

Südwestwinde die Küsten von Brest verlassen müssen.

Italien.

Die Unruhen in Turin sind gestillt und der König hat allen, die dabei arretirt worden, Verzeihung ankündigen lassen, ausgenommen die Häufel-führer und anderer Verbrechen schuldig gewordene. Buonaparte ist nun wirklich nach Udine abgereist, um den Frieden mit Oesterreich abzuschließen.

Ueber den Werth verschiedener Gattungen von Zugemüsen.

(Beschluß.)

Die Kartoffeln haben dieß zwar mit andern Mehlspeisen gemein, daß sie die Fetthaut ausdehnen und die Muskeln ohne Kraft lassen — daher auch das mit dieser Erdfrucht gemästete Vieh kein derbes, sondern weiches und fettes Fleisch hat — allein dieß berechtigt noch keineswegs zu der Klage, die einige gegen sie angestimmt haben, als ob sie nämlich an der jetzigen Schwäche unsrer Generation schuld wären, oder als ob seit ihrer allgemeinen Einführung Faul- und schleichende Katarrhaltieber häufiger geworden wären. Wie wäre dieß möglich, da die Kartoffeln nichts Alkalisches enthalten, nichts Faulliches geben, sondern, wie alle Vegetabilien, sogleich in Säure übergehen, mithin der Fäulniß vielmehr widerstehen.

Ueberhaupt ist die mehlichte, zerreibliche Beschaffenheit der Kartoffeln Bürge, daß sie gesund sind. Daher sie auch bei

den meisten wirklich schwächlichen, mit Säure geplagten Personen, als ein einfaugendes Mittel wirken, und wenn man sie mäßig genießt, leicht verdaut werden können.

Aber Mäßigkeit bedürfen sie, wie jedes andre Nahrungsmittel, wenn sie nicht, besonders schwachen, sitzenden, engbrüstigen, zu Drüsenverstopfungen geneigten Personen schaden sollen. Auch Kindern, vorzüglich solchen, die wenig Bewegung haben, müssen sie nur sparsam gereicht werden. Zu öfterer Genuß des Lages, Ueberladung und schädliche Zubereitung derselben schadet allerdings; allein dieß ist auch bei allen andern Nahrungsmitteln und noch weit mehr bei den Mehlspeisen der Fall.

Die gesündeste Zubereitung derselben ist ohnstrittig die, wo sie ganz in Wasser gekocht und mit Butter gegessen werden. Doch auch den Brei davon, besonders mit Milch bereitet, ingleichen das Zugemüse davon in Fleischbrühe gekocht, oder mit einer Essigbrühe übergossen, ja selbst die daraus gebackenen Kuchen sind gar nicht ungesund. Außerst schädlich ist es aber, die rohgeriebenen Kartoffeln zu einem Kuchen zu backen, oder sie trocken durch Dampfen gar zu braten, so wie auch gegen die Vermischung mit Mehl zu Brode manches zu erinnern wäre, wenn nicht dieses gemeiniglich mehr aus Noth und also nur selten geschähe.

Etwas vom Obst.

Obst gehört unter die besten Geschenke der Natur, zu den gesündesten und angenehmsten