

Die moderne Wissenschaft entdeckt alte Volksweisheiten

Wunderkräfte

im

Gemüse

von

Dr. Ernst Hoffstaedt

*

„Laß dich nicht gereuen, beim gemeinen Manne zu fragen, ob ein Ding zum Heilmittel geeignet sei.“

(Hippokrates)

Die uralte Volksmedizin besaß eine Kenntnis der natürlichen Heilkräfte unserer Pflanzenwelt, die — großenteils wieder verloren und vergessen — mühsam von der Wissenschaft wieder neu entdeckt werden muß. Die wissenschaftliche Erforschung der Vitamine zum Beispiel hat unsere Ernährungslehre geradezu revolutioniert und läßt viele alte Volksgebräuche, die man noch heute auf dem Lande antrifft, in einem ganz neuen Lichte erscheinen. „Rohkost“ — heute bereits ein mißverständliches Modeschlagwort geworden! — galt dem Bauern von jeher als die natürliche „Frühlingskur“. Nach den Tafelfreuden und -sünden des an allerlei



Die Zwiebel

im Zentrum der modernsten Forschung:

Die Säfte der Zwiebel sind erst kürzlich, nach jahrelangen Versuchen, als ganz besonders heilkräftig erkannt worden. Ein alter Bauernspruch sagte bereits: „Wenn die Menschen wüßten, was eine Zwiebel wert ist, würde das Stück einen Taler kosten . . .“

Festen (Weihnachten, Schlachtfest, Fasching usw.) reichen, aber an frischen, vitaminhaltigen Gemüsen und Früchten armen Winters, in welchem Konserven und Räucherwaren den Speisezettel beherrschen, ist es üblich, mit Hilfe der frischen, rohen Kräuter und Gemüse des Frühlings eine „Blutreinigung“ und Verdünnung der trägen Körpersäfte