

Einleitung.

Die Grundbedingung alles Lebens und Wachstums ist Ernährung.

Die Pflanze zieht aus Erde, Wasser und Luft ihre Nahrung an sich, das Thier sucht, durch seinen Instinkt geleitet, die seinem Körperbau zusagende auf; der Mensch bereitet sich die Nahrung. Mit dem Bedürfnis nach Nahrung und einem veredelten Geschmackssinn hat er zugleich die Gabe erhalten, durch zweckmäßige Verbindungen der Nahrungsmittel nicht nur letzteren zu befriedigen, sondern auch seine Gesundheit zu fördern. Es entstand allmählich die Kunst, schmackhafte Speisen zu bereiten, die den Appetit reizen und durch den Genuß die Mühe der Zubereitung lohnen.

Eine gute Mahlzeit ist der Mehrzahl der Menschen der angenehmste und daher gesuchteste Lebensgenuß; sie übt einen außerordentlichen Einfluß auf unsere Stimmung aus, denn unser körperlicher und geistiger Zustand hängt größtentheils von der Nahrung ab, die wir genießen. Schließt sich nicht jedem unserer Feste eine Mahlzeit an? hier die heitere Tafelrunde bei Verlobung oder Hochzeit, dort der Kindtaufschaus; dort feiern beim geselligen Mahle Männer der Wissenschaft und Künste den Gedächtnistag eines großen Menschen, einer edeln Stiftung, schließen Diplomaten Frieden; ja vielerorts vereinigt nach der Beerdigung eines Familiengliedes ein möglichst