Badische Landesbibliothek Karlsruhe

Digitale Sammlung der Badischen Landesbibliothek Karlsruhe

Lesukra - die gesunde und frohe Küche der fortschrittlichen Hausfrau

Fischer, Friederike
Fischer, Friedrich

Heidelberg, 1936

Vorbemerkung.

urn:nbn:de:bsz:31-126216

Visual Library

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Urteile.

Lesukra im Lob der Hausfrau.

Über Lesukra ist in diesem Buch so viel Nützliches und Wertvolles von seinem Schöpfer geschrieben, daß es jetzt an der Ordnung ist, auch einmal von anderer Seite etwas zu hören. Hausfrauen, die mit Lesukra arbeiten, werden jetzt sprechen:

Ihr Lesukra-Dampftopf gefällt uns außerordentlich, die Speisen schmecken besser, neben Arbeitsvereinfachung und Gasersparnis. Von den gesundheitlichen Vorzügen der Dampfküche sind wir nun auch überzeugt.

Karl Hägele, Erfurt, Reichartstr. 15.

*

Ich freue mich, Ihnen bestätigen zu können, daß ich mit dem von Ihnen gelieferten Lesukra-Universal-Dampftopf außerordentlich zufrieden bin und ihn nicht mehr missen möchte.

B. Keinath, Stuttgart, Arminstr. 2.

*

Durch beiliegende Karte gebe ich Ihnen Nachricht, daß ich mit meinem Lesukra sehr zufrieden bin. Täglich mache ich noch neue Erfindungen. Also der Lesukra ist in meiner Küche unentbehrlich und unser Hausarzt sagte, da hätten wir wirklich etwas Gutes. Ich empfehle Ihren Topf jedem, der ihn sieht.

Frau George, Remscheid, Obertalstr. 7.

*

Ich teile Ihnen mit, daß ich mit Ihrem Lesukra-Universal-Dünsttopf außerordentlich gut zufrieden bin. Ich habe schon verschiedene Systeme gehabt, aber keines so gut wie Lesukra. Auch Bekannte, wo ich sie empfahl, sind sehr zufrieden. Weitere Worte zu sagen ist unnütz, denn besser als zufrieden kann man nicht sein.

Johann Kneip, Koblenz, Löhrrondell 7.

*

Hiermit teile ich Ihnen mit, daß ich mit Ihrem Lesukra-Universal-Dampftopf sehr zufrieden bin, und daß er mir als berufstätige Frau schon große Dienste geleistet hat. Nicht nur an Gas, sondern auch an Kraft und Zeit habe ich mir bisher bei seinem Gebrauch soviel erspart, daß ich ihn jeder berufstätigen Frau bestens empfehlen kann.

Erna Unold, Städt. Familienfürsorgerin,
Nürnberg-W., Fürther Str. 254.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Gern bin ich bereit, Ihnen mitzuteilen, daß ich mit meinem Lesukra-Topf sehr zufrieden bin. Möchte denselben nicht mehr missen. Kann ihn nur jeder Hausfrau empfehlen. Gasersparnis macht sich angenehm bemerkbar.

S. Zipfel, Koblenz, Schenkendorfstr. 33.

*

Ich kaufte vor einiger Zeit bei Ihnen einen Topf. Ich bin mit dem Gerät sehr zufrieden. Man hat die Hälfte Arbeit und Essen schmeckt vorzüglich.

A. Braun, Wiesbaden, Schiersteinerstr. 55a.

*

Teile Ihnen mit, daß ich mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf sehr zufrieden bin. Er ist äußerst einfach in der Handbewegung und spart Zeit und Geld, da man mit einer Gasflamme das Gericht in kürzester Zeit fertig hat, für das man normalerweise ohne diesen Topf 4 Flammen braucht. Ein weiterer Vorteil ist der gute Geschmack der Speisen, der sogar appetitanregend wirkt.

Hel. Hagemann, Koblenz, Gutenbergstr. 21.

*

Da wir den Kessel nun schon einige Zeit im Gebrauch haben, möchten wir Ihnen doch eben über unsere Erfahrungen berichten, daß wir den Kessel nicht wieder entbehren möchten, da alles darin Hergestellte uns so gut schmeckt. Auch glauben wir, daß dadurch, daß die Nährwerte nicht verdampfen, wir weniger denn früher nötig haben.

