

Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Diätetisches Koch-Buch

Wiel, Josef

Freiburg, 1873

Voressen.

urn:nbn:de:bsz:31-56696

Voressen.

Der Verfasser dieser Schrift möchte vor Allem beichten und bekennen, dass er — ein Feinschmecker ist. Wie alle anderen ist auch er durch Zufall es geworden und — aufrichtig gestanden — bereits soweit gekommen, dass er die Feinschmeckerei nicht nur für kein Laster, sondern für eine ganz besondere Tugend hält. Ohne Zweifel würde Alles dieser Ansicht sein, wenn nicht Feinschmecker und Schlemmer so oft mit einander verwechselt würden.

Die Schlemmer sind ganz andere Leute. Prachtexemplare trifft man in den italienischen Kellern. Unter der sonst unerquicklichen Narcose eines stark negativen Aromas üben sie sich in Lobhudeleien über halbfaule Dinge, denen man — oft ohne allen Grund — den Namen „Delicatessen“ zu geben pflegt. Gewöhnlich gehören die Schlemmer jener Classe von Menschen an, die ohne alles eigene Schaffen reich sind. Bei allem Ueberflusse leben sie doch nie recht glücklich; ihre Verhältnisse haben bei ihnen eine so ungezügelte Selbstliebe aufkommen lassen, dass sie im Genusse weder eine besonnene Wahl zu treffen, noch viel weniger das richtige Maass inne zu halten vermögen.

So die Schlemmer! Ganz anders sieht es bei den Feinschmeckern aus. Der originelle Gastrosoph Brillat-Savarin erklärt die Feinschmeckerei als die grösste Feindin der Excesse, sie sei die wohlüberlegte Vorliebe für wohl-schmeckende Dinge und wisse mit grosser Sachkenntniss auszuwählen und sogar selbst zu kochen. Eins bringt das Andere; der Feinschmecker wird schliesslich zum Koch. So ist es auch dem Verfasser ergangen.

Gewöhnlich interessiren sich aber die Feinschmecker nur

*

um die „feine Küche“, wissen in der Regel nichts davon, wie es bei dem Armen und Kranken aussieht. Der Verfasser macht hierin eine Ausnahme: sein Beruf und allerhand Lebensschicksale haben ihn einen tiefen Blick auch in solche Verhältnisse werfen lassen. Ohnedem würde er sich nicht zur Herausgabe dieses Buches verstanden haben.

Der Verfasser hält es für den grössten Fortschritt in der Heilkunde, dass in neuester Zeit die Aerzte sich oft mehr um die deutsche als um die lateinische Küche kümmern, dass sie nicht selten den ganzen Schwerpunkt der Therapie auf die Diät legen. Auch die Ansicht des Laien ist eine bessere geworden. Wenn man auch nicht in Abrede stellen kann, dass es ausser China noch manche Länder gibt, wo die Leute glauben, es sei Alles gethan, wenn nur recht viele Arzneien verschrieben und verschluckt sind, so lässt sich doch auch nicht verkennen, dass schon seit einer längeren Reihe von Jahren in allen besseren Kreisen jene Richtung in der Behandlung der Krankheiten an Boden gewinnt, bei welcher die Diät eine Hauptrolle spielt. Immerhin ist noch des Unfuges genug und zwar bei Hoch und Nieder. Kaum ist der Mensch geboren, so rückt ihm diese oder jene Hebamme oder eine andere Frau Base auf den Leib mit einem „Mannasäftchen“, einem Kamillenthee u. dgl. Und hat der Mensch das Zeitliche gesegnet, so umstehen seine Bahre wieder allerlei Pathen: Allopathen, Homöopathen, Hydropathen und wie sie alle heissen mögen. Wer kann widerlegen, dass durch den Unfug mit Arzneien schon oft für ein kleines Uebel ein grosses verursacht wurde, dass das Arzneisiechthum tausend Mal schlimmer war, als die Krankheit, gegen welche „medicinirt“ wurde?

„So haben wir mit höllischen Latwergen
In diesen Thälern diesen Bergen
Weit schlimmer als die Pest getobt.
Ich habe selbst den Gift an Tausende gegeben,
Sie welkten hin; ich muss erleben,
Das man die frechen Mörder lobt!“ Goethe.

Wenn aber so schonungslos der Stab gebrochen wird über die Arzneien — wir möchten lieber sagen: über den Unfug mit Arzneien, — was bleibt dann noch übrig, was bietet man

zum Ersatz? Wer ein X für ein U machen kann, wird Hydro-
path, wer aus Nichts Etwas zu machen im Stande ist, fängt
Homöopathie an u. s. f. Zur Ehre unseres Standes sei es ge-
sagt: bei weitem die meisten Aerzte bleiben ehrlich und suchen
den Ausfall damit zu decken, dass sie den Schwerpunkt der
Krankenbehandlung in der Diät suchen.

Nur ausnahmsweise werden aber die dessfallsigen Anord-
nungen in genügender Ausführlichkeit gegeben; die Meisten
begnügen sich damit, dem Kranken die zuträglichen Speisen
einfach zu nennen; Anweisungen über deren Zubereitung werden
selten gegeben.

Wer wüsste nicht, dass viele von den s. g. Krankenspeisen
oft so unrichtig zubereitet werden, dass sie gerade das Gegen-
theil von Dem sind, was sie heissen?

