



Von Fischen und Fasten- Speise.

Die Fische so in gemeinen Brauche seyn natürlich kalt und feuchte/ Meers Fische doch am wenigsten / von wegen des Salts/ Wassers. Gesalkene Fische sind am ungesundesten, denn sie speisen übel/ und bringen Durst. Je härter/ steinigter und frischer ein Wasser ist/ je besser die Fische darinnen seyn/ und auch gesünder als andere.

Alle Fischwerck sind undaulich / von wegen ihrer Kälte und Schleimigkeit/ machen ein kalt Phlegmatisch Geblüt/ daraus mancherley Siechtage entstehen/ schwächen die Glieder / bringen Wassersucht und grossen Durst/ Feuchte im Leibe/ und Unfruchtbarkeit. Darum hüte dich vor Fischen / die nicht wol gesotten sind.

Fische wohl sieden.

Mache stets darunter ein gut Feuer ohne Rauch/ wenn die Gräb abgehen/ so haben sie sein Genüg/ schäume sie fein/ würck und salze sie zu rechter Zeit ab / koste sie wohl / und truckene sie denn mit Eßig ab / und darnach lege sie in trucken oder naß / und trage
 sie