R. Ibach und Frau, Remscheid, Morsbach 39.

*

Ihren Lesukra-Universal-Dampftopf habe ich schon länger im Gebrauch und kann ich nur sagen, daß ich sehr zufrieden bin

Frau Medizinalrat Dr. Kiefer, Heidelberg, Keplerstr. 22.

*

Meine Hausdame ist mit dem von Ihnen gelieferten Lesukra-Universal-Dampftopf sehr zufrieden. Ich werde nicht verfehlen, Lesukra in meinem Verwandten- und Bekanntenkreis zu empfehlen.

Karl Wöhler, Rechnungsrat,
Kiel-Gaarden-Lübeck, Chaussee 52.

*

Mit dem Dampftopf bin ich zufrieden. Gemüse und Kartoffeln schmecken vorzüglich, besonders schmackhaft sind auch Leberklöße.

M. Hollinghausen, Lehrerin, Koblenz-Neuendorf.

*

Ich bestätige Ihnen gern, daß ich mit dem von Ihnen bezogenen Dampftopf wirklich sehr zufrieden bin. Die Speisen haben einen vorzüglichen Geschmack. Töpfe- und Zeitersparnis ist sehr begrüßenswert. Ich kann das Gerät jederzeit wärmstens empfehlen. Auch als kleiner und schneller Einkochtopf leistet er mir gute Dienste.

Gretl Kärcher, Mainz, Gabelsbergerstr. 1.

*

Ich teile Ihnen mit, daß ich mit ihrem Lesukra-Topf sehr zufrieden bin. Ich koche darin die verschiedensten Gemüse, Reis usw., auch habe ich sämtliche Fruchtsäfte darin gemacht durch Auslaugen der Beeren, auch Gläser sterilisiert.

Frau Zahnarzt Eberle, Mühlacker.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Ich bestätige gern, daß ich mit Ihrem Lesukra-Gerät sehr zufrieden bin. Da es schon lange meine Sehnsucht war, einen Dampftopf zu besitzen, war ich hocherfreut, als mir mein Mann zu Weihnachten einen solchen schenkte. Über die einfache Handhabung des Lesukra war ich sehr überrascht. Lesukra ist mir nun unentbehrlich geworden, da das Essen darin gedämpft viel wohlschmeckender ist und nur ganz wenig Zeit erfordert. Das Kochen mit Lesukra hat soviele Vorteile, daß sich die Anschaffung unbedingt lohnt.

S. Fahrer, Heidelberg, Burgstraße.

*

Ich bin sehr zufrieden mit Ihrem Lesukra-Dampftopf. Die Speisen geraten vorzüglich. Frau L. Borski, Kassel, Holländische Str. 48.

*

Mit dem von Ihnen gelieferten Universal-Dampftopf bin ich sehr zufrieden. Die Speisen schmecken ausgezeichnet. Ich spare durch diesen Topf sehr viel Zeit und Brennmaterial. Da ich jeden Tag noch meinem Beruf nachgehe, kann ich am Abend noch das gleiche Essen zubereiten, wie wenn ich daheim wäre, was mir ohne den Topf nicht möglich wäre. Habe ihn deshalb in meinem Freundeskreis sehr empfohlen.

Emma Zänker, Mühlacker, Zeppelinstr. 15.

*

Kann Ihnen hierdurch mitteilen, daß ich den Lesukra-Topf sehr lieb gewonnen habe und es mir viel Freude macht, ihn in Gebrauch zu nehmen.

F. Herrmann, Kiel, Holtenauer Str. 202.

*

Ihnen zur Mitteilung, daß ich mit Ihrem Lesukra-Dampftopf sehr befriedigt bin. Möchte ihn nicht mehr missen.

Rosine Tausch, Tübingen, Im Stöckle.

*

Die im Lesukra zubereiteten Speisen schmecken und bekommen uns recht gut. Beim Sterilisieren von Obst und Gemüse hat sich der Apparat bestens bewährt. E. Maennschen, Mainz, Colmarstr. 9.

*

Bin mit Ihrem Dampftopf recht zufrieden und kann ihn jeder Hausfrau nur empfehlen. Frau August Schädel, Neckarsulm, Gartenstr. 6.

*

Mit dem gelieferten Lesukra-Universal-Dampftopf bin ich sehr zufrieden und möchte solchen nicht mehr missen.

