocken / wird süß / gemeinlich zu erweichung des Bauchs vnd purgirung gebrauchet / sonderlich das Zigenmolcken/ welchs auch gebrüten alle innerliche verstopfung der Gederm/ Mutter vnd Blasen reiniget/ vnd heilet/ vnd dienet denen/ welche von vielem trinken hiziges Weins vnlustig sind.

Von Kesen.

BEs ist die dickste vnd größte Substanz der Milch von der dünnesten vnd lautersten abgesondert/ der best ist

24 50

So von frischer / süsser / seissler Milch mit dem
rohm gemacht wird. Ein newer frischer vnges-
salzener Kese gibt gute narung / bekämpft dem
Magen fast wol / dann er ist leichter zuuerda-
wen / darzu erweicht er den Leib vnd födert
den Stulgang. Darumb ists recht gesagt :
Caseus quo lacti propior, eo melior. Je neher der
Milch/je besser keß. Und sonderlich im Som-
mer ist newer Kese / im Winter aber alter zu
nutzen/ Dann dieser ist schwerer zuuerdawen/
stopft den Stulgang / gebirt viel Schleims/
Doch schadet er arbeitenden Leuten weniger/
Dann er stillt jnen den Hunger/vnd drückt die
speise niddrer / wie die alten Verslein lauten :
Caseus est nequam, quia digerit omnia se quam.
Item, Caseus & panis sunt optima fercula sanis.

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 Flüsse. Alten stinkenden
madichten Keh mögen die essen/die lust darzu
haben / wie gut vnd nütz der sey kan ein jeder
hey sich selbst leichtlich erachten.

Von Butter.

Die

Sie Butter ist das beste vnd sei-
steste von der Milch/ vnd wird nützlich
innerlich vnd eusserlich in Speis vnd
Arzney gebraucht/ ist gleicher Natur mit dem
Höl vnd temperirter werme/ feuchtet/ löset
abe/ gehet leicht durch den Leib/ wehret dem
Gifft. Sol vor vnd nicht nach der Speise/
auch nicht zu viel oder in stettigem gebrauch
genossen werden/ sonst kan Aussaz daraus ent-
stehen/ sonderlich wenn man viel Weins drauff
trincket. Die siets husten vnd voll vmb die brust
sind/ sollen der offtmals gebrauchen/ dann sie
macht wol auswerffen/ wehret der Lungen
sucht vnd Seitenwehe.

Vom Gerünkel.

Gragulum zu Deutsch Gerünkel
oder Laep/ ist die gerunnene Milch in
dem Magen der jungen saugenden vier-
füssigen Thier/ ist alles nach des Galen. lehr/
scharffer zerteilender trücker natur/ was ge-
runnen ist/ das zerteilts/ vnd was zertrent ist
das macht geronnen vnd bestehen. Das Ge-
rünkel von Hasen/ Kelbern/ Zieglein/ Lem-
mern/ Hirschen/ Rehen/ Gemsen vnd dergle-
ichen ist gut wider eingenommen Gifft mit
Wein getruncken/ mit Essig aber zerteilts die
gerunnene Milch im Magen/ ist auch gut so

Os jemand

jemand geronnen Blut im Leibe hette / vnd
hierzu ist das Hasengerünzel am besten / eines
halben quinslins schwer eingeben. Auch dient
diz Hasengerünzel mit Essig vermischt vor
die hinfallende Seuche vnd Onnachte / so von
auffsteigen der Behrmutter kümpe. Galen.
Stillet alle Bauchflüs vnd Blutspehen / vnd
hat viel andern nuz mehr in der Arzney / das
uon findestu anderswo.

Das 4. Capittel. Von Vögeln.

Alle Federvihes vnd Geudogel-
fleisch in gemein / gibe weniger nahrung.
dann der vierfüssigen Thiere / dann jhr
natur ist warm vnd feucht / aber besser vnd
leichter zu erdaten dann ander Fleisch / dar-
umb esliche Vogel als Rephüner / junge Hen-
nen vnd Hanen / Capaunen / Phasianen /
Krametvögel / vnd dergleichen auch franken
zugelassen. Dagegen jnen Gense / Entten /
Pfawen / Schwan / Kranich / Tauben / etc.
verbotten.

Hüner.

Es werden aber in der Speise
allen andern färgezogen die jungen
Hüner / so noch kein Eyer gelegt / dann
die sind mittelmäßiger natur / dawig / guts ges-
blüts

bliles vnd nahrhaftig / stercken vnd machen
schön / wie Conciliator aus Halsij Auer. vnd
Mesine beweiset / gesunden vnd francken eine
nütze speise. Idoch ist der Hennenfleisch besser
dann der Hanen / vnd gebraten denn gesotten /
es sein dann jerige Capaunen / dann diese sind
lieblicher temperirter Complexion / guer da-
bung vnd feuchtigkeit. Die Alten sind etwas
herter / aber doch auch guter narunge. Ruffus
schreibt das die Remme oder Hauben haben /
besser sind dann die ohne Remme. Die Bhr-
hanen / welche ein wilt geschlecht von der groß
se also genandt / sind ein gut Wildpreß / 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 zehn vnd trocken sind / schwer
zu uerdauen. Ein zimlich alte Henne gebraten
in eim Trisinet gemacht / ist auch nicht zuuer-
werffen. Desgleichen mag man die alten Hü-
nen oder Hanen auch vor die Krancken also
bereiten / das man sie wol siede vnd darnach in
eim Mörsel zerstos zu einem Gemöse / vnd mit
der gesottenen Brühe durchschlage / darnach mit
Saffran vnd anderer Specerey nach des
Krancken gelegenheit vnd wolgesfallen abbe-
reite / dient sonderlich denen / so sonst kein speis
hinein bringen können.

Don

Von Eyer.

Ever sagt Gale. II. Simpli. med. sind nicht teil der Thier/ sondern vergleichen sich einem angewechs. Diesen aber zu zweierley/ für nemlich zu erhaltung des Geschlechts vnd zur Narung/ sind mittelmeissiger Complexion. Der Dotter welcher warm/ ist besser dann das weisse/ welches kalt ist. Die Hünereyer sind am besten/ wenn sie frisch/ geben gute narung/ stercken das Herz/ sind dawig/ sie seyen gleich gesotten oder gebraten. Tacuinus. Die weichgesottenen/ tremula genant/ lindern den Leib/ wärmen/ machen lustig zu essen/ sind gut den Alten vnd Kranken/ auch die sich sehr verzert haben/ sonderlich mit Butter genützt. Hartgesotten sind nicht mehr so gut/ stopfzen den Bauch. Desgleichen sind auch die gar vngesund/ so in heißer Aschen gebraten oder in Schmalkz bereitet werden/ dann sie ganz böser nahrung/ blechen den Magen/ vnd geben grobe überflüssige feuchtigkeit vnd bösen saffe. Die man aber auff wasser schlechte/ sind nicht zuverachten. Der Gense/ Entten vnd Pfawen Eyer/ ob sie wol nicht so gute nharung geben/ jedoch stercken sie vnd reizten zu Ehelichen werken. Wenn man Eyer lang frisch behalten wil/ sole

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.

Rephüner/Haselhüner/Wachteln/ Lerchen.

R In Rephun ist ein listiger unkell-
scher Vogel/dann die Mennlin frigen
vmb jre Weiblin/vnd welche vberwin-
den / werffen die andern vnter sich / bey de-
Nacht sisen sie also/ daß sie die Hintern zusam-
men kerden. Man schreibe auch das es vom
Wind entpfange wenns beim Mennlin ist.
Dieser Vogel Fleisch ist vber alles von an-
dern Vogeln sehr gesund vnd gutes geschma-
ckes/sonderlich die Brust sampt dem Oberteil
ist dawig/gibt gute nahrung/sterckt den Mens-
schen/item das gedecktnis/bekommen sonder-
lich denen wol die zarter schwacher natur sime/
vnd in müsiggang leben/sollen fett vnd niche
zu alt sein. Rephünerbrühe 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-
liche Erdfarbe Hünlin / wie die Rephüner/
sind aber nicht so gut / werden seht feist von

Nieswurz

Nieswurzel/ im Winter aber verliren sie sich
alle. **P**sellus. Lerchen sind auch sehr gut
gebraten/ dann sie mehr / wedder die vorigen
fliehen / die nachtlerchen sind am feisten vnd
besten/ dann man sagt das 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
aussfliegen / vnd die gekochten sind besser
dann die alten vnd gebratenen / vnd die ein-
heimischen vbertrifffen die wilden/ **D**ribasius
aber zeucht diese jennen für. Sollen in allen
Krankheiten gemidien werden/ sonderlich den
Podagrischen / welche mit dem Cypriano nit
wol stehen. Turteltauben sollen nicht oder sel-
ten gessen werden / wie wols Galen. zulest/
dann sie bekommen offt die fallende Sucht/
in der Arzney aber braucht man sie wider den
Fluß des Bauchs / vnd zu sterckung desz ver-
stands. Des rechten Flügels blut ist heilsam/
in die Augen gethan/benimpt den schmerzen/
vnd bricht die Fell darinnen.

