

daß alles Brodt wohl gegohren gesünder
sey / als ungegohren / oder auffgegan-
gen ; darumb / daß die gehörige Propor-
tion des Gests oder Sauerteiges / dem
Mehle seine Festigkeit benommen / und
dem Magen-Safft verdaulich gema-
chet / daß es viel leichter in einen Nah-
rungs-Safft verwandelt werden kan.
Denn auff solthane Weise werden die
Zähen und schleimige Theile des Korn
mehr und mehr zertheilet / die sonst noch
nicht entbunden / sondern an einander
gebunden / und von des Magens Gühr
oder Gest erst gelöst werden solten / und
wird der Magen solcher Gestalt nicht
damit beschweret / wenn diese gebühren-
de Vorbereitung allbereit auffer dem
Magen / durch sattsame Gühr und Ro-
chung geschehen / darff auch so lange
nicht in den Magen zu liegen / als wenn
es diese Vorbereitung nicht gehabt hät-
te.

Darnach ist alles Brodt besser von
klaren gebütelten Mehl / als von ge-
schrottenen Korn / sintemahl das Lebens
Feuer