August Seyboth, Schwäbisch Hall, Neue Str. 26.

*

Mit dem von Ihnen gelieferten Lesukra-Universal-Dampftopf bin ich sehr zufrieden. Ich bin bemüht, den Topf in meinem Bekanntenkreis aufs Wärmste zu empfehlen.

Frau Wwe. Heinr. Schneider, Birkenfeld, Wasserschiederstr. 12.

Mit Ihrem Lesukra bin ich sehr zufrieden. Es ist für die Hausfrau doch eine rechte Erleichterung zu wissen, es kocht nichts über, es brennt nichts an, und was ausschlaggebend ist, es wird zu allem viel kürzere Zeit benötigt. Viel Kochsalz weniger, was wieder dem Körper sehr zugute kommt.

Herta Häußler, Schwäbisch Hall, Heilbronner Str. 18.

*

Wir teilen Ihnen mit, daß wir mit dem von Ihnen gelieferten Dampftopf sehr zufrieden sind. Wir haben denselben auch schon empfohlen und zur Probe ausgeliehen.

Georg Rülke, Schiltach, Schloßmühle.

*

Teile Ihnen hierdurch mit, daß ich mit dem Lesukra-Topf recht zufrieden bin.

Maar, Darmstadt, Mackensenstr. 40.

*

Ich bestätige Ihnen gern, daß mir Ihr Dampftopf gut gefällt.

Emma Jessen, Kiel-Wellingdorf, Ernst-Friedrich-Str. 9.

*

Gern teile ich Ihnen mit, daß ich mit dem Lesukra-Kochtopf vollauf zufrieden bin. Ich möchte ihn nicht mehr missen. Er ist der treueste Helfer meines Haushalts.

Fr. Bradur, Hauptlehrerin, Mühlacker.

*

Bestätige Ihnen gern, daß ich mit Ihrem Dampftopf vollauf zufrieden bin. So sehr ich anfangs voreingenommen war, so begeistert bin ich jetzt von ihm. Ich hatte in meiner früheren Kochart immer versucht, den Nährwert der Speisen möglichst zu erhalten. Nie ist mir dies so restlos gelungen wie hier. Ich wünsche Ihnen weiterhin beste Erfolge.

Luise Hauf, Darmstadt, Herderstr. 24.

*

Mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf bin ich sehr zufrieden. Der Nährwert der Speisen bleibt erhalten und spare Zeit und Brennmaterial.

Frau Bezirksl. Spatz, Marktoberdorf.

*

Bin mit Ihrem Apparat sehr zufrieden und kann denselben bestens empfehlen.

Frau Mathias Biewer, Kell, Rheinsfelderstr. 121.

*

Ich bin gerne bereit, Ihnen meine vollste Zufriedenheit mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf zu bescheinigen. Ich koche meine gesamte Mahlzeit in dem Topf und kann mich nur jedesmal darüber freuen, wie angenehm es ist, wenn man nicht immer Angst zu haben braucht, daß die Speisen anbrennen könnten, was hier ja niemals der Fall ist. Ich bin jederzeit bereit, immer meine Zufriedenheit über das Kochgerät bekannt zu geben.

Frau E. Steinhäuser, Bielefeld, Reichspoststr. 6.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Ich kann Ihnen versichern, daß ich mit dem von Ihnen erworbenen Lesukra-Universal-Dampftopf sehr zufrieden bin, weil er allen an ihn im kleinen oder großen Haushalt gestellten Anforderungen entspricht.

Martha Schornstheimer, Mainz, Trajanstr. 5.

*

Bin mit Ihrem Kochtopf sehr zufrieden.

Käthe Boos, Koblenz, Eltzerhofstr. 6a.

*

Mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf bin ich bis dato hochbefriedigt. Hauptsächlich spart man damit viel Brennmaterial.

Chr. Kammerer, Sulgau.

*

Ich teile Ihnen mit, daß ich mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf recht zufrieden bin.

Karl Brockob, Quickborn.

*

Ich teile Ihnen höfl. mit, daß ich mit Ihrem Lesukra-Universal-Dampftopf sehr zufrieden bin.

Jakob Heinemann, Bonn, Weberstr. 6.

*

Will Ihnen mitteilen, daß ich mit Ihrem Apparat sehr zufrieden bin, weil er mir schon viel Zeit ersparte. Man kann ihn ja auch für alles gebrauchen, zum Kochen und zum Einmachen.