Gensz.

Sind

Sind warm vnd trocken/ir fleisch
ist grob / langsam zu verdauen / geben
grobe nahrung / mehren den Samen /
sollen jung vnd wol ausgemestet sein. Die
wilden Gans / 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 hiziger dan der Gense fleisch
vnd anderer einheimischer Vogel / die Brust
ist das beste / darnach die Leber / welche auch
aus sonderlicher eigenschaft den Fluz stopft/
der aus schwächeit der Leber entsteht. Rhas.
Viel genossen schaden dem Heupt vnd ma-
chen Fieber vnd Lebersucht. Antrechen blut
stellt den Bauchfluz/macht ein lauter stimme
vnd unkuechheit/etc. Die Schaelentlein sind
am besten vnd gesündesten.

Schwanen.

So gleich 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 Wasservögel / böses
saffts/ gibt Melancholisch schwartz dick blut.

Omnis enim volucrum fluuios quæ turbat fre-
quentat

Edulij vitium deterioris habet. Eoban.

Pfawen.

Haben hart vnd sehr schwerda-
wig Fleisch / Darumb spricht Aegine-
ta / das sie leicht Febres verursachen/
des Nachts wenn der Pfaw erwacht / vnd sich
nicht ansehen kan / schreiet er gresslich / dann
er meinet seine schönheit sey verloren / aber
doch hat diß geschrey den nuz / das es die
Schlangen vnd alle gifftige Thier ver-
treibt. Der Pfawen koth sensftiget des Po-
dagramis wüten / welchs etliche auch vom Gen-
sekoth erfahren haben. Sein Fleisch sol nim-
mermehr / oder doch gar schwerlich verfaulen.
August. lib. 21. cap. 4.

Fasanen.

Fleisch vergleicht sich dem
Hünerfleisch / 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.

Art

N den Kranchen ist viel wunderbarliches dings durch die natur vor gebildet/ daruon hier zu schreiben nicht von noten/ sie haben schwerer Fleisch wedder ander Vogel/ welches kalt / wie Theodosius sagt/ grob vnd vndawlich ist/ dienen Müsiggengern nicht/ ihr Blut mit Holunder wasser in die Nase getreisse / dient vor den Schläge Desgleichen macht auch der Störcke Fleisch böse Geblüt/ Man sage wer ein jungen Störck esse / der behalt lang gut Gesicht vnd werden ihm die Augen nicht rinnend oder triffend.

Krammetvögel/Trostel/Amsel.

Tese sind fast einerley art in der Speise/ warm vnd trockener Complexion/ guter davung / machen rein Geblüt / dienen müsigen herrlichen Leuten. Horat. lobet sie vor andern / da er saget lib. I. Epist. 16. Nil melius Turdo, Es ist nichts bessers dann ein Krammetvogel. In der meinung ist auch Martialis. Die Amseln nehren weniger/ sind auch nicht so wol zu erdauen/ vnd machen Melancholey.

Staren.

SErden von etlichen genzlich vñ hier die gerechnet/ so böse nahrung gesetzen.

bens. Aber Galenus ist in einer andern mei-
nuig/vnd zehlt sie vnter die guten. Diz aber
sol nur von den jungen Statren verstanden
werden.

Schnepfen.

S Eben sehr gute nahrung / vnd
S sind ein Wildpret / das reichen Leu-
ten fast angenem vnd nüglich ist.

Sperling.

S Pakensfleisch ist fast heis vnd
sondawig/zündet das Geblüt an / rei-
het zur Unkeuscheit. Arist. sagt daß
dieser Vogel die fallenende Sucht habe / weil er
Wilsensamen esse / Andere schreiben dis seiner
Unkeuscheit zu / darumb er auch nicht viel
über ein Jar alt wird,

Fincken/Meisen/Stiglich/Rotkelchen
vnd andere kleine Vögelein.

S Ind warm vnd feucht / leichter
dawung / jederman gut vnd gesund/
vnd bringet vns diese sampt andern
nützlichen Speisen durch Gottes reichen Se-
gen zur ergeztigkeit der Herbst in grosser mens-
ge / darumb wir billich Gott loben vnd dan-
cken sollen/ auch zu sehen daß wir in allem rech-
et maf halten.

Das

Das 5. Capittel. Von Fischen.

Alle Fische sind von natur kalt
vnnd feucht / voller vberflüssigkeit /
den Cholerischen vnnd hiziger natur
Menschen besser dann den kalten vnd Phleg-
matischen. Doch ist vnter jnen auch ein unter-
scheid / dann einer besser dann der ander / darzu
der ort vnd wasser / in welchen sie flissen / nicht
wenig thut. Dann die in reinen / lautern / stei-
nichten / flüssenden Wassern / sind besser dann
die in trüben / sumpfichten / unbeweglichen /
süßstehenden Deichen / Pfüßen oder Wassern
in den Stedten / darcin allerley vnsrat geschüte
tet wird. Und ob gleich Fische in allen Krank-
heiten durchaus verboten / so werden doch bis-
weilen nach gelegenheit ih gemelte aus reinen
Wassern / die sein weich vnd zart Fleisch ha-
ben / wol schupicht / nicht stinkend / auch nicht
seift sind / als Schmerlen / Kressen / Elritz
in / Hecht / Foreln / Perschen / etc. zugelassen /
onderlich wenn sich die Patienten von der
Krankheit etwas wider auffmachen / dann dis-
unter dawung vnd narung sint. Das blut von
Fischen ist dünner vnd fletter / daß das / so wen-
dern jrdischen thiren kömpt. Es wolle auch
Fisch eine guten starken magen vnd wein-
haben / daher man in Tischregeln sagt : Viuis
uam, mortuis vīam. Den lebendigen Fischen

E 2 sol

sol man wasser / den gekochten aber Wein ges-
ben. Dürre vnd gesalzene Fisch sind vnges-
sund / werden leichtlich im Leibe corrupti
vnd verendern den ganzen Körper / wo man
jr stets neust. Derhalben sollen sich die Schwa-
chen vnd Aderleser da vor hüten / damit sie nit
Aussatz oder gar den tod fressen / wie ich dann
ein Exempel weis eines solchen halstarrigen
Vaurens / der wider verwarnung auff den A-
derschlag zwey Hering gefressen / vnd Wein
dar zu gesoffen / vnd dieselbige Woche noch ges-
storben ist. Je gröber Fisch / je böser vnd vnges-
sunder 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 genzlich zuuer-
meiden / also auch die gebratene oder in Butter
geröstte / sonderlich wenn sie wider kalt sind
worden / sind nicht fast nützlich.

Hering.

Gingesalzene Fisch sind warmer
vnd durrer Complexion / vnd je eiter je
mehr / darumb die frisch gesalznen best
ser / dann die lang im Salk gelegen. Sie sind
schwer zu dawen / machen durst vnd vnrein
haft. Wenn der Hering erst gefangen wird /
gibt er ein leckerhaftige speise / stirbt so bald er
aus

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

Stockfisch/Halbfisch/Schollen.

Sunter die gesalznen vnd geder-
ten Fisch gehoren auch diese / müssen
von irer herre 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 abgeschüttet vnd sie dann mit guter wüste
vnd Rümmel zugerichtet werden/damit sie zur
Speise dienlicher vnd desto gesunder werden.
Zu viel Butter daran gethan / beschwert den
Magen/macht geschwulst vnd tegliche sieber.

