

# **Badische Landesbibliothek Karlsruhe**

**Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe**

## **Diätetisches Koch-Buch**

**Wiel, Josef**

**Freiburg, 1873**

Essig.

**urn:nbn:de:bsz:31-56696**

Jäger behaupten steif und fest, dass ihre Jagdhunde vom gesalzenen Fleische Triefaugen bekommen. Da die Sache wissenschaftliches Interesse hat, so machten sich einige Gelehrte daran, sie näher zu untersuchen. Diese haben nun die merkwürdige Entdeckung gemacht, dass das Salzfleisch, mit welchem solche Hunde gefüttert wurden, ausgesehen hat wie — gesottene Kartoffeln.

#### b. Essig.

Nach den Materialien, aus welchen man Essig macht, gibt es Wein-, Branntwein-, Bier-, Obst-, Malz- etc. Essig. Der beste Essig ist unbedingt der Weinessig. Im Handel ist ächter Weinessig selten; man muss ihn also selbst bereiten. Je besser der Wein, desto besser der Essig. Immerhin kommt der hausgemachte Weinessig so hoch zu stehen (18 bis 24 kr. die Mass), dass man wohl nicht zweifeln kann, was man hat, wenn man im Handel einen s. g. Weinessig kauft für 6—8 kr.! Namentlich ist der bekannte Burgunderessig sehr häufig aus Hollunder- oder Heidelbeerfrüchten fabricirt. Die nicht gar selten vorkommende Verfälschung des Essigs mit Schwefel- oder Salzsäure ist für den Magen höchst nachtheilig. Die Fälschung lässt sich schon beim Kosten des Essigs wahrnehmen, da hiebei die Zähne „lang“ werden. Ebenso schädlich sind die Verfälschungen des Essigs mit Seidelbast, Caspicum und anderen scharfen Stoffen.

Guter Weinessig ist hell und klar, riecht angenehm erfrischend, schmeckt mild sauer, bildet keinen Bodensatz, zieht die Essigfliegen an und hat den Weingeschmack unverkennbar. Der käufliche Essig, wie ihn die Fabriken liefern, ist in der Regel so stark, dass er durch Wasser verdünnt werden muss. Die richtige Stärke hat ein Essig dann, wenn 60 Grm. 5 Grm. reines kohlen-saures Kali sättigen. Der Essigsprit enthält circa 10%, der Weinessig 8%, der gewöhnliche Essig 2—5% Essigsäure. Zu schwacher Essig zersetzt sich leicht an der Luft, scheidet die Essigmutter und den Kahn ab und es entwickeln sich zahlreiche schlangenförmige Thierchen, die s. g. Essigälchen, welche grosse Lebhaftigkeit zeigen.

In einem Hause war beständig die ganze Familie krank und zwar immer an Magenleiden. Ich wusste, dass man dort sonst eine gute Küche führt. Dessenungeachtet wurde einmal eine Küchen-Visitation vorgenommen. Da fand ich einen Essig, der so zu sagen einen Knäuel von äusserst lebhaften Essigälchen darstellte. Unter der Loupe gesehen wimmelte Alles. Nach Wegschaffung dieses Essigs kamen keine Magenkrankheiten mehr in jenem Hause vor.

Einfluss des Essigs auf die Verdauung. Der Essig

hilft zur Auflösung vieler Nahrungsmittel, namentlich der Eiweissstoffe, und fördert also ihre Verdauung. Zu gewissen Fleisch-, Eier- und Mehl-Speisen, zu Bohnen u. s. w. werden desshalb mit Recht saure Beilagen gegeben. Jedenfalls ist es besser, den Essig zu bereits fertigen Speisen zuzufügen, als mit Essig zu kochen. Die Essigsäure ist flüchtig, entweicht also bei höherer Temperatur. Ueberdies greifen die mit Essig gekochten Speisen den Magen ungemein an. Von den in Essig eingemachten Speisen spricht das 31. Capitel. Man kann vor dem Missbrauch mit Essig nicht genug warnen. Abgesehen davon, dass dadurch nicht einmal dem Geschmacksinn geschmeichelt wird, beschädigen stark saure Dinge die Mund- und Magenschleimhaut sehr. Dass der Essig eine Uebersäuerung des Magens veranlassen oder eine bereits vorhandene steigern kann, ist ohne Weiteres klar.