Fritz Elzer, Ehrang, Quinterstr. 23.

*

Teile Ihnen mit, daß ich mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf sehr zufrieden bin. Alle Gemüse sind sehr schmackhaft, auch Fleisch und Kartoffeln.

Frau Wolf, Darmstadt, Stiftstr. 9.

*

Meine Frau und ich sind heute noch entzückter und gelüstiger und dankbarer für unseren Dampftopf Lesukra als vor 1 Jahr, als Ihr uns denselben geliefert habt. Derselbe ist das und entspricht vollkommen, ja darüber hinaus dem, was uns von der Firma angepriesen wurde. Kurz gesagt, er ist unser Juwel.

Franz Schlang, Pforzheim, Zerenerstr. 25.

*

Mit Ihrem Lesukra-Dampftopf sind wir sehr zufrieden und haben wir ihn allen unseren Bekannten wärmstens empfohlen, nicht allein der Gaserspamis wegen, sondern der fabelhaften schnellen und gesunden Zubereitung der Speisen.

Wanda Heinrich, Wiesbaden, Klarenthalerstr. 1.

*

Der von Ihnen bezogene Lesukra-Universal-Dampftopf ist zu meiner größten Zufriedenheit ausgefallen. Ich spare Zeit, Geld und Arbeit. Ich habe den Topf sehr viel im Gebrauch. Der Geschmack der Speisen erhöht sich. Er ist kräftiger und natürlicher.

Else Richter, Darmstadt, Lichtenbergerstr. 71.

Teile Ihnen mit, daß wir mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf zufrieden sind. Wir werden den Dampftopf jedermann empfehlen.

Katholisches Pfarrhaus, Dillstein-Pforzheim.

*

Meine Zufriedenheit über den Topf kann ich am besten dadurch zum Ausdruck bringen, wenn ich Ihnen schreibe, daß ich in den wenigen Wochen schon, seit ich Lesukra besitze, voll und ganz die Vorzüge des Topfes schätzen lernte und den Topf bestimmt nicht mehr in meiner Küche missen möchte, denn für die allein arbeitende Hausfrau ist es eine große Ersparnis an Zeit, Arbeit und Gas, ein Mittagessen, 4 Speisen in einem Topf in der Hälfte der sonst üblichen Zeit fertig zu haben. Jeder Hausfrau kann ich diesen Topf mit gutem Gewissen empfehlen.

Frau M. Rick, Stuttgart-W., Leipziger Platz 4.

*

Ich teile Ihnen mit, daß ich mit dem Topf sehr zufrieden bin. Überhaupt beim dämpfen von jungen Gemüsen, auch bei Fleisch und sonstigen Sachen hat der Topf sich gut bewiesen.

Frau A. Kuhn, Sinsheim, Adolf-Hitler-Str. 524.

*

Der Lesukra-Universal-Dampftopf hat uns zufriedengestellt und möchten denselben nicht mehr missen.

Bernhard Grewer, Hermeskeil, Nonnenweilerstr. 275.

*

Mit Ihrem gelieferten Gerät ist meine Frau und wir alle sehr zufrieden. Das Essen schmeckt ganz anders wie sonst. Wir freuen uns immer, wenn das Gerät benutzt wird. Das Aroma ist ganz vorzüglich, da die Kraft nicht verschwindet, sondern durch das Gerät gefördert wird. Wir empfehlen dasselbe überall.

Wilhelm Schmidt, Lichtspielhaus, Kirn.

*

Aus persönlichem Dankesgefühl, erachte ich es als meine Pflicht, den Lesukra-Universal-Dampftopf jeder Hausfrau bestens zu empfehlen. Die Güte der damit zubereiteten Speisen, sowie die praktischen Vorteile sind meinerseits unvergleichlich.

Else Schild, Mainz, Schlageterstr. 39.

*

Gern teile ich Ihnen mit, daß ich mit dem Lesukra-Universal-Dampftopf sehr zufrieden bin. Es ist mir täglich eine Freude, wenn ich die Speisen so geschmackvoll und weich gedämpft nach so kurzer Zeit herausnehmen kann. Ich habe den Lesukra auch in unserem Bekanntenkreise empfohlen.

Stadtmissionar Walz, Stuttgart 13, Am Klingenbach 50.