Koch.

Kst ein art der Halbfisch vnnid
Blateisle/hat hart Fleisch/schwer zu-
uerdauen / gibt aber starken Leuten/
wehrhaftige narung. Wird nicht gros ge-
achtet/ dann an denen orten / do das Fleisch-
werck thewr vnd selzam ist / Also ist auch der
Rotscher.

E 3 Lachs/

Lachs/Salmen.

Salmen ist ein herrlicher grosser Fisch / am Reinstrom sehr gemein/ wenn er grün oder frisch ist / hat er ein süß lieblich vnd feistes Fleisch / starcker vnd grober nahrung. Eingesalzen oder im Rauch gederret / wird er eigentlich Lachs genannt/ vnd ist nicht so gut als der grüne / beschweret den Magen / vnd gibt grobe vnnahrhafte speise/ wie andere gesalzene vnd gederte Fisch.

Forellen.

Siefer Fisch ist unter allen / die in flüssigen Wassern gefangen werden / der beste / vnd hat den liblichsten geschmack als Atheneus schreibt / hat sein hart / gesund / nahrhaftig Fleisch / darumb kommt er nicht viel in gemeiner Leut Küchen. Hierher gehören auch die Aschen.

Hecht.

SEr Hecht ist / wie alle Erzte ein heilig schreiben / ein guter / gesunder Fisch / leichter davung / gesunden vnd francken zugelassen / doch so er in reinen vnd nicht pfulichten, Wassern oder frisch Pfützen gefangen ist. Neben andern Fischen schafft

er nicht grossen nuz im Wasser / dann er ein
reuberischer Fisch ist / vnd derselbigen viel ver-
schlucket. Derwegen er auch ein Wasserwolff
genant wird. Wenn er Leichen wil / stetget er
in fremde Wasser / da gebirt er / auf dazer
nicht seine eigene Kinder fresse.

Barben / Carpen.

Barben / welche Cicero in parad.
B. barbatulos nennet von ihrem Bartes /
vnd vnter der Romischen Herren Es-
kerbisselein setzet lib. 1. ad Att. c. Sind tempe-
rtier natur / in kelte vnd feuchte / ein edler
Fisch gesindend vnd francken / do man in rechte
zuricht / dann er guter dawung vnd nahrung
ist / wo man in nicht breit / dann so wird er ers-
ger. Wer stets Barbenisset verdunkelt das
Gesicht / Dioscorides.

Carpen sind in fliessenden Wassern am
besten / aus den Deichen / Gruben vnd moesten-
ten Hellern machen sie saul geblut / Darm-
gicht vnd andere beschwerungen / werden nütz-
lich in Wein gesotten. Die im Meer sind lei-
chen fünff mal des Tars / wie Oppianus oder
sechs mahl / wie Plinius schreiber / unsere aber
nur ein mahl oder zwier.

Berschen.

Erdēn vnter die fūrnemsten gesündesten Fisch gezehlet/ vor gesunde vnd frandē dinlich/libliches geschmackes. Darumb sie der Poet Ausonius delicias mensarum/ein zier des Tisches nennet.

Schleyen/Goben/Kaulheut.

Schleyen haben den rechten namen vom Schleim. Auson. nennt diesen Fisch vulgi solatum, das er Armen Leuten gemein sey/hat hart vngesund Fleisch. Der Gradt von einer gesotten Schleyen gesdort vnd zu puluer gestossen vnd mit Lindenblüt/Schlüsselblumen oder dergleichen Wasser eingenommen / 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 fūrnemsten Fisch gerechnet/wie auch die Steinbeisser/vnd dergleichen.

Ahl.

Ahl ist auch ein schleimiger Fisch/ dem Magen vnd Nieren schadlich/gibt dicken zehn sasse/böse nahrung/macht verstopfung vnd tegliche Fieber/sonderlich sind

sind die böse / welche bey den Stedten vnd vns-
reinen Wassern gefangen werden. Doch ge-
lüstet die Leckermeuler darnach / wegen ihres
guten geschmacks. Ihr Entzünd wird jnen
entnommen / wenn sie in Wein ersticket / vnd
dann mit guter Würk wol zugerichtet wer-
den / nach der Apitanischen schullere. Mitten
durch den Rückgrad gehet ihnen ein schwarz
Ederlein / wie dem Krebs im Schwanz / das
sol man jnen nemen / ehe sie zugericht werden /
dann darinnen sollen sie den Gifft verbergen.
Die beim Fewr gebraten werden / sind am be-
sten. Und daun 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 ergsten.

Schmerle / Elritzlein / Kressen.

Sie vnd dergleichen kleine har-
te Fischlein aus reinen / frischen / stei-
nichten Flüßlein / sind überaus gute
vnd gesund / mögen von menniglichen nach
lust genossen werden.

Krebß.

Krebß haben kein blut / leben ohne
Wasser lange zeit / darumb sie weit
gefurst werden können. Wenn sie mit
E s Milch

Misch getrencket/halten sie sich besser/nemen zu / vnd sind also den Schwindsüchtigen am nützesten. Die aus den fliessenden reinen wässern/geben gute naru ng. Diese wenn sie recht zugericht vnd verdawet werden/ eröffnen der Lungen verstopfung / vnd die Brühe dauen benimpt das Lungengeschwer / daraus die Schwindsucht entsthet. Sind auch den Kranken in der Kost zugelassen / sonderlich den hizigen / dienen aber nicht dem Heupt. Ihre Augen/sonderlich im Meyen gesamlet/ haben grossen nus in der Arzney / wie fast menniglichen bewußt.

Das 6. Capittel/Von Gemüßen.

GOn den Früchten der Erden/
Welche Gott der allmechtige aus Bes-
telicher güt vnd gnedigem segen jers-
lich herfür wachsen leß/werden so wol als von
oberzelten stücke/mancherley Kost vnd Spei-
sen/die man Gemüse nenne t/zugerichtet/das
von ein sonderlich Buch newlichen in Druck
ausgangen. Wir wollen geliebter färze hals-
ben nur etlicher stücke eigenschaften iko hier
erzelen/wie in vorigen auch geschehen.

Erbsen/Bonen.

Sind

Sind kalt vnd feucht. Fuchsius
schrebet / daz die Erbsen nicht weit
von der mittelmessigen temperatur ab-
schlachten. Die gerasselten vnd durchgeschla-
genen / dauon die Hülsen komen / sind am be-
sten zu nuzen in der Speise. Die weissen ge-
ben viel Feuchtigkeiten vnd Kälten / machen
dumpffig vmb die Brust / geben winde vnn
bleste. Die roten dienen mehr den Phlegmati-
cis / sind nicht so gebreuchlich. Wer hiziger
natur ist / mag wol Erbeis essen / denn sie neh-
ren mehr / machen stark vnd krestig. Die
aber kalter natur sind / sollen Erbeis meiden /
mit Petersilgen Wurzel gesotten / werden sie
besser / dann sie auch also den Sechwochne-
rin bekommen. Junge oder grüne Erbeis sind
nicht so gut / wie man meint / dann ob sie gleich
eher verdawet werden / vnd durch den Leib ge-
hen / sind sie doch voll überflüssiger feuchtig-
keit / vnd werden leichtlich corrupti. Dar-
umb die alten ausgehülsen 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 ges-
agt wird.

Bonen

Bonen sind kalt vnd trocken / die grünen
ober feucht / ergerer dawung dann die Erbsen /
geben böse geblüt vnd dünsie ins Heupt / sampt
heßlichen Trewmen / machen viel Winde im
Leib / sind dem Magen schedlich / darumb wer
jr viel ißet / beuoraus rohe / der verderbt seinen
Magen damit. Solchs aber abzuwenden, sol-
len sie mit Honig / Kümmel / Fenchel / Münz-
dosten oder dergleichen stückchen gesotten wer-
den. Und was hier gesagt ist / sol von allen
andern Hülsen früchten vnd Zugemüsen /
welche man Legumina nennt / verstanden
werden.

Linsen.