Unter solchen Umständen schien es dem Verfasser ver-
dienstlich, ein diätetisches Kochbuch zu schreiben.

Der Verfasser hat das Material zu dem Werke auf ver-
schiedenen Wegen zusammengebracht: Das Meiste sammelte
er am eigenen Herd auf dem Wege des Experiments. Dann
las er zur Abwechslung auch Kochbücher. Nur zu bald hat
er die Wahrnehmung gemacht, dass es eigentlich ganz über-
flüssig ist, mehrere Kochbücher durchzugehen, dass alle neueren
doch nur Abschriften der älteren sind, ohne alle denkende
Eintheilung und Ordnung des Materials. Man darf überzeugt
sein, dass man jedem recht complicirten und verzwickten Re-
cepte, welches in einem alten Kochbuche gefunden wird, in
allen neueren wiederum begegnet.

Das ist eben der grosse Fehler fast aller Kochbücher, dass
sie die unsinnigen Durcheinander à l'imperatrice, à la figaro,
à la reine etc. mit weit grösserer Vorliebe behandeln, als die
wichtigen alltäglichen Speisen.

Es ist aber auch kein Wunder! Wann nehmen unsere
Hausfrauen die Kochbücher zur Hand? Antwort: Nur dann,
wenn sie eine Einladung gegeben haben. Da muss eben ein
noch nie dagewesenes, jedenfalls sehr complicirtes Backwerk
den Glanz der Tafel bilden.

Lieber Leser! Bist Du nicht auch schon in Gesellschaften
gessen, wo man nur anstandshalber einstimmt in das

unehrliche Lob über eine kunstreiche Mehltalkerei, während die Suppe, der Braten, kurz alle gewöhnlichen Speisen nur aus Rücksicht hinunter gewürgt wurden!

Dieses Kochbuch will sich nun in erster Reihe mit denjenigen Speisen befassen, welche alle Tage und in jedem Hause auf den Tisch kommen und mit den Krankenspeisen.

Den meisten Kochbüchern fehlt es ferner an der Küchen-Waarenkunde. Der Verfasser weiss zwar wohl, dass die Chemie und Microscopie die zuverlässigsten Mittel zur Entdeckung von Verfälschungen lehren und dass beide keine obligaten Lehrgegenstände jener Schulen sind, in welchen das Küchenpersonal seine Bildung holt; allein es gibt doch auch so viele allgemein verständliche Merkmale und die Sache ist praktisch so wichtig, dass es jedem Kochbuche gut ansteht, wenn es wenigstens das Nöthigste und Allgemeinste davon jedem Capitel vorausgehen lässt.

Anstatt Kochrecepte will der Verfasser Kochregeln geben; nur bei einigen ganz wichtigen Krankenspeisen ist die Zubereitung receptmässig beschrieben. Die Kochregeln stehen auf chemischer und physiologischer Basis, sie sind insgesamt geleitet von dem bestimmten Vorsatze, weniger auf das schöne Aussehen der Speisen, auf die Eleganz der Platten zu sehen, als auf den Wohlgeschmack, die Verdaulichkeit und den Nährwerth der Speisen.

Nach dem Gesagten sind also die einzelnen Gegenstände auf folgende Weise behandelt:

Voran geht die Waarenkunde (Gewinnung der Stoffe, Kennzeichen der ächten, guten Waare, Verfälschungen). Dann folgt die Verwendung in der Küche (die gebräuchlichsten Gerichte und hie und da — bei wichtigen Krankenspeisen — auch ein Kochrecept). Den Schluss bildet die Heilkunde (Verdaulichkeit und Nährwerth der Speisen und ihr Einfluss auf die Gesundheit).

Der Verfasser ist sich wohlbewusst, dass er, trotz aller Vorsicht, die Grenzen eines diätetischen Kochbuches manchmal überschritten, dass er oft bis an die Grenzen der Gastrosophie vorgedrungen ist. Um den begangenen Fehler wieder gut zu

machen, hat er am Schlusse des Buches eine Sammlung von Speisezetteln für Kranke gegeben. Da ist diese Grenze streng gewahrt! Es wird zwar mancher, der diese Speisezettel durchliest, dies nicht recht glauben wollen; dieselben enthalten in der That eine Reichhaltigkeit, welche man bisher bei der Krankenkost nicht zu finden gewohnt war; bei genauerer Prüfung wird er aber doch merken, dass lauter Zuträgliches aufgezählt wurde. Der Grund zur Aufstellung so üppiger Speisezettel war diplomatischer Natur: Dem Verfasser ist es im Verlaufe der Zeit entleidet, den Kranken immer nur zu verbieten, zumal da das Meiste doch nicht befolgt wird; er hat deshalb den Stiel umgekehrt, er hat sich in allen Winkeln der Küche und des Kellers umgesehen und alle Capitel der Kochbücher durchstöbert, um ja recht Vieles zu finden, was er den Kranken erlauben darf. So brachte er diese reichhaltigen Krankenspeisezettel zusammen, welche in der That oft solche Raritäten enthalten, dass zu befürchten ist, es werden sich am Ende auch Feinschmecker krank melden. Wie dem auch sei: ein Bündniss zwischen Kranken und Feinschmeckern ist jedenfalls wohlthätiger für die Menschheit, als ein Bündniss zwischen Arzt und Apotheker!

1871.

Wiel.