*

Wir teilen Ihnen mit, daß wir mit dem Lesukra sehr zufrieden sind. Alle darin gedämpften Gemüse usw. haben einen viel besseren Geschmack. Zudem macht sich der Preis schon dadurch bezahlt, daß eben alle Essen zusammen auch auf dem kleinsten Ofen mit einem Mal dünsten können, nichts anbrennt usw. Möchten diesen nicht mehr missen und haben denselben nicht nur hier im Haus, sondern auch bei anderen Familien bestens empfohlen.

Marie Asendorf, Landstuhl, Kaiserstr. 12.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Der von Ihnen erworbene Dampftopf hat mir schon gute Dienste geleistet und kann ich denselben bestens empfehlen.

Georg Neuen, Wiesbaden-Dotzheim, Wilhelmstr. 26.

*

Ich kann Ihnen über den Lesukra-Topf nur meine vollste Zufriedenheit mitteilen. Ich könnte mir meinen Haushalt ohne obigen Topf gar nicht mehr vorstellen.

Gretl Fischer, Tübingen, Johannesweg 9.

*

Der von Ihnen bezogene Lesukra-Universal-Dampftopf hat mir schon gute Dienste geleistet und bin ich damit sehr zufrieden.

Frau M. Groß, Wiesbaden-Dotzheim, Wilhelmstr. 26.

*

Ich gestatte mir Ihnen mitzuteilen, daß der von Ihnen uns zugegangene Apparat Lesukra alle Vorzüge enthält. Das in diesem Dampftopf zubereitete Essen ist der anderen Kochweise gegenüber viel wohlschmeckender und kräftiger. Was die Handhabung desselben betrifft, so kann ich nur sagen, daß die Behandlung sehr einfach und daher sehr praktisch ist. Ich kann Ihren Dampftopf nur jeder Hausfrau bestens empfehlen.

Jakob König, Pol.-Hauptwachtmeister, Zweibrücken, Mozartstr. 4.

*

Ich teile Ihnen mit, daß ich mit dem Lesukra-Topf recht zufrieden bin.

E. Dürr, Stuttgart-W 75, Zeppelinstr. 95.

*

Ich kann Ihnen mitteilen, daß ich mit dem Lesukra-Topf sehr zufrieden bin, besonders habe ich festgestellt, daß das Essen nur mit der Hälfte der Heizkraft weichgedünstet werden kann und der Geschmack besser ist als in anderen Gefäßen gekochtes Essen.

Karoline Schäfer, Pirmasens, Bergstr. 1.

*

Sind mit „Tischlein deck dich" sehr zufrieden.

J. Pitschmann, Elberfeld, Stuttgarter Str. 3.

*

Mit dem im Juni bezogenen Lesukra-Universal-Dampftopf bin ich sehr zufrieden. Auch hat er mir beim Einkochen von Obst gute Dienste geleistet.

Frau Hoffmann, Darmstadt, Gräfenstr. 23.

*

Wir können Ihnen mitteilen, daß wir mit dem Kochapparat sehr zufrieden sind und können diesen allen aufrichtigst empfehlen. Neben einfacher und guter Zubereitung der Speisen ist der Gasverbrauch und sonstiges Brennmaterial sehr gering.

Ullrich, Feldwebel, Tübingen-Derendingen, Lindenstraße.

*

Der Dampftopf gefällt mir so gut, daß ich ihn anderweitig empfohlen habe, die auch einen Topf haben wollen.

Heinr. Wolter, Timmendorf, Gremsmühlen.

Wir teilen Ihnen mit, daß wir mit dem Lesukra-Topf zufrieden sind.
Karl Fleischer, Erfurt, Auenstr. 75.

*

Lesukra finde ich für ein ideales und sparsames Dämpfen. Bin sehr zufrieden.
Marg. Kast, Ulm-Söflingen, Müllstr. 55.

*

Ich habe den Lesukra-Dampftopf nun schon einige Monate im Gebrauch. Ich bin damit sehr zufrieden. Besonders die Gemüse schmecken darin weit besser.
Frau Daub, Bonn, Ellerstr. 94.

*

Lesukra ist das „non plus ultra" in der Küche. Das ist unser Urteil, für das von Ihnen geschaffene Kochgeschirr. Bedauern bloß, es nicht schon früher besessen zu haben.
Henry Krattiger, Dentist, Mainz-Hechtsheim, Horst-Wessel-Str. 1.