Lie Linsen sind die ergsten unter
allen Hülsenspeisen / dem Magen /
Heupt / Augen vnd Geäder fast sched-
lich / langsam er dawung / machen dick grob ge-
blüt / wenn sie erwallen sol das erste Wasser
weg geschutt / vnd dann Pfesser daran gethan
werden / damit in fre schedlichkeit entnommen
werde.

Gersten.

Get kalt vnd trocken / eröffnet /
sensstiget die Cholerische hiz / ist zu
spez vnd trank ein nützliche frucht.
Von

Von dem Mehl wird ein gesunder Brey mit
einem wenig Zucker vnd klein Rosin zugericht
fürs Fieber vnd hizige Lebergebrechen fast din
lich. So macht man auch aus Gerstenmehl/
Kleben/Essig vnd Butter ein gut Pfaster zu
verrenckten Gliedern / stillet auch das Podaz
gram/etc.

Habern.

H in der Speise ist er warmer Na-
tur/aber in der Arzney efferlich sol er
külen vnd trucken/ gibt wol krefstige
narung/ stopffet den Stulgang/ ist aber doch
wie Galen. sagt / den Thieren bequemlicher
dann den Menschen.

Reiß.

R ist warm vnd trucken / stopffet
vnd trucken den Leib / man sol jhn
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 blesse/ mehret die natur/
vnd ist gut zum Darmgeschwer / im Winter
am nützlichsten zu essen.

Hirsen.

H er Hirse ist kalt vnd trucken/
hartet dawung/ stopffet/ gibt die aller
geringste

geringste nahrung vnter allem geredich/ das
man zur Rost nutzt/macht den Menschen ma-
ger/vnd dorret alle feuchtigkeit aus. Ist star-
cken Arbeitern vnd zu feuchter zeit des Jahrs
zuzulassen. Hirsen in einem Secklin marin auff
den Bauch gelegt/stillt das Krammen/wird
sonst auch in der Arzney gebrauchet.

Mangolt/Beißkohl.

Mit kalt vnd feucht/öffnet der
Leber vnd Milz verstopfung/reini-
get/weicht/lindert den Bauch/besche-
diget aber den Magen leicht/vnd macht böse
feuchtigkeit/wo mans stettig nutze.

Binetsch oder Spinet.

Binetesch oder grün kraut/wie es
bey vns genant wird/ist dem Mangolt
fast gleich/ aber dem Magen nicht
schedlich/ist kalt vnd feucht/leichter dawung/
senffiget den Bauch/benimpt Brust Rucken
vnd Lungenwehe/die Brühe macht ein sanff-
ten Athem.

Milten.

Mit zarten Gartenmilten sind
dreierley/roth/weis vnd grün/welchs
die besten/sind kalt vnd feucht/Hizis-
gen

gen dinlich/sie seyn gleich gesunde oder schwach
Die Bletter gestossen / vnd mit dem Sasse
auffgelegt/loschen entzündete Glieder.

Kohl vnd Cappis.

Kohl vnd Cappis ist kalt vnd
feucht/die erste Brüe dauen öffnet den
Leib / das Kraut aber stopft mehr/jhe
offter es gesotten wird / ist eine gute speise zum
Lendenstein/Leber vnd Milk/ auch den poda-
grischen. Wer zwey oder drey Kohbleetter rohe
mit Sals vnd Essig isset vor vnd nach der
Malzeit/ der wird nit leichtlich truncken sage
Aristot. Sawr Cappis oder Tempes Kraut/
wie es die vnsern nennen/ist dem hizigen Ma-
gen/ auch den Milküchtigen nicht vndinlich/
blöden vnd schwachen Magen aber/besonders
in Krankheiten zu meiden. Lescbt den Durst/
macht lustig zu essen/wo der Magen jung vnd
gesund/ aber böse Geblüt. Die Brüe oder
Lacke daruon leschet gewaltig den Brandt/
Tücher darinne genezet vnd ubergeschlagen/
wird auch vors Freischliche gebraucht.

Lattich oder Salatt.

Lattich ist feuchter falter natur/
lindert vnd weichtet / zu hizigen Zeiten
vnd Körpern dinlich/ bringt Schlaff/
aber

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

Kressen.

Kartenkress ist ein scharff Kreut/
klein / heis vnd trucken / erweinet die
Glieder / schadt dem heissen Magen
vnd dem Haupt / verbrende das Geblüt / wo
mans stets gebraucht. Der same in Wein ges-
sotten in einem secklin vnd warm auffgelegt/
vertreibt die gicht der Glieder.

Brunkress.

Wlder oder Brunkress hat viel
Stugend an ihm / ist warm vnd trucken/
dürre hisziger / dann grün / weinet die
Leber / Milz vnd andere innerliche Glieder/
macht lust zu essen / wehret der Gicht / ist aber
nicht leichter dawung / sol den schwangeren
Weibern verbotten sein.

Borräugen.

Siese Blümlein / so offt in der
Speise genützt werden / sind sehr gut/
temperirter natur / vnd machen rein
Geblüt / erfrewen vnd stercken sonderlich das
Hersz /

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

Gartenminz:

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

Salbey.

Sie zame Salbey sol allezeit behy
Rauten (dinen beide wider Gifft)
gepflanzet werden / von wegen der
Schlangen vnd Kroten / die sonst darnach
kriechen. Sol auch nicht mit Mist / sondern
alter Leimenaschen gedünget werden. Ist heis
vnd trucken / stoppet überflüssige Flüss / verze-
ret rohe feuchte des Magens / reinigt das Ge-
derm in der Kost genutzt / vnd ist dem kalten
Heupt vnd Nieren gut / Nüchtern wehren die
blettet dem Gifft vnd böser Lüfft. Schwang-
sere Frawen sollen nicht zu viel Salbey nu-
hen / es sey dann an der zeit der Geburt / dess-
gleichen die den Catharrum vnd Schnupffen
haben / weil sie leicht ins Heupt steiget.

Majoran.

F

Heiß

Eis vnd trucken ist seine natur/
Liebliches geruchs/der verstopfung des
Heupts vnd Glieder nützlich / wermet
den Magen / macht wol dawen / treibet den
Harm vnd Frawenzeit. Das Pulsfer oder
safft in die Nasen gelassen reinigt das Heupt/
macht Niesen/gibt den Speisen ein guten ges-
schmack/so man ihn daran thut / dient der ges-
chwolnen Milk/etc.

Eysop.

Sol abgeschnitten werden/wen's
Blumen treget / vnd dann dürre zur
speise behalten werden ; den Holzhech-
ten stengel mus man wegwerffen/vnd die blets-
terlein allein gebrauchen / ist sehr hisig vnd
warm / durchdringender krafft / dient wider
den Husten / ist aber wie Plinius saget / dem
Magen zu wider.

Zimichen/Saturey.

Siese Kreuter sind heisser trucker
vner Complexion / dienen zur erkalten
Brust/wider das Reichen/ kurzen Al-
them / werden von etlichen in die Tauben/
Kloß vnd andere speisen gethan. Saturey sol-
den Schwangern ganz verbotten sein / dann
inuen auch der geruch dauon schaden bringet.
Peter,

Petersilgen.

Wird in Gerten allenthalben gespflanzt / ist Küchen vnd Apotecken wol bekant / hat eine heisse / truckene vnd durchdringende natur / fodert den Harm / wehret dem Stein. Die Wurzel ist vor sich selbst nicht allzu gut zugeniesen / recht fertiger aber doch andere Speise vnd gibt denen einen guten geschmack / fodert die daigung / vertriebe die winden im Leibe. Ditz thut auch der same.

Fenchel.

Sießer Same ist warm vnd trücken / genüzt bey anderer Speise / sonderlich bey Fischen / ist er gut / dann er mindert ihre feuchtigkeit / stercket vberaus das Gesichte / denn auch die Schlangen / als Serapio schreibt / jr Gesicht mit Fenchel klar machen / ist gut der verstopften harten Milz vnd Leber / auch denen die mit not harmen. Den zeugenden mehrtet er die Milch / macht wol

Anis.

