

Neues Wiener T

27/10
*Lagermäßige Vorkaufungen
im Spring*

Indem die Kohlenhydratträger den Fettmangel ausgleichen können und angesichts der Marktlage ausgleichen müssen, werden die großen Massen des Volkes in der Hauptsache auf Milch- und Molkereiprodukte einerseits, auf vegetabile Nahrung andererseits hingewiesen. Es ist zunächst Sache der Landwirtschaft im weiteren Sinne des Wortes, bei der neuen Feldbestellung die richtige Auswahl zu treffen. Nur wenn dies von einheitlichen Gesichtspunkten aus geschieht, haben wir die Gewähr, daß die größtmöglichen Erträge herausspritzen und weder Land noch Saat noch Arbeitskraft vergeudet werden. Ohne Zwangsmaßregeln geht es nicht ab, und eine große Verantwortung wird auf den dafür eingesetzten Beamten der Regierungen lasten. Unser Volk darf verlangen, daß die Landwirtschaft ausschließlich den denkbar größten Gewinn an Nährwerten und nicht den an Geldwerten ins Auge faßt.

Die Annäherung an die laktovegetabile Kost oder der vollständige Uebergang zu ihr begegnet keinerlei Bedenken des Hygienikers. Für breite Volksschichten, namentlich die ländlichen, bedeutet es überhaupt keinen tiefen Einschnitt in bisherige Lebensgewohnheiten; wohl aber für die Städte, und auch hier — je nach Landschaften — in sehr verschiedenem Grade. Es lassen sich aber keine für ganz Deutschland geltenden Vorschriften geben, wie die bisherigen Gewohnheiten abgeändert und zu einer neuen, zeitgemäßen Ernährungsform übergeleitet werden sollen. Diese Arbeit kann nur von Lokalkomitees geleistet werden, die mit den eigenartigen Bedingungen, Sitten und Gebräuchen in den einzelnen Städten und Kreisen vertraut sind.

Die Kartoffeln und Gemüse.

Einige allgemeine Bemerkungen sind aber noch am Platz. Was von Hülsenfrüchten vorher gesagt wurde, gilt ganz allgemein auch von Kartoffeln, sämtlichen Gemüsen und Obstwaren. Nur dann werden diese ihrem vollen Wert nach im Darmkanal ausgelaut und vom Organismus aufgenommen und verwendet, wenn sie durch Hitze nachdrücklich aufgeschossen und weiterhin möglichst zerkleinert sind. Für erstgenannten

Zweck ist die altertümliche und doch wieder ganz moderne Kochweise nicht genug zu empfehlen; für letzteren dient als natürlichstes Mittel gutes und langes Rauen; wo aber mangelhaftes Gebiß oder die Art des Materials genügend feine Zerkleinerung durch Rauen nicht gewährleistet, bediene man sich grober Durchschlag siebe. Es sollte von starkem Zerlöchen und ausgiebiger Zerkleinerung des genannten Materials um so mehr Gebrauch gemacht werden, als selbst das beste Gebiß keine Gewähr für gutes Rauen gibt. Bei den meisten Wurzelgemüsen, in gewissem Grade auch bei Kartoffeln, ferner bei größeren Blattgemüsen, bei zahlreichen Obstsorten läßt sich durch die genannten Verfahren (scharfes Kochen, gutes Zerfeinern) der Verdauungskoeffizient um fünf bis zehn Prozent steigern. Auf diese Dinge immer aufs neue hinzuweisen, ist eine wichtige Aufgabe der Volksbelehrungsstellen und der Kriegskochschulen.

Das neue Kriegsbrot.