*

Ich teile Ihnen mit, daß ich mit dem Lesukra-Dampftopf sehr zufrieden bin, und kann denselben jedermann aufs Wärmste empfehlen. Die Vielseitigkeit in der Zubereitung der Speisen ist so groß, ich mache z. B. alles darin.
S. Dünnebeil, Weimar, Karlsplatz 9.

*

Sehr gern teile ich Ihnen mit, daß ich mit Ihrem Lesukra-Dampftopf sehr zufrieden bin. Das darin gedämpfte Essen schmeckt besser und ist bekömmlicher. Ich bin überzeugt, daß dieser Topf einen großen Teil zur Volksgesundheit beiträgt. Ich habe Ihren Lesukra schon recht empfohlen.
Schwester Lina Weber, Heilbronn, Kaiserstr. 23.

*

Mit Ihrem Lesukra bin ich voll zufrieden.
Frau B. Walter, Bad Dürkheim, Obermarkt 2.

*

Über den seit 5 Monaten in Benutzung befindlichen Lesukra-Dampftopf bin ich sehr beglückt. Er leistet mir, an Bequemlichkeit, Sparsamkeit und Feingeschmack des Essens recht gute Dienste.
E. Braukmann, Wiesbaden, Kirchgasse 25.

*

Wir teilen Ihnen mit, daß wir mit Ihrem Lesukra-Dampftopf zufrieden sind und denselben in unserer Küche gern gebrauchen.
Fr. Becker, Wuppertal-Cronenberg, Schulweg 11.

*

Bin nun seit 3 Monaten im Besitz des Lesukra-Dampftopfes. Benutze ihn täglich und bin sehr zufrieden.
Frau Hütz, W.-Elberfeld, Kleeblattstr. 76.

*

Bin mit dem Lesukra-Topf sehr zufrieden und empfehle ich diesen überall.
C. Klein, Bonn, Eifelstr. 110.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Ihren Lesukra-Topf habe ich nun ausprobiert und bin sehr zufrieden. Es imponiert mir die Arbeitsvereinfachung des Kochens und dann muß ich Ihnen bestätigen, daß die im Lesukra gedämpften Speisen viel schmackhafter sind als gewöhnlich gekochte, und das Schönste, es kocht nichts über und brennt nichts an. Frau Martha Ille, Heilbronn, Oststr. 99.

*

Mit dem Lesukra-Universal-Dünsttopf bin ich gut zufrieden.
A. Schweizer, Neckarsulm, Viktor-Brunner-Str. 19.

*

Mit dem Lesukra-Topf sind wir sehr zufrieden.
Sebastian Baur, Reichsbahn-Obersekr., Aalen, Ziegelstr. 7.

*

Wir erhielten den Lesukra-Universal-Dünsttopf und danken Ihnen für die Übersendung desselben. Inzwischen haben wir ihn auch ausprobiert und schon nach dem neuen Verfahren gedünstet. Meine Frau ist sehr zufrieden damit. Friedrich Kircher, Pirmasens, Steinstr. 14.

*

Der Topf macht mir viel Freude.
Frau Kath. Merchel, Speyer, Adolf-Hitler-Str. 13.

*

Habe Ihren Lesukra-Universal-Topf erhalten. Bin sehr zufrieden damit.
Frau Adam König, Pirmasens, Herzogstr. 11.

*

Mit Ihrem Lesukra-Dampftopf sind wir sehr zufrieden und haben ihn bei unseren Bekannten wärmstens empfohlen. Die Güte der darin zubereiteten Speisen ist unvergleichlich.
Anton Friese, Mülheim-Speldorf, Cesselbruchweg 82.

*

„Bin sehr zufrieden" und mehr als zufrieden kann man nicht sein, das sind die Aussprüche, die sich als Glieder in die unerhört große Lesukra-Erfolgskette einreihen.

Lesukra ist auch unentbehrlich in der Krankenküche.

Wichtig für Ärzte, Sanatorien und Diätküchen.

Hersteller:

B·N·K BODEN-, NAHRUNG- UND KÜCHENKULTUR
FISCHER & CO.

HEIDELBERG · HELMHOLTZSTR. 8

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Köchen
168640
7-6

Benutzte Literatur.

