

**Zeitschrift:** Der Fourier : offizielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen

**Herausgeber:** Schweizerischer Fourierverband

**Band:** 22 (1949)

**Heft:** 10

  

**Artikel:** Folsäure in Nahrungsmitteln

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-516956>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 20.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

ungefähr mußten die Militär-Suppen bisher im zum Sieden gebrachten Wasser noch gekocht werden. Angesichts der heutigen Anforderungen an die Beweglichkeit der Truppe können zweifellos diese 20 Minuten gerade für den auf die Gamelle angewiesenen Soldaten schon viel ausmachen. M. B.

## **Folsäure in Nahrungsmitteln**

Aus Spinatblättern und aus Hefe, Leber, konnte Spies vor ca. 2 Jahren eine Substanz ausziehen, die gewisse Anämien heilte. Es handelte sich um ein neues Vitamin, „Folinsäure“ getauft, weil aus Blättern (foglio, feuille) stammend. Diese Folinsäure gehört zur Vitamin-B-Gruppe und wurde deshalb auch Vitamin Bc, B'' genannt. Man erforschte die chemische Konstitution und kann die Folsäure heute synthetisch herstellen. Die „Chimia“ entnimmt nun dem „Journal amer. Dietetic Assoc.“ Angaben, in welchen Nahrungsmitteln dieses Vitamin Bc gefunden wurde: Dessen Gehalt war sehr hoch bei frischen, tiefgrünen Blättergemüsen und Leber; hoch bei frischen grünen Gemüsen, Blumenkohl und Nieren; mittel bei Rindfleisch, Kalbfleisch und trockenen Frühstückspräparaten aus Weizen; niedrig bei Wurzelgemüsen, Tomaten, Gurken, hellgrünen Blattgemüsen, Bananen, Schweinefleisch, Schinken, Schafffleisch, Käse, Milch, trockenen Frühstückspräparaten aus Reis und Mais, sowie bei vielen Konserven. Nach der Arbeit von Olsen, Burris und Elvehjem in der obigen amerikanischen Zeitschrift waren Verluste an Vitamin Bc beträchtlich, wenn Gemüse bei Raumtemperatur aufbewahrt wurde, gering dagegen im Kühlschrank oder im Eis. Es wird auch über den Einfluß verschiedener Behandlungsverfahren auf den Folsäure-Gehalt von Nahrungsmitteln gesprochen.

-r.

## **Zeitschriftenschau**

### **Flugfunk—Flugsicherung**

Dem Flugfunk und der Flugsicherung ist eine im September erschienene Sondernummer des „PIONIER“ gewidmet. Ihre gediegene Gestaltung und ihr umfassender Inhalt verdienen es, daß wir auf sie hinweisen. Im ersten Teil des 58 Seiten starken Heftes, dem der Waffenchef der Flieger- und Flab-Truppen, Oberstdiv. Rihner ein Geleitwort vorangesetzt hat, wird die Bedeutung des Verbindungswesens für die Militärluftfahrt geschildert. Im zweiten Teil kommt die Zivilluftfahrt zum Wort. Bei der großen Zahl von Mitarbeitern für diese Nummer ließen sich Wiederholungen natürlich nicht vermeiden.

Wir gratulieren dem Eidg. Verband der Übermittlungstruppen und der Vereinigung schweiz. Feldtelegraphen-Offiziere und -Unteroffiziere zur initiativen Redaktion ihres Verbandsorganes, die Albert Häusermann anvertraut ist. — Die Sondernummer kann zum Preis von Fr. 1.50 bei Postfach 106, Zürich 40 bezogen werden.