Ich möchte nicht schließen, ohne noch einige Worte über die Besümlichkeit unseres neuen Kriegsbrottes und über Krankenkost hinzugefügt zu haben. Es liegen ja jetzt schon genügend Erfahrungen vor. Das Kriegsbrot ist, vom Standpunkt der Ernährung- und Stoffwechsellhre betrachtet, vollkommen einwandfrei. Es wurde auch von der überwiegenden Mehrzahl der Verzehrer ohne weiteres vortrefflich getragen. Bei einer Minderzahl sind Verdauungsbeschwerden, insbesondere Blähungserscheinungen aufgetreten. Dies hing zum Teil von mangelhafter Backtechnik ab; die einen Bäckereien lieferten von vornherein Brot vorzüglicher Qualität, andre brauchten längere Zeit, um dies zu erreichen. Die Klagen über schlechtes Ausbacken sind jetzt verstummt. Daneben kam die Individualität des Verzehrers in Betracht. Was aus physiologischen Versuchen schon bekannt war, erlebten viele an sich selbst; es bedurfte bei vielen erst einer gewissen Gewöhnung, namentlich bei solchen, die bis dahin nur feines Weizenbrot zu genießen pflegten. Nach dem, was ich selbst in meinem Wirkungskreis feststellte, ist bei fast allen Gesunden die Anpassung inzwischen erfolgt, und es läßt sich heute mit Bestimmtheit sagen, daß mager- und darmgesunde Menschen nicht die geringste Gefahr laufen, durch den Genuß des Kriegsbrottes geschädigt zu werden. Bei empfindlichen Verdauungsorganen steht es immer noch frei, auf die Brötchen mit 70 Prozent Weizen- und 30 Prozent Roggenmehl zurückzugreifen, die sowohl in ursprünglichem Zustand wie in Scheiben geschnitten und geröstet ein dem früheren reinen Weizenbrötchen durchaus ebenbürtiges Nahrungsmittel darstellen. Nach sorgfältiger sachkundiger Erwägung und auf Grund der bisherigen Erfahrungen liegt vom ärztlichen Standpunkt kein Grund vor, die ohnehin überlasteten Aufsichtsbehörden mit der Kontrolle über reines Weizengebäck zu belasten. Die mehrfach geäußerte Besorgnis, daß wir mangels breiter Auswahl nicht mehr imstande seien, unsere Kranken in geeigneter Weise zu ernähren, ist gleichfalls unberechtigt. Eine Durchsicht der Kochbücher für Krankenkost wird jeden Laien überzeugen, daß die Krankendiät im großen und ganzen mit sehr einfachen Mitteln arbeitet, daß sie sich im wesentlichen der Stoffe bedient, mit denen wir zwar wie mit allem sparsam umgehen müssen, die aber ausreichend vorhanden sind und bleiben. Mit wenigen Ausnahmen kann die Krankenküche durch zweckmäßige Zubereitung und Mischung der Nahrungstoffe die beschränktere Auswahl ersetzen. Es ergibt sich uns, daß zwar die ganz großen und einschneidenden Maßregeln von den Behörden in die Hand genommen sind und auch weiterhin ihrer Fürsorge überlassen bleiben müssen. Es bleibt aber unendlich viel übrig, was nur durch Kleinarbeit geleistet werden kann und von den lokalen Organisationen übernommen werden muß. Ihre Aufgabe ist es, die Bevölkerung zu belehren und vor allem bei jedem einzelnen das Verantwortlichkeitsgefühl auf die höchste Stufe zu erheben. Die Aufgaben, die den einzelnen Schichten der Bevölkerung zufallen, sind durchaus nicht gleich. Es ist oft gesagt, aber doch nicht scharf genug erkannt und begriffen, daß nur für die wirtschaftlich Schwachen das Sparen an Geld mit dem Sparen an Lebensmitteln zusammenfallen soll. Für die Wohlhabenden dagegen soll das Sparen mit Lebensmitteln und das Meiden jeglicher, auch der kleinsten Vergeudung Pflicht und Gebot sein. Sie sollen aber nicht die Konkurrenten der Kleinen Leute werden, indem sie teure, noch in großen Beständen vorhandene, meist aus dem Ausland stammende und teilweise von dort auch noch weiter zufließende Nahrungs- und Genußmittel ablehnen und dem Verderben aussetzen. Wenn ein jeder in vollem Verantwortlichkeitsgefühl und Gemeinsinn an richtiger Stelle mithilft, wird sich das Versprechen der Bundes-