

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

Herausgeber: Schweizerischer Fourierverband

Band: 23 (1950)

Heft: 7

Buchbesprechung: Zeitschriftenschau

Autor: [s.n.]

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: 18.04.2026

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

- als Salat, auf 2—3 cm geschnitten, ist der Lattich sehr schmackhaft und dem Endiviensalat noch fast vorzuziehen,
 - gedämpft, die Blätter ganz oder geschnitten, mit einer Sauce, ergibt ein vorzügliches Gemüse, das dem Spinat ganz ähnlich ist,
 - gratiniert, also mit geriebenem Käse und gebraten, bringt er viel Abwechslung.
- (Mitgeteilt von der Schweizerischen Genossenschaft für Gemüsebau [SGG], Kerzers.)

Zeitschriftenschau

Der Kalziumgehalt der Lebensmittel

In der „Deutsche Lebensmittel-Rundschau“ Nr. 1, 1949, gibt Dr. H. Braun in Tabellen den täglichen Bedarf des Menschen an Kalzium an, dann den Gehalt der Nahrungsmittel an Kalzium, die Lebensmittel-Zuteilung in Deutschland und den diesbezüglichen Kalziumgehalt. Es besteht nach diesen Zahlen kein Zweifel, daß neben der kalorienmäßig unzureichenden Ernährung fast alle Verbrauchergruppen auch eine zu kalziumarme Nahrung erhalten. Hinzu kommt, daß die Resorption von Kalzium aus der Nahrung durch Eiweiß gefördert wird, und gerade Eiweiß in der heutigen deutschen Nachkriegsnahrung besonders mangelhaft enthalten ist. Die Forderung wird erklärt mit der Erhöhung der Löslichkeit der schwerlöslichen Karbonate und Phosphate bei alkalischer Reaktion durch einige Aminosäuren. Es wäre also zu fordern, daß an die jugendlichen Verbraucherkreise zusätzlich Kalk verabreicht wird. Man könnte einmal in die im Handel befindlichen Kinderkekse, Biskuits, Kinderzwiebacke usw. bestimmte Kalkverbindungen verbacken, oder — genau wie die Vitamin C-Aktion, die vielerorts mit großem Erfolg durchgeführt wurde und wird — es müßten den Kindergärten und Schulkindern wohlschmeckende Kalkpräparate zur Verfügung gestellt werden. Voraussetzung für diese Form der Kalkdarreichung ist natürlich der einwandfreie Beweis der Resorption des zugeführten Kalziums. (In Amerika herrscht keine Not wie in Deutschland, aber da dort die Menschen hauptsächlich vitamin- und kalkarmes Weißbrot essen, wird Kalk und Vitamin dem Weißmehl zugefügt; es ist diese Kombination also nicht neu. Zudem existieren seit einiger Zeit Vitamin-Kalk-Präparate mit Vitamin C, D, und Kalzium + Phosphor, z. B. Calcium-D-Redoxon „Roche“, die in Basel fabriziert werden. Eine Vitamin-C- und -D-Aktion, verbunden mit Calcium-Reaktion, ist somit in deutschen Schulen leicht durchzuführen.)

In der gleichen Nummer der „Deutsche Lebensmittel-Rundschau“ bespricht auch Prof. Dr. Täufel das „Calcium als Bestandteil der Nahrung“ und schreibt da: Der Calciumbedarf darf nach Art und Höhe nicht losgelöst werden vom Gesamtstoffwechsel; denn es ist bewiesen, daß der physiologische Umsatz dieses Elementes in enger Verknüpfung mit anderen Verbindungen steht, z. B., mit Magnesium, Phosphor, Vitamin usw.; gleichzeitige Proteindarreichung fördert die Calciumresorption.

In der britischen Zone Deutschlands wurde im Frühjahr 1947 erstmals eine Beimischung zu Mehl gemacht.