

* **Sind fettlose Gemüse nahrhaft?** Wie erhalten aus Leserkreisen folgende Zuschrift: „In einer Zeit wie dieser ist es selbstverständlich, daß alle Ratschläge, die eine Vereinfachung des Kochens betreffen, mit größter Aufmerksamkeit angehört werden. Sie sind zwar stets gut gemeint, aber nicht immer richtig. So wird zum Beispiel ernstlich versichert, man könne Gemüse ganz gut ohne jegliches Fett zubereiten. Das ist wohl nur für solche Haushaltungen berechnet, die sich ein Stück Fleisch dazu leisten können. Wieviel Familien gibt es aber jetzt, bei denen Gemüse und Brot mittags die Hauptrolle spielen! Zugegeben: man kann mit großer Geschicklichkeit ein ganz schwachhaftes Gemüse ohne Fett zusammenbrauen, nahrhaft ist es gewiß nicht. Man kann ja auch ohne Eier auskommen und sich mit Ersatzstoffen behelfen; doch füllt das nur den Magen, befriedigt allenfalls den Gaumen, aber das, was der Körper zu seiner Erhaltung braucht, ist es nicht. Darum sollte das Hauptaugenmerk aller maßgebenden Behörden darauf gerichtet sein, Fettstoffe und Kartoffeln in nur halbwegs zureichender Menge zur Verfügung zu stellen. Hochachtungsvoll L. E., Beamtensgattin.“