

Die Unmöglichkeit einer Ernährung.

Unbegreiflich ist es nur, weshalb das von den Franzosen und Belgiern so vergötterte Kaninchenfleisch bei uns noch recht unbekannt ist. Es wäre sehr zu wünschen, daß die jetzt schon bestehenden Vereine für die Zucht dieses ein leicht verdauliches Fleisch gebenden Tieres eine Vermehrung finden würden. Noch reichhaltiger kann unsere Kriegskost werden, falls ein hochwertiges Nahrungsmittel, das schon in einigen Ländern sehr viel benützt wird, das Tierblut, auch bei uns mehr gewürdigt wird. Es enthält eine Reihe wichtiger Nährstoffe, manche, wie Eiweiß zum Beispiel, in bedeutenden Mengen, und ist daher, gut zubereitet, eine leicht verdauliche Nahrung. Auch enthält es wichtige Nährsalze und die Sekrete der Blutdrüsen, so der Schilddrüse, die für das Gedeihen unseres Körpers von höchstem Einfluß sind, wie ich dies in meinem Buche über das „Altern und seine Behandlung“ auseinander gesetzt habe.

Das Tierblut kann für sich allein in Form der Blutwurst verwendet werden, und sie ist auch dabei noch ein viel Eisen enthaltendes, also für blutarme Mädchen höchwichtiges Arzneimittel. Oder aber sie kann mit Gerste zusammen und mit Rosinen gespickt zu einer Art Blutpudding zubereitet werden, wie man sie auch überall in Dänemark in den Schlächterladen kaufen kann. Sie hält sich dabei, besonders bei kühler Witterung, gar nicht schlecht. In Schweden wieder wird aus Blut eine sehr nahrhafte und schmackhafte Blutsuppe geschaffen. In den Ostseeprovinzen wird das Blut mit Roggenmehl zu einem Blutbrot gebacken. Es ist ein Hauptnahrungsmittel für Tausende Menschen. Das Blut spielt auch als Futter für Tiere, so mit Hafer gemischt, eine große Rolle, insbesondere die Pferde gedeihen sehr gut dabei und bekommen auch ein besseres Aussehen. Da der Hafer bei uns mit der Zeit knapper werden könnte, so wäre eine Zugabe von Blut zum Futter der Pferde recht angezeigt. Jedenfalls müßte es verboten werden, dieses hochwertige Nahrungsmittel während der Kriegszeit als Düngemittel zu verwenden.

Eine besondere Sorgfalt müßte der Zucht des Federviehes gewidmet werden. Die Eierschalen wegzuworfen, müßte verboten werden, da sie fein vermahlen als Tierfutter bei ihrem hohen Nährsalzgehalt, sie enthalten bei 92 Prozent kohlensauren Kalk, als Futter für junge Hühner, Kälber usw. mit großem Vorteil verwendet werden können.

Um unsere Kriegskost reichhaltiger und mannigfaltiger zu gestalten, müßte der Gemüse- und Obstbau in diesem Jahre mit allen Kräften gefördert werden. Ich habe schon vor fünf Jahren in meinem Werke über die rationelle Ernährungsweise die obligatorische einjährige Dienstpflicht der Frauen zur Krankenpflege und zu Küchendiensten anageregt. Vielleicht könnte nun damit ein Anfang gemacht werden, indem man unsere Damen zum Heile ihrer Nerven zum Gartendienst kommandiert. Die nahrhaftesten Gemüse — so besonders Hülsenfrüchte, Kartoffeln — wie auch Obstsorten müßten in stärkerem Maße geübt und gepflegt werden. Das getrocknete Obst und das Gemüse können uns im nächsten Winter, falls noch der Krieg andauern sollte, als sehr nahrhaft, große Dienste erweisen. Auf Nüsse und Kastanien müßte große Sorgfalt verwendet werden, da durch ihre Zugabe zur Kost, so zu den Mehlspeisen, diese an Nahrhaftigkeit in hohem Maße zunimmt, weil ja Nüsse durch ihren Fettgehalt einen hohen Nährwert haben.

An nährstoffreichen Nahrungsmitteln fehlt es Oesterreich-Ungarn, Gott sei Dank, ganz und gar nicht. Bei einer weisen Einteilung unserer Kost und durch die Findienststellung einer Reihe unverdientermaßen zurückgesetzter Nahrungsmittel könnte die Monarchie nicht nur ein Jahr, sondern mehrere Jahre hindurch vor dem Aushungern bewahrt bleiben.