Arischer Anis / der grosse körner hat / ist der beste / ist warm vnd trücken / zertheilt vnd verzert die bösen

Feuchtheungen / hilfft der dawung / benimpt das
Bauchwehe vnd winde / öffnet die verstopften
Glieder / nichret den Samen vnd Milch /
bringeit begirde Frawen vnd Mannen / leset
den Durst / ein rauch dauon gemacht vnd in
die Nase geblasen / benimpt Heuptwehe vnd
Schwindel,

Kümel.

Kümel / der gemein vnd se-
derman wol bekandi Same / ist hizig
vnd trucken / stercket die dawung /
macht lust zu essen / vertreibt die winde vnd ge-
schwulst der Derme / ist gut im Brod mit ge-
backen / wer jhn zu viel nutzt / bekompt ein böse
farbe.

Dill.

Dill auch warm vnd trucken /
macht wol schlaffen / sonderlich das öh
dauon ans Heupt vnd Schlaff gestri-
chen / wenn man in ißet / stercket er das Gehirn /
vnd Magen / aber zu oft / bringt den Augen-
schaden / gibt den Weibern viel Milch / wird
nützlich zur einsülzung des Compes Kraut
von den vnsern gebraucht mit Salz.

Zwibeln.

Bind

Sind warm vnd feucht/ rohe ges-
sen machen sie böse faule feuchtigkeit
im Magen/ schreckliche Trewme/ sind
schwerer dawung/ schaden dem Heupt/ Milz/
Augen vnd gedecktnis/ sonderlich wo sie nicht
starcke Arbeiter nutzen. Mit einer guten
Fleischbrühe gesotten/ legen sie viel böses abe/
sind also bisweilen/ beuoraus des Winters zu
nutzen/ dann sie födern die dawung/ erweiz-
chen den Bauch/ temperiren kalte speisen/ mas-
chen lust zu essen.

Lauch/ Knoblauch.

Alle Lauchkreuter sind warm im
dritten Gradt vnd trocken/ Lauch rohe
gesessen ist gifft/ blehet den Bauch/ be-
schwert den Magen/ enzündet das Geblüt/
macht Durst/ Hauptwehe/ böse Trewme/
sonst födert er den harm vñ vnkeuscheit. Esch-
lauch ist kalter vnd vergiffter natur/ mennig-
lich zu fliehen. Knoblauch ist der Bayren thi-
riack/ gut in zeit der Pestilenz vor arme Leut/
rohe schadet er den Augen fast/ aber gesotten
trücknet vnd verzert er des Magens böse feuch-
tigkeit/ reiniget die Brust/ benimpt den alten
Husten/ stetigs genutzt/ macht er Hauptwehe
vnd vnreine Geblüt. Grüne Rautenbleitter

F 3 darauff

darauff gessen/benimpe jm den geschmack/das
thut auch Zitwer im Munde gekewet,

Ruben.

Remonocritus hat die Ruben gar
vntüchtig geacht/ aber Galenus/ der
für treffliche Arzt/ lobet sie. Es wer-
den aber hie sonderlich die runden vnd ges-
breuchlichsten verstanden/ sind warm vnd
feucht/ doch nicht gar leicht zuuerdawen/ brin-
gen winde. Mit gutem feisten Fleisch gesoten/
vnd recht zugericht/ sind sie gut zu des Mens-
schen narung/machen feist/ stercken die Mans-
heit vnd das Gesicht wunderdarlich spricht
Auenzoar. Die Brühe stillet den Husten/
macht weit vmb die Brust. Die man in Gers-
ten seet werden bey vns bitter/ werden derwes-
gen die frembden Beringischen vorgezogen.
Wer jr zu oft nutzt bekämpft viel dicke feucht-
heit vnd verstopfung der Leber.

Möhren.

Melbe Ruben sind auch warm
vnd feucht/ aber etwas mehr/ vnd
harter dawung/ vnd derentwegen
greber narung/dem Heupt vnd Geblüt sched-
lich bringen aber den Mennern begirde.

Kettich/

Rettich/ Merrettich.

Sie Rettich sind heis vnd trüben/ harter dawung/ stossen im Magen 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 dawung/ ohne diesen zusaz verhindert er dieselbige viel mehr/ nach des Galeni meinung/ mache aber ein stinkenden Athem/ so man bald darz auff schlefft/ dient wider schmerzen der Leber/ macht scharf gedechtnis. Dioscori. vor anderer Speise genossen/ mache er vntwillen des Magens vnd erbrechen. Fuchsius schreibt er habe an keinem ort so grosse Rettich gesehen/ als zu Erfurt in Thüringen/ da sie so gros werden als die jungen Kinder. Plin. lib. 19. Cap. 5. Schwangern ist er nicht nüze.

Der Merrettich ist noch hiziger/ wird in der Speise genutzt/ treibet den Harm hestiger dann der schlechte/ hizet vnd derret sehr/ verbrendt das Geblüt/ darumb in hizige Leut nicht viel gebrauchen sollen.

Schwemmen/ Pfifferlinge.

F 4. Porphy.

Porphyrinus nent die Schwemmen der Götter Kinder. Die Pocten 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 exrementum terre/das ist ein überflüssige feuchtigkeit des Erdrichs/Beume/faules Holzes vnd dergleichen. Sind kalter roher feuchter vnd giftiger natur/diesen derhalben gar nicht zur narung des Menschen / ja sie verzeren auch die gute feuchtung im Leibe. Were derowegen besser daß sie genzlich verboten wurden/ dann wenn man sie gleich mit Salz würz vnd andern Specereien auffs beste zugerichtet / sind sie doch / wie einer aus den Hochgelernten Alten schreibt / nichts bessers werdt 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 feucht/derowegen sie denen so zu viel hizig am nützesten / sollen vor dem Essen genossen werden. Die vnsern pflegen sie mit Zucker vnd Wein zu temperiren.

Heidels-

Heidelbehr.

SIndt schwartz / gestalt wie die
Wacholderbeer / falter jrrdischer na-
tur/nüzer zu serben dann zur Speise/
machen feulung vnd böse stinkend Blut.
Über die Bleter vnd Frucht Wein getrun-
cken/sodert den Harm/Frawenzeit/ Blasen-
stein / wehret der Gallen vberschuh vnd dem
Hauptwehe.

Brombehr/Hymbehr/Bocksbehr.

Sieze Behrn ziehen zusammen/
drucken vnd külen / sonderlich wenn
sie nicht gar zeitig / Die jungen schöß-
lin/blumen oder frucht dauon in Wasser ge-
sotten/getruncken oder mit Tüchlin übergele-
get/lescht wol alle hitze/heilet Mundfeule vnd
festiget die Zehne.

S. Johans Behrlin/Sawrach.

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

55 vnd

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

Kirschen.

Kieser sind drey Geschlecht fürs nemlich. Die ersten vnd besten sind Purpurfarb / haben lange dümne stile / einen roten sauren safft / sind falter vnd erckener Complexion / erfrischen das geblüt / stercken den Magen vnd Leber / machen lust zu essen / können nützlich nach anderer Speise gessen werden. Die Kern oder der Saffe vnd Milch daraus / hat sonderliche krafft wider den Nieren vnd Blasenstein.

Die andern haben kurze stile / sind grösser / auswendig schön / licht roth / inwendig vol weisses saffts. Diese nennen wir Ammern / sind etwas milder am geschmack dann die vorigen / bringen aber nicht viel nutz / dann sie kalt vnd 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 Wälden. Diese laxiren den Bauch / haben sonst keinen sonderlichen nutz / werden leicht corruptirt im Magen / vnd verursachen Wärme im Leibe.

Feigen.

Feiget.

Frische vnd feuchte Feigen sind
warm / machen den Bauch flüss / böse
Geblüt vnnd viel Leuse / die düren
aber öffnen verstopfung der Leber vnd Mil-
ches / geben gute nahrung.

Pflaumen.

Werden bey vns auch Zwehfscha-
ken genant / sind gros vnd schwarz /
kalter feuchter natur / die süßen fü-
hlen / stillen die Gall / vñ erweichen den bauch /
die sauren aber stopfen mehr. Grüne unge-
derte Pflaumen sind vnuerdawlich / schaden
dem kalten Magen vnd der Leber. Schlehen
stopfen 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
vnd Kreze / wo nicht Wein darauff getrunk-
cken oder Zimmet / Pfesser vnnd dergleichen
Wärz darzu genuzet wird. Die gekochten
vnd gebratenen Birn sind gut / dann sie ster-
cken vnd weichen den Bauch / dienen wider
den hizigen Magen. Die wilden sind von na-
tur

eur felter dann die zamen. Kern aus den Birn
dienien den Lungensüchtigen / schaden aber den
Nieren / darumb solien jr die mässig gehen / die
den Stein haben.

