

Zeitschrift:	Der Fourier : officielles Organ des Schweizerischen Fourier-Verbandes und des Verbandes Schweizerischer Fouriergehilfen
Herausgeber:	Schweizerischer Fourierverband
Band:	23 (1950)
Heft:	9
Artikel:	Wie sich die Ansichten über die Soldatenkost änderten
Autor:	Scheurer, E.
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-516999

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: 21.02.2026

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

Wie sich die Ansichten über die Soldatenkost änderten

Schon lange entfernte man beim Mahlen der Getreidekörner zu Weissmehl den Keimling des Kornes. Dieses Verfahren geht u.a. auf den französischen Armeeapotheker **A. A. Parmentier** (1737—1813) zurück. Er behauptete, alle Rinden- und Holzstoffe (die Kleie) des Kornes seien als Nahrungsmittel ungeeignet. „Meine eigenen langjährigen Erfahrungen und das, was unter meinen Augen in Kriegszeiten geschah, überzeugte mich, dass in der natürlichen Ordnung der Dinge, der Rinden- und Holzstoff der Pflanzen nicht dazu ausersehen ist, einen Teil unserer Nahrung zu bilden. Insbesondere dürfen, nach meiner Überzeugung, die besagten Stoffe — soweit sie in Getreidekörnern vorkommen — keineswegs in ihrer Gesamtheit der Brotzehrung angehören... Nur schlecht angebrachte Sparsamkeit kann uns verleiten, die ganze Kleie dem Brot einzubringen. Dies soll man meiden, nicht nur darum, weil die Kleie selbst nicht nährt, sondern weil sie auch die Bereitung eines guten Brotes verhindert“, schrieb er 1781 laut der Zeitschrift: „Die Vitamine“ No. 1, 1949 (Wissenschaftlicher Dienst „Roche“). **Parmentier** setzte dann die generelle Einführung des Weissbrotes in der französischen Armee durch. In seinem „Rapport sur le pain de troupe“ (1796) sagte er, das bisher übliche Soldatenbrot sei „das schwerste, grösste und das am wenigsten nahrhafte von allen. Niemand ass es ausser die Soldaten und die Armen auf dem Lande... Warum sollten die Soldaten allein nicht teilnehmen am Fortschritte der Broterzeugung? Zeit ist es, dass unter der Herrschaft der Gleichheit und Brüderlichkeit, deren erste Verteidiger sie waren, gerade sie besser und gesünder ernährt werden“, lautet die Übersetzung des Rapportes in obgenannter Zeitschrift. In der Tat wurde von 1796 an in der französischen Armee ein Weizenbrot mit 15% Kleieabzug als Soldatenbrot eingeführt! Das Weissbrot wurde dann auch in fast allen Ländern eingeführt.

Es dauerte jedoch nicht lange Zeit, bis die Überlegenheit des Weissbrotes angezweifelt wurde. 1826 zeigte der französische Experimental-Physiologe **François Magendie**, dass Hunde, die mit Weissbrot und Wasser ernährt wurden, nach 50 Tagen eingingen, während mit Schwarzbrot und Wasser ernährte Tiere gesund blieben. Man erkannte also, dass dem **Weissbrot** irgend etwas fehlt. Was ihm fehlte, konnte man damals allerdings noch nicht wissen.

Von 1846 an interessierte man sich für den Gehalt des Mehles an Mineral-salