

## Salat-Speisen.

883. Zelleren die Wurzel und das zarte Kraut/ so weiß wird wie Endivien / sauber gebuzt / gewaschen/ und mit Saltz / Essig / Baumöhl und Pfeffer angemacht.

884. Ruben-Salat/ wird von dem jungen zarten Kraut/ so im Früh-Jahr an denselbigen aufschlägt/ gemacht / zuvor abgessotten / in kaltem Wasser widerumb abgekühlt / und alsdann mit Essig / Saltz und Baumöhl angemacht und nachbelieben auch mit Pfeffer bestreuet.

885. Man kan diß Rub-Kraut also abgebrüht/ auch mit frischem Butter / Saltz / Pfeffer kochen / und auff Häring oder sonst gesalzenen Fischen geben.

### Allerhand Zeug und Zusatz/ zu den Speisen zugebrauchen.

886. Saltz ist in allen Kuchen bald das nothwendigste und vornehmste Stuck / so man an truckenen Orten / in hölzinen Geschirzen auffhaltet / darvon man zum täglichen Gebrauch nach Nothturfft in die Kuchen gibt. Es sollen die Köch in Saltzung der Speisen recht Ziehl und Maß gebrauchen / und allzeit weniger als zuviel nehmen / sintermalen die gar gesalzene Speisen den Menschen insgemein schädlich sind.

887. Wann man Wildprat / oder Fisch einsalzen will / soll man das Saltz rein zerstoßen / und wanns nicht wol dürr / in einer eysernen Pfannen über dem Feuer umbrühren / so nimts das Fleisch gern an/ und ist desto schükziger.

888. Gesalzen Fleisch/ Fisch/ grün oder gedörzt/ sollen ehe mans kocht/wol abgewaschen/ und ein zeitlang

in