Opffel.

Susse opffel sind warmer trucke-
ner Complexion / die sawren aber kalt
vñ trucken / stercken das Herz / Heupt
vnd hizigen Magen / machen wol harmen /
vertreiben den vniwillen / sind gut vor Ohns-
macht / aber den Nerven vnd Sehnadern scha-
den sie / sonderlich wenn sie vnzzeitig. 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.

Granatopffel.

Mala punica oder Granatopffel
sind inwendig voll harter Kern vnd
Gran / daher sie den namen bekom-
men / ire art ist dreierley / süß / weinschmackig /
vnd ganz sawr. Dioscorides schreibt dasz sie
alle gantz saffts sind / vnd dem Magen nutzen /
aber doch weniz nahrung bringen / sonderlich
die sawren / welche gleich wol den hizigen Ma-
gen in Febern sehr gut sind / vnd den Harm-
sodern /

fodern/külen vnd stopfen/zu voraus ihe Blü-
men/leschen den durst. Der süßen Kern dies-
nen dem Magen/aber der sawren ihe nicht.

Pomeranzen / Citrinate.

Ciese herrliche schöne Frucht/
welche die Poeten guldene opfsel nenn-
en/ist ein geschlecht der Citrinateopf-
sel/hat auch gleiche wirkung / aber ein ander
gestalt. Dann erstlich ist sie grün/wenns aber
reiss wird/schön goltrot. Die rinde ist warm/
wie aus iherer bitterkeit erscheinet / darumb sie
dem kalten Magen dient mit Zucker einges-
macht. Das Fleisch vnd sawre theil ist/gleich
wie die Citrinate / kalt vnd feucht / sterckets
Herz vnd alle innerliche Glieder / dient wider
giss / hiz vnd böse gelüstung der schwangern
Weiber. Wenn man auch diese Rinden zum
Kleidern oder Tüchern legt/schaden jhn keine
Matten oder Wärm.

Melonen.

Melonen / Pfeben oder Türki-
sche Curbis/Eucumern/vnd dergleis-
chen Geweche sind kalt vnd feuchte/
dienen nur für hizige Leut vnd Gebresten / les-
chen den durst / sollen vor anderer Speise ge-
nossen werden. Wer ihe vngewohnt/bey dem
bringen

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

Pfersin.

Pflüt/Bletter vnd Kern sind war-
mer trücker natur/ die frucht aber ist
feucht vnd kalt/daher sie auch bald fau-
let / macht viel überflüssigkeit vnd feulung im
Magen/vnd Wärme in den Gedermen/ man
sol sie auch vor anderer Speise / vnd in hiz-
gen Fibern nutzen / darmit sie nicht lang im
Magen liegen/ gehört ein guter trunk Weins
Drauff.

Quittsen.

Qeissen bey den Lateinischen mala
cotonea / weil sie mit einer zarten Woll
bedecket werden. Wachsen gern an kalt-
ten feuchten orten/ jre art ist kalt vnd trücker/
stercken das Herz/den Magen vnd innerliche
Glieder der nahrung / wegen jrer zusammen-
ziehenden krafft. Vertrieben brechen/ auch
auffstoßen des Magens vnd dünsie inns
Heupt / stopfen vor anderer Speise genossen/
darnach aber gessen / lösen sie den Bauch.
Sind gebraten oder gekocht besser zu nutzen.
Der Saft nimpt das Blutspeyen.

Maulbehr/

Maulbehr.

Siese Frucht ist erstlich weis/
nachmals roth/vnd endlich/ wenn sie
reiss worden/ganz schwartz / gibt ein
roten blutfarbigen sasste. Wie die Maulbehr
den Magen finden so lassen sie in. Die durrten
stopfen / sollen mit Wein genuzet werden.
Der sasste dient vor Halsgeschwer vnd verseh-
zung des Mundes/die Bletter zerstossen auff-
gelegt/leschen den Brandt.

Oliuen.

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

Cappern.

Cus 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 ohl genuzet werden / reis-
nigen den Magen von vbriger feuchtigkeit/
werden nützlich bey anderer Speise gessen/
sonderlich bey Fischen. Aut. Dienen den Po-
dagrischen/ Missüchtigen/wider schwer har-
men vnd Hüftweche.

Weinbehr.

Weinbehr.

ES sind vielerlen geschlecht der Weinstock/nach jeder Landes art. Die vndeitigen Weinbehr sind herb / kalt vnd trucken / daraus macht man in den Apo tecken einen safft/Agrest genant / dient wider vnuillen vnd erbrechen des Magens / den Schwangern sehr nüze/macht lustig zu essen. Die reissen vnd zeitigen Drauben sind warm vnd feucht/ guter nahrung / doch nicht zu viel genossen/ sollen/wie andere früchte/ so weiche Hülsen oder Schalen haben / vor Essens ge nossen werden. Rosinlein stercken den Magen vnd die Leber/etc. Galenus.

Mandeln.

Mandeln sind zweierlen / etliche süsse/ etliche bitter / sind aber die bittern in der Speise nicht breuchlich/ wermer dann die süßen/ dann dise auch feucht. Die frischen eingeweicheten oder gekocheten sind besser / dann die dürren / 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 dariyon ins Heupt/ darumb ist jre Milch in der Speise nuzer.

Nüß.

Nuß.

Nie gemeinen welschen Nuß sind
warmer truckner complexion/beschedi-
gen des Magens dawung / dempffen
vmb die Brust/machen Husten / Hauptwehe
vnd schwere Sprach. Sind aber gut wider
Gifft/darumb essen sie etliche in der Pestilenz
zeit mit Rauten vnd Salz. Dergleichen wird
auch aus den grünen Schalen ein sehr treff-
lich Wasser gebrendt wider die Pestilenz.

Haselnuß sind zweierley/wilde vnd ein-
heimische/ die wir Lampertische nennen / sind
warm vnd feucht / dem Magen vnd kleinen
Gederm nicht fast gesund / wie Macer saget:
Ex minimis nucibus nulli datur esca salubris.
Sie werden schwerlich verdawet / machen
leicht die Kotteruhr/sonderlich die roten / vnd
wann sie nicht recht reiss sind.

Pimpernußstein sind mit weine vnd tru-
kkene temperirt/reinigen das Geblüt / dienen
der Lungen/Leber/Nieren vnd Magen / wi-
derstehen dem Gifft vnd Husten / die Bühler
haben sie sehr lieb.

Kastanien.

Kind warm vnd trucken/ grober
narung / ziehen zusammen / vnd sind
bos zuuerdauen / stopffen vnd demp-
fen

sen vmb die Brust / sie seyn gleich rohe oder gesbraten / wie wol diese etwas besser. So man je viel ißte / bringens Hauptwehe / Lungenucht / sterbliche Krankheiten vnd viel Leuse. Sind den Seuen / wie auch die Eicheckern nuzer / dann den Menschen.

Das 8. Capittel / Vom Gewürz.

Salz.

Salz ist die beste Würz / dann es alle speisen schmackhafter macht / darumb es auch billich das erste vnd letzte auff dem Tisch ist. Sein natur ist warm vnd trucken / reiniget / zertheilt / behüt vor feulung / vnd widerstehet dem Gifft / verzert vbrisige feuchtigkeiten. Dürre hagere Leut sollen nicht viel Salz essen / dann zu viel schwechet das Gesicht (wie man bey denen sehen mag / die das Salz sieden / dann sie gemeinlich rote Augen haben) macht Reude / Flechten vnd verbrand Geblüt / tilget den natürlichen Samen / vnd gebirt zu scharffen Harm.

Zimmetrinden.

Kompt

Bompt von einem Baum aus
India/die beste ist roth/scharff mit ei-
ner süßigkeit/gutes geruchs/ist warm
vnd trucken / benimpt böse feuchtung / den
Schnupfen vnd Husten / dient wol dem er-
kalten Magen / machet gute dawung / bessert
vnd stercket das Gesichte / Herz / Magen vnd
alle Glieder.

