

aus wohlmeinender Absicht dem Hungertode überliefert wird, mancher Kranke an Entkräftung stirbt, der durch rationelle Ernährung, durch stärkende Mittel zu rechter Zeit hätte erhalten werden können. Wenn es dem Kranken besser geht, wenn die kräftige Natur ihm über Medicin und Wassersuppen hinaus geholfen hat, so sagt der Arzt mit weiser Miene: „Essen Sie Braten!“ Wie aber der Braten bereitet werden muß, welches das beste Fleisch, wie das Fleisch zu behandeln ist, das weiß der Doctor gewöhnlich selbst nicht, und die Hausfrau, die den Braten bestellt, die Köchin, die ihn brät, weiß es gewiß erst recht nicht.

Gebratenes Fleisch giebt es leider in Deutschland beinahe gar nicht mehr; im Sparofen gebackenes Fleisch nennt man so. Ein wirklich wohlschmeckender und namentlich für den Kranken gesunder Braten läßt sich nur am offenen Feuer, nur am Spieße machen, und das aus mehreren Gründen. Jedes Fleisch, welches einige Zeit vor dem Braten aufgehängt gewesen ist, hat, wenn es nicht sehr vorsichtig behandelt wird, einige Stellen, wo namentlich das Fett nicht mehr ganz frisch ist, wo es anfängt den ersten Prozeß der Verwesung durchzumachen. Stellt man nun ein solches Stück Fleisch in den Ofen, so durchzieht dieses verdorbene Fett das Fleisch, es entwickeln sich Dünste im Ofen, die schädlich auf das Fleisch wirken. Ist der Braten dagegen am drehenden Spieße vor dem offenen Feuer, so schließen sich durch Einwirkung des Feuers