Dr. v. Borosini, Kultursiechtum und Säuretod.
Dr. F. Buse, Neuzeitliche Ernährung und Küchenführung.
Dinand, Handbuch der Heilpflanzenkunde.
Hagers Handbuch der pharmazeutischen Praxis.
Dr. M. Hindhede, Die neue Ernährungslehre.
Dr. Hch. Meng, Das ärztliche Volksbuch.
Dr. C. Röse, Eiweißüberfütterung und Basenunterernährung.
Prof. Dr. Schulz, Wirkung und Anwendung der deutschen Arzneipflanzen.
Dr. Friedr. Wolk, Die Natur als Arzt und Helfer.
Prof. Schönenberger, Der Naturarzt.
Dr. med. Fritz Lux und Frau Sophie Lux, Ungesalzen und vitaminreich.
Klara Ebert und Ragnar Berg, Die Küche der Zukunft.
Dr. med. Bircher-Benner, Wendepunkt Kochbuch.
Praktisches Kochbuch, Globus-Verlag Berlin.
Volkskochbuch, Mary Hahn, Verlag, Berlin.

Ferner Werke von:

Dr. med. C. Anton, Dr. Balzli, Dr. Bohn, Prof. Bier, Bircher-Benner, Ragnar Berg, Dr. Liek, Prof. Klemperer, Prof. C. v. Pirquet, Dr. Stauffer, Weitzel, Dr. med. Siegfried Möller, Dr. Bock, J. Möhringer, W. Lauschk, Friedrich Robert, D. Schöpwinkel, Dr. H. Pudor und weitere Gedanken, Erfahrungen und Schrifttum von nicht genannten großen Biologen, Ernährungsphysiologen, Reformern und Ärzten.

Wir empfehlen dem Leser, sich weiter in die biologische Lebensweise zu vertiefen und dieserhalb die grundlegenden Werke von vorstehenden Verfassern, die durch jede Buchhandlung zu beziehen sind, zu lesen. „Wissen ist Macht", und in diesem Falle bedeutet Wissen Gesundheit. Der dafür aufgewandte Kaufpreis bringt tausendfältige Ernte, denn Gesundheit ist das höchste Gut. Je mehr sich die natürliche Lebens- und Gesundheitslehre im Volke verbreitet, um so gesünder wird ein Volk, und Volkskraft ist Nationalvermögen.

BLB Karlsruhe
54 81103 6 031

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg

Vorbemerkung.

Dieses Küchenbuch will in gedrängter Form den Weg zur gesunden und frohen Küche zeigen. Es ist daraus nicht die sogenannte bessere Schlemmer-Küche zu erlernen, jene Küche, an der alljährlich viele Menschen zu früh ins Grab sinken, sondern es wird in diesem Buch auf leichte und einfache Weise gezeigt, wie man für die Gesundheit fördernde Speisen zubereiten und behandeln soll. Hat die Hausfrau dies erfaßt und handelt sie danach, so hat sie den Schlüssel zur Gesundheit der Familie in Händen und ist im wahrsten Sinne des Wortes der Arzt des Hauses.

Obwohl der Zusammenhang von Küche und Gesundheit jedermann bekannt ist, herrschen darüber doch die verkehrtesten Meinungen.

Wie wir durch eine richtig gewählte und vernünftig zubereitete Nahrung unsere Gesundheit erhalten, Kranke gesund nähren, unsere Kinder und Familienglieder zu blühenden, arbeitstüchtigen Menschen machen können, so können wir auch durch eine falsche, mangelhafte, minderwertige Ernährung und wertherabsetzende Kochweise Elend, Siechtum, Kindersterblichkeit und Volkskrankheiten wie Krebs, Tuberkulose, Rachitis, Blutarmut, Nervenschwäche, Gicht, Zuckerkrankheit usw. fördern. Es sollte deshalb jede Hausfrau über die Frage unterrichtet sein: was sollen wir essen und was nicht und wie sollen die Nahrungsgüter bis zur eßfertigen Form behandelt werden, um das zu schaffen, was wir uns alle wünschen: **Leben, Gesundheit und Kraft.**

Von der Aufgabe durchdrungen, daß die sittliche, moralische und gesundheitliche Hochzucht des Menschen mit einer bewußten, zielklaren Ernährung zu beginnen hat, bringen wir hiermit die

dritte Auflage.

Heidelberg, im Juli 1936.

BLB BADISCHE LANDESBIBLIOTHEK
Baden-Württemberg