Ingwer.

Ist der fürnemesten Würz ei-
ne / allenthalben im gebrauch / hizig
vnd doch etwas feucht / darumb er sich
auch an feuchten orten nicht lang hält / ist gue
den kalten Magen / vnd allen so innerlich
erkalter sind / sonderlich aber der grüne oder
eingemachte Ingwer.

Pfeffer.

Reicerley Pfeffer werden zu vns
bracht / der schwarze / weisse vnd lan-
ge. Ist heiz vnd trucken / müstlich dem
alten Magen / Leber vnd Gederm / machet
nager / vnd die Weiber unfruchtbar / ist auch
ungen Leuten nicht dienlich.

Negleist.

Naben jren nainen von der gestalt/
Sind heis vnd trucken / die eben an dem
Knöpff in breit vnd ein öhliche feuchte
in sich haben / sind die besten / dienen dem erkalt-
ten Magen / scherffen das Heupt vnd Gesich-
te / sterckens Herz / bessern viel Speise / sonder-
lich Fische vnd Krebse / benemen den sünken-
den Atem. Ihre Wicter zu den Kleidern ge-
legt / geben jnen guten geruch / vnd bewaren sie
vor Matten.

Kalmusz.

St 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.

St ein kleine krumme Wurzel /
Ginwendig vnd auswendig Purpur/
roth / doch nicht wolrichend / jre natur
ist heis vnd trucken / stercket den Magen vnd
dawung / dient dem zitternden Herzen. Item
wider Ohnmacht vnd Schwindel / macht wol-
richend Athem / vnd dient wider alle krank-
heit von keite.

Museas

Muscaten nüß vnd blüte.

Sie Muscaten nüß vnd blumen/
hād beide einerley trafft vnd wir-
ckung / warmer vnd truckener natur.
Die Blumen (welchs die Kinde vmb die Nüß
ist) stercken vberaus den kalten flüssigen Ma-
gen / verzehren alle böse feuchtigkeit / dienen
auch vors Herzstittern.

Safran.

Sechst mitten aus der blumen/
sol gutes geruchs sein mit einer scherf-
se / der beste kömpf aus Orient oder
aus Ostreich / ist heis vnd trucken / macht eine
schöne farbe / sterckts Herz / macht frölich vnd
gut Geblüt / langen Atem / benimpt das leis-
chen vnd enge der Brust / ist gut dem Milz /
zum Harm / vnd gibt begirde der unkeuscheit /
steigt aber leichtlich ins Heupt / vnd zu viel ge-
nuzet macht er vnlust zu essen.

Zittwer.

Shet auch die erkalte natur / ster-
ket das Herz / den Magen vnd alle in-
nerliche Glieder / ist gut vor Gifft vnd
Pestilenz im Munde gehalten. Wievol etli-
che in diesem fall die weisse Beichwurzel vor-
G 3 zicheny

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

Das 9. Capittel/Vom Getrance. in sonderheit.

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

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

Vom Wasser.

Das

SAS Wasser ist ein gemeiner
Trancf vor Riche 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 / leiche / gutes geschmack's
vnd nicht vbel rchend / bitter / sawr / gesalzen /
schwefelhaftig / unrein / trübe / oder dergleis-
chen breschhaftig ist. Item / das beim Feuer
bald warm / vnd da von bald wider kalt wird /
schnell vnd ohne beschwerung durch den Leib
gehet / darzu denn hilfft / daß man ein stücke
Brod krumen darein wirfft / oder es eßt hin
vnd wider geust. Und so der Brunn oder
Quell gegen der Sonnen entspringet / vnd
durch ein rein Erdreich oder über Stein vnd
Sandt herfür bricht / iſts desto besser / vnd
mag von menniglichen / wes Alters der auch
sey / doch nicht überflüssig / genutzt werden.

Also ist auch das Regenwasser gut / be-
vorab welches zu ende des Sommers oder im
anfang des Herbsts / wenns sein stil am Himm-
mel ist / herab fällt. Das aus tieffen finstern
Brunnen geschepft wird / ist nicht so gut zu
trincken / vnd schwerer zuuertragen.

Das fliessende Wasser ist auch nicht zu
verwerffen / wo nicht vnsrat darein geschuttet
wird. Je schneller der Flus / je fetter wasser er
gibt. Vor andern aber ist Wasser denen ein
nützlicher Getranck / die hiziger natur vnd
jung sind / doch nicht bald auff die speise. Und
wievol das Wasser den Durst mehr leschet
denn der Wein oder ander Getrencke / so ist
doch der Wein vber Tisch genossen. Wasser 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 cætera fontes,
Absit ab humano pectore potus aquæ.

Das Wasser las ein Mensch den Thirn /
Ein trunk Wein thut in besser zirn.

Mag derhalben Cardanus das Wasser
loben / so sehr er wil / ich halte es doch mit dem
edlen Rebensaft. Sonderlich aber ist Wasser
im getranck denen schedlich / die es nüchtern
trincken / dann es erkeltet bey jnen alle natür-
liche Glieder / es were dann irgend ein Voll-
zappf / der noch von Gestern her etwas im vor-
rath hatte / demselben ist oft ein trunk Wasser
nüchtern gut / vnd nüher dann Brandwein.

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

Leit / oder auffs Wade trincken / dann es bey
sien die natürliche werme leichtlich verderbet
oder gar auslesche / vnd daher kompt oftmais
die Wassersucht. Gleichsfals sol es des nachts
nicht getruncken werden / dann der nächliche
durst ist nicht ein natürlicher durst / vnd wird
im besser mit dem Schlaff dann mit trincken
gewehret.

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

Vom Wein.

DN diesem ort reden wir vom
Wein / nicht als von einer Arzney /
sondern als von einem getrancke. So
geben nu disem edlen Rebensaft alle Gelerten
einhelliglich dis zeugnis / welches auch die teg-
liche erfahrung bekräftiget / daß dem menschli-
chen leben / vnd der gesundheit des Leibes / kein
bequemer noch nützlicher Getranck kan erfun-
den werden / dann eben dieser. Dis sol aber
von rechtem messigem gebrauch dieser herrli-

G S chen

lichen Creatur des gütigen Gottes dem lieben
Wein verstanden werden/ dann also genuzet
vermehret er die natürliche werme / darinnen
das Leben steht / befodert die dawung / gibe
rein frisch Geblüt vnd gute nahrung/vnd er-
hele alle natürliche kressste. Darumb in Ho-
merus robur hominum / die stercke des Mens-
schen/gleich wie er das liebe Brodt medullam
hominis das mark des Menschen nennt.
Er stercket vnd trucknet das Gehirn / ermun-
tert den verstand/fertiget die Zunge/erquicet
vnd erfreuet das Herz / vertreibet schwermu-
tigkeiten / welche dem Leben zum heftigsten
zu wider sind vnd viel Leute tödten / bringet
lieblichen Schlaff / reizet zu freundlichkeit im
beischlaffen/fodert der Weiber fruchtbarkeit/
dient den verschrten Nieren vnd Blasen/ver-
treibt Gifft/vnd summa wer kan seine tugend
alle erzelen ? Difz hat die Heiden auch bewo-
gen das sie den Wein vor einen Gott gehal-
ten / vnd wie Asclepiades anzeigt / seine
macht / der Götter macht verglichen haben.
Dagegen kan auch keine Menschliche Zunge
genungsam aussprechen / was vor beschwei-
zungen/Krankheiten / Sünde vnd Schan-
de/Jammer / Noth/Schaden vnd Unglück
aus unmessigem überflüssigem gebrauch oder
misbrauch des lieben Weins erfolgen vnd
her-

herfliessen. Besihe alle Historien vnd Bücher der Alten / bencben dem teglichen leben der Welt / so wirstu hieruon mehr finden / dann dir lieb ist / darumb ich jeso daruon nicht mehr schreiben wil.

