

gänzlich abhelfend, ist folgendes gefunden worden: Ein Stückchen gut ausgeräucherten Schinken zerschneide man in ganz dünne Scheibchen, und tunke sie in Salz mit einer guten Portion nicht gar zu klein gestoßenen Pfeffers vermischt, und esse sie mit schwarzem altbacknem Brot. Wer sich dieses Frühstückes nur 6 bis 8 Wochen unausgesetzt bedient, der wird gewiß finden, daß alle andere erkünstelte Magenstärkungen nicht dagegen in Betracht kommen, und nicht mehr nöthig haben, sich ihrer zu bedienen.

178.

### Etwas Nützliches für Punschtrinker.

.....

Wenn man das nöthige Wasser zum Punsche 2 oder 3 Stunden vorher mit einer Hand voll Reis kochen läßt und auf diese Weise das Wasser vorbereitet, so wird der Punsch ohne Vergleich viel besser, d. h. viel stärker und süßer, als wenn das Wasser nicht auf diese Art vorbereitet worden ist.

179.

### Ein inländischer guter Thee.

.....

Wenn der wiederkehrende Frühling die Erde wieder aufschließt, und eine zahllose Menge heilsamer Pflanzen aus ihren Keimen hervorlockt, ist es rathsam, auf ein Kraut aufmerksam zu seyn, das mit allem Rechte einen ehrenvollen Platz unter denjenigen Gewächsen verdient, welche

welche