

Soeben erschienen!

Zwei neue wichtige Bücher des
Reformators unserer Ernährung
Dr. med. Hindhede.

Von höchster Bedeutung für jeden Haushalt im Kriege, besonders im Hinblick auf die gesetzliche Nahrungsmittelregelung durch fleischlose Tage.

Teil 1:

Theoretischer Teil.
*(Jeder Teil ist auch
 einzeln käuflich.)*

Gemeinverständliche Darlegung und
 wissenschaftliche Beweise der Hind-
 hedeschen Ernährungs-Grundsätze.

Moderne Ernährung.

Gebunden 1.80 Mk. Ladenpreis.

1.35 Mk. netto, 1.20 Mk. bar.

Frei-Expl. 11/10.

Dr. med. Hindhedes bahnbrechende Untersuchungen erregen seit Jahren das größte Aufsehen in wissenschaftlichen sowie in Laienkreisen, denn Dr. Hindhede hat durch zahlreiche Versuche den Nachweis erbracht, daß die bisherigen Grundlagen unserer Ernährung falsch sind. Das vorliegende Buch widerlegt alle Angriffe, die auch dem verdienstvollen Reformwerk Dr. med. Hindhedes nicht erspart geblieben sind.

Ueber die so wichtige Ernährungsfrage bestehen in den weitesten Kreisen nur ganz unklare Vorstellungen. Die allgemeinverständlichen Ausführungen Dr. Hindhedes setzen jeden in die Lage, sich mit dieser ernststen Lebensfrage zu beschäftigen. Ausführliche Literatur- und Quellennachweise ermöglichen Ärzten und allen Interessenten die Nachprüfung und ein tieferes Eindringen.

5 Milliarden Mark jährliche Ersparnis

würde es bedeuten, wenn an der Ernährung jedes Menschen in Deutschland täglich nur 20 Pfg. gespart würden! Dr. Hindhede weist sogar nach, daß noch viel größere Ersparnisse erzielt werden können, ohne das Wohlbefinden zu beeinträchtigen, vielmehr würde eine vernunftgemäße Ernährung den Gesundheitszustand unfres Volkes sogar heben.

Die Bücher sind gerade für die jetzige Kriegszeit von höchster Bedeutung.
 Bitte dieselben an auffallender Stelle auszulegen! — Bestellzettel anbei.

W. Vobach & Co., Leipzig.

Teil 2:

Praktischer Teil.
*(Jeder Teil ist auch
 einzeln käuflich.)*

Praktisches Kochbuch zum System Dr. med. Hind-
 hede mit 292 praktisch erprobten Kochrezepten.

**Praktisches Kochbuch
 zum System Dr. med. Hindhede.**

Gebunden 2.60 Mk. Ladenpreis.

1.95 Mk. netto, 1.80 Mk. bar.

Frei-Expl. 11/10.

Billig, schmackhaft und nahrhaft sind die Forderungen, die wir an alle Speisen stellen müssen. Dr. Hindhede gibt der Hausfrau praktische Anleitungen, wie sie diese Forderungen vereinigen kann.

Nicht wie bisher nach Gutdünken, sondern mit Ueberlegung kochen und die Zusammenstellung der Speisen nach ihrem Nährwerte wählen, muß der Grundsatz jeder Hausfrau werden! — Der durch den Krieg veranlaßte Mangel an manchen Nahrungsmitteln, die bisher als selbstverständlich und unentbehrlich betrachtet wurden, hat allen Hausfrauen zum Bewußtsein gebracht, daß sie in der Hauswirtschaft völlig umlernen müssen. Wenn das System Dr. Hindhede bei uns die Verbreitung findet, die es seiner Bedeutung nach verdient, so ist für alle Zeiten jede Verfüchtung von Nahrungsmangel beseitigt.