Ein guter Wein aber wird darbey erkannt : Erstlich daz er sein schön / klar vnd reisne / nicht zu alt noch jung / sondern mittelmäßig sey / dann ein solcher mit lust getrunken / auch cher verdawt wird / vnd dergleichen reine geister vnd geblüt im Leibe wircket. Dicker vnd trüber Wein aber stopft den Bauch / Leber / Milz vnd Nieren / also daß die sein viel nutzen / offt Wassersucht / den Stein vnd andere heftige beschwerungen daruon uberkommen / vnd sonderlich die alten.

Seine farbe sol schön gelb sein / nicht gar zu weis oder zu roth / dann die weissen vnd dünnen von natur am wenigsten / die roten vnd dicken aber am meisten nehren / do sie recht verdawet werden. Sind derwegen die weissen den dicken vnd feisten Leuten / die roten aber / als die Gensefüßer / so nicht zu dicke / den Magern am dienlichsten. The roter ein Wein ist / je mehr Geblüte macht er / aus dem Süßen aber entsichert dem Magen vnd der Leber schade / dann er gibt Winde vnd stopfung.

Zum

Zum andern sol ein guter Wein einen
lieblichen Aromatischen geruch haben / so bes-
tümpt er der natur am besten (odor enim est ci-
bus ^{animæ}) dann gleich wie ein böser heislicher
gestank dem Herzen / Heupt vnd allen vor-
nemen Gliedern sehr schadet : Also gibt wide-
rumb ein guter geruch diesen allen sonderliche
stercke vnd krafft. Darumb wir sehen das offe-
allein vom geruch des Weins oder etwas an-
ders wolriechendes die Ohnmacht des Her-
zens abgewendet wird. Kan auch nichts die
krefste eher vnd schneller widerbringen / Wie
Hippocr. bezeuget / dann ein solcher lieblicher
vnd guter geruch. Leret derha ben Johannis-
tius recht / daß man beim geruch den unter-
scheid des Weins erkennen möge.

Die dritte vnd fürnemste Eigenschaft
eines gnten Weins ist der geschmack. Dann
was droben von der Speise gesagt / das die na-
tur lieber vnd mit grössern begirde anneme/
auch besser vertrage vnd verdawe dasjenige/
was ihr wol schmecket / dann etwas anders/
das sol auch hier vom Weine verstanden wer-
den. Hier könndte 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 Geschmekte
wollen

wollen wir hirzwischen begriffen haben. Die
süssen Weine/schreibt Constantinus/ nehren
mehr dann die andern. (Natura enim dulcibus
delectatur, & ea audiissime arripit) Weil die na-
tur zu süssen pingen lust hat / vnd die ganz
begierlich an sich zeucht. Widerstrebēn aber der
dawung/geben dick geblüt/erregen den durst/
vnd machen vnlustig zu essen/ werden leiche in
Gall verrendert / vnd geben der Leber vnd
Milz verstopfung/ machen nicht so sehr trun-
cken/wie andere. Die schwerlichen aber ziehen
zusammen vnd stopfen / stercken den Magen
vnd Gederm/sind nicht so hizig/ dringen we-
gen ihrer dünnen / subtilen Substanz besser
durch/sodern den Harm / dienen doch den jes-
nigen gar nicht die an der Brust vnd Lungen
gebrechlich sind/welchen aber die süssen darges-
gen am bequemlichsten. Werden derowegen
die gesundesten geachtet / so nicht zu sāz noch
sawr/sondern eines guten frischen weinlichen
geschmack's sind. Je eister Wein/je hiziger
vnd stercker. Darumb ein solch alter Wein
mehr eine Arseney / dann ein Getranck ist.
Von vermischtung des Weins mit dem Was-
ser schreibt Plutarchus also/ daß es besser sey
eins vmbs ander trincken/ Als auff ein trunck
Wein/ein trüncklein Wasser thun/den durst
desto mehr zu lēschen / dann das Wasser vno-
tern

tern Wein vermischt zugleich trincken. Weil
unter anderm vnrath diese vermischtung auch
ehe trunken machen / vnd ein vntwillen des
Magens leicht erreget / aber das sey hierouer
so genug.

Daz wir aber auch etwas vom Most /
das ist von erst ausgetrocknetem Wein / sagen /
ist zu wissen / daz dieser / ehe er vergoren / im
getrank nicht dienlichen / dieweil mancherly
vnrath doraus entstehet. Dann vors erste so
bringt er / wegen seiner dicke vnd unreinig-
keit / sonderlich wo er gar süsse ist / grosse ver-
stopfung der Leber / Milz / Nieren vnd des
Harns / daraus viel krankheiten herfliessen.

Darnach macht er den Leib durchbrüchig /
dann weil die Hesen / darinnen noch etwas
Salpetrischer scharffer Eigenschaft ist / noch
nicht durch die vergerung daruon abgesondere
sind / treibt er durch solche scherffe die natur
bald zur ausfürung / etc.

Zum dritten / dieweil er schwer zuuerdawen
beschwert vnd versert er auch den Magen.

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

Vom

Vom Essig:

Nnd diesem ort müssen wir auch ein wenig vom Essig sagen: Dann ob man in gleich vor sich selbst als ein Getränk bey vns nicht pflegt zu nutzen/ wird er doch in der Speise vnd Kost/ wie auch in der Arzney/ auff so mancherley weise gebrauchet / das solches kaum erzelet kan werden. Seine natur vnd temperament aber ist kalt vnd trücken/ fast durchdringend / Wie Galen. 10. Meth. schreibt. Darumb auch Hannibal die Steinfelsen damit zerrissen vnd zersprenget hat / als er in Welschland über das hohe Gebirge/ Als pes genant/ gezogen/ aber vmb ein Auge dritt verkommen ist. Und ob gleich/ wie etliche wollen/ noch eine verborgene Werme in ihme ist/ so gehet doch die Kelte vor / und übertrifft die werme/ das sie nicht gespüret wird. Serenus schreibt das der Essig (wir meinen hier Den/der vom Weine kompt) inbehungen vnd in der Speise dem Magen dienlich sey/ Darumb ihn auch Dioscorides *τεισουαχόρ* nennet. Vielen Speisen gibt er einen lieblichen angesnienem geschmack / und macht sie dem Menschen gesünder. Dann er fület nicht allein die huzigen Naturen vnd Glieder / sondern zerschneit vnnnd zertheilet auch den zehn dicken Schleim

Schleim im Magen vnd anderswo / verdroßen er den Cholerischen fast dienlich. Den Melancholischen aber ganz zu wider vnd schedlich ist. Hip. Wie er auch den Weibern / der Mutter halben / nicht al zeit wol bekämpft. Er widersteht auch dem Gifte / vnd wehret der flechtenden Pestilenzischen seuche vnd der seulung / darumb er in Sierbens leufften in vielem gebrauch sein sol.

Sonsten aber mus gleichwohl in nuzung desselben ein rechte mas gehalten / vnd er nicht zu offt oder viel gebrauchet werden. Dann hieraus kan dem Heupt / Gehirn / Augen / der Brust / Lungen / Leber vnd andern Gliedern / sonderlich auch den Neruen vnd Sehnadern / vielfaltige beschwerung entstehen. Wer ders halben Falter truckener natur / vnd von Leibe fast mager ist. Item wer eine schwache Lunge / Leber / Magen / Sehnadern / etc. hat / der sol den Essig meiden / oder jo selten gebrauchen. Rhases meldet das er auch den natürlichen samen mindere / vnd den Leib mager mache / sonderlich nächtern genuzet. Wer mehr hieruon zu wissen begert / findet im Dioscoride / Galeno / Auicen. Serap. Anton. Famunc. vnd dergleichen Sribenten.

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



Von dem Mehl wird ein gesunder Brey
cum wenig Zucker vnd klein Rosin zuge-
fürs Fieber vnd hizige Lebergebrechen/
lich. So macht man auch aus Gerste
Kleben/Essig vnd Butter ein gut P/
verrenckten Gliedern / stillet auch/
Gram/etc.

Habern.

H in der Speise ist er
tur/aber in der Arz-
külen vnd truckner/
narung/stopffet den St/
wie Galen. sagt / den/
dann den Menschen.

H St war
vnnd tr
weich
brüe oder M
der Magen/
im Leib/;
vnd ist gr
am nur

Hirszen.

ist kalt vnnnd trucken/
arung/stopffet/gibt die aller
geringste