Als Hausmittel ist der Essig hochgeschätzt; wegen seiner kühlenden Eigenschaft benützt man ihn häufig als Fiebermittel. In grosser Verdünnung mag dies so angehen, sonst gibt es aber viele weit zuträglichere kühlende Mittel; um z. B. nur der säuerlichen Früchte zu gedenken. Wenn man nämlich die Erscheinungen näher beobachtet, welche auf den Genuss von Essig eintreten, so fällt vor Allem die flüchtige Röthe und die Wärme im Gesicht, namentlich aber der Schweiss aus, welcher über den ganzen Körper ausbricht. Natürlich je stärker der Essig, desto deutlicher diese Erscheinungen. Alldies zeigt, dass der Essig eher ein schweisstreibendes als kühlendes Mittel ist. Bei länger fortgesetztem innerlichen Gebrauche leidet endlich die Verdauung, die Ernährung wird mangelhaft, namentlich geht die Fettbildung zurück. Junge Damen, deren Embonpoint über die Grenzen der reinen Bewunderung hinausgeht, suchen desshalb oft ihre Zuflucht beim Essig und essen behufs dessen namentlich oft und viel Salat. Das Ziel wird allerdings schliesslich erreicht, aber — der Magen ist ruinirt, überall schlottert das Fleisch in der halbgeleerten Haut und ein leidendes erdfahles Gesicht trägt den grossen Frevel zur Schau, welchen die Eitelkeit gegen die heiligen Gesetze der Natur begangen! Wäre der Essig nicht ein so werthvolles Gegenmittel gegen alkalische Laugen, so bliebe unter besagten Umständen für dessen innerliche Verwendung kaum noch etwas Löbliches zu sagen. Anders verhält es sich mit dem Essig als äusserliches Mittel: Essigwaschungen beim Typhus sind gut und finden beim gemeinen Volke oft mehr Anklang als die einfacheren und besseren Waschungen mit kaltem Wasser. Injectionen von verdünntem Essig in den Mastdarm sind im Gebrauche bei der Fieberhitze, dessgleichen bei narcotischen Vergiftungen und allgemein weiss man vom Schnupfen des Essigs bei Nasen-

blutungen sowie vom Gurgeln bei Schlundcatarrhen. — Die Räucherungen mit aromatischem Essig in Krankenzimmern ist zwar bei den Laien sehr im Schwung, steht aber im wahren Werthe der einfachen Lüftung entschieden nach.

**Citronensaft** — ist in manchen Fällen der noblere Stellvertreter des Essigs. Um den Saft aus den Citronen vollständig herauszubringen, muss man dieselben nicht quer durchschneiden (wie dies gewöhnlich geschieht), sondern der Länge nach; nur auf diese Weise werden die Zellen geöffnet, welche den Saft enthalten. — Ausführlicheres über die Citronen findest Du im 27. Capitel.

### c. Senf.

Es gibt weissen und schwarzen Senf. Der schwarze enthält viel mehr des scharfen ätherischen Oels, welchem der Senf seinen bekannten scharfwürzigen Geruch und Geschmack verdankt. Eine besondere Art ist der Sarepta-Senf — kommt aus Ostindien, meistens schon gepulvert und deshalb für Fälschungen besonders geeignet. Dieser Senf ist viel schärfer als der gewöhnliche; Manche halten ihn auch für feiner.

Im Handel bezieht man ganzen Senf, Senfpulver und schon angemachten Senf. Mit dem ganzen Senf geht man am sichersten. Das Senfpulver hält sich nicht lange (daher kommt es, dass die verordneten Senfpflaster so häufig nicht ziehen). Ueberdies ist das Senfpulver leicht zu verfälschen. Noch leichter kann man mit dem schon angemachten Senf angeschiert werden. Die gewöhnlichsten Verfälschungsmittel desselben sind: Mehl, Rübsamen, Ackersenf, Rettigsamen, spanischer Pfeffer, Seesalz und Curcuma zum Färben. Unter solchen Umständen dürfte es angemessen sein, den Senf selbst zu bereiten, zumal dies kein so grosses Kunststück ist.

Der gewöhnliche Tafelsenf wird einfach aus weissem und schwarzem Senf, den man selbst pulverisirt hat, mit Essig angemacht.

Will man etwas ganz Feines haben, so bereite man den Tafelsenf von Lenormand nach folgendem Recepte:

R. Feines Senfmehl Grm. 1000,0 — Dragon Grm. 30,0 — ein Knoblauchkolben und zwölf Salz-Anchovis werden exact zusammengerieben unter Zusatz von so viel Traubenmost und Wasser, als nöthig ist zur bekannten Senfconsistenz. Schliesslich wird ein halbes Trinkglas voll guten Weinessig dazu gegeben.

Zuträglicher ist folgender Senf:

R. Coriander	Grm. 5,0
Nelken	„ 5,0
Zimmt	„ 7,0
Schwarzer Senf	„ 125,0