Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Großer Volkskalender des Lahrer hinkenden Boten

Karlsruhe, Im Digitalisierungsprozess: 1882-1942

Ein bisher verkanntes Nahrungsmittel

urn:nbn:de:bsz:31-62042

Visual Library

Ein bisher verkanntes Nahrungsmittel.

Viele Leser unseres Kalenders werden sich schon gefragt haben, weshalb in der neueren Zeit von einem Stoff so viel die Rede ist, dessen Eigenschaften jedermann hinreichend zu kennen glaubt und von dem ein jeder seit seiner Kindheit weiß, daß er so recht dazu geeignet ist, uns das Leben zu versüßen: wir meinen den Zucker.

Jeder unserer Leser weiß auch, daß es heute nicht mehr ein Vorrecht der Reichen ist, Zucker zu genießen, sondern daß — dank der Entdeckung des Zuckers in unserer heimischen Runkelrübe — der Zucker heute einen so niedrigen Preis hat, daß auch der weniger Bemittelte sich den Genuß desselben nicht mehr zu versagen braucht. Darum finden wir den Zucker heute auch in solchen Haushaltungen, in denen man vor zwanzig und mehr Jahren noch nicht daran dachte, sich den Luxus seines Genusses zu gestatten. Unsere Eltern und Großeltern hielten den Zucker für einen Stoff, dessen Genuß zwar angenehm, aber keineswegs nötig sei, und die Ansicht war eine vielverbreitete, daß es eine Verschwendung sei, für einen solchen Stoff, der noch dazu damals nicht billig war, Geld auszugeben.

Aber seit der Zeit, in der unsere Eltern und Großeltern lebten, hat sich in der Welt gar vieles geändert. Es sind seitdem auf fast allen Gebieten des menschlichen Wissens Entdeckungen und Erfindungen gemacht worden, von denen man in jener Zeit sich noch nichts träumen ließ. Überall erkennen wir, wie es der menschliche Geist verstanden hat, die Naturkräfte in den Dienst der Menschheit zu stellen. Seinem rastlosen Schaffensdrange haben wir z. B. die Eisenbahnen, den Telegraph, den Fernsprecher zu verdanken. Ihm ist es gelungen, nicht nur die geistige, sondern auch die wirkliche Finsternis zu besiegen; während die Öllampe der Vorzeit weniger geeignet war, Licht zu spenden, als die Dunkelheit noch mehr hervortreten zu lassen, erstrahlen heute die Straßen der Städte, die Wohn- und Gesellschaftsräume in fast tagesheller Beleuchtung. Und so ließen sich noch viele Dinge aufzählen, die alle Zeugnis ablegen von der Geistesarbeit der Menschheit.

Geistesarbeit ist es auch, die wir erkennen in dem Streben, das leibliche Wohl der Menschen zu fördern, die Leiden der Kranken zu lindern, die Gesunden vor Krankheiten zu bewahren. Und wieder ist es Geistesarbeit, der wir die Erkenntnis danken, daß zur Erhaltung der Gesundheit in erster Linie eine vernunftgemäße Ernährung dient, und daß bei der Ernährung der Zucker eine gar wichtige Rolle spielt. Das aber ist unsern Eltern und Großeltern nicht bekannt gewesen, und darum können wir es verstehen, daß sie den Zucker nur als ein gut zu entbehrendes Genußmittel ansahen und seinen Verbrauch nach Möglichkeit einschränkten.

Wir Kinder der Neuzeit wissen es, daß der Zucker nicht nur ein Genußmittel, sondern ein wertvolles Nahrungsmittel ist, mit dem wir andere, teurere Nahrungsmittel, wie Fett und Eiweiß, in vielen Fällen ersetzen können. Wir wissen, daß der Zucker nicht nur selbst leichtverdaulich ist, sondern daß ein Zusatz von Zucker auch viele der sogenannten schweren Speisen leichter verdaulich macht. Wir wissen, daß der Zucker für das körperliche Gedeihen unentbehrlich ist, daß er die Muskelkraft erhält, kurz, daß er eins der wichtigsten Nahrungsmittel ist für jung und alt, für arm und reich, für Gesunde und — in den meisten Fällen — auch für Kranke.

Das alles wissen wir, weil die wissenschaftlichen Forscher es uns gelehrt haben. Doch auch die Natur ist unsere Lehrerin. Es ist nicht Zufall, daß unsere Kinder nach süßen Speisen und Getränken verlangen; es ist vielmehr, als ob sie es wüßten, daß sie ohne Zucker nicht gedeihen können.

Nicht umsonst läßt neuerdings unsere Heeresverwaltung den Soldaten auf Märschen und bei anstrengenden Übungen Zucker verabreichen. Es ist von diesen Versuchen die dauernde Verwendung des Zuckers in der Armee zu erhoffen, um damit die Widerstandsfähigkeit und Ausdauer unserer Soldaten zu erhöhen. So bricht sich immer mehr die Erkenntnis von dem hohen Nährwert des Zuckers Bahn, und nun ist es unseren Lesern verständlich, warum durch Wort und Schrift immer und immer wieder auf die Wichtigkeit des Zuckergenusses aufmerksam gemacht wird.

Wir dürfen nicht schließen, ohne darauf aufmerksam zu machen, daß es ein großer Irrtum wäre, zu glauben, daß der Zucker durch künstliche Süßstoffe, wie Saccharin, Zuckerin u. s. w., ersetzt werden könnte, denn alle diese Stoffe haben mit dem Zucker nur die eine Eigenschaft gemein, daß sie süß sind, dagegen besitzen sie nicht den geringsten Nährwert, ja, sie werden von vielen Ärzten für geradezu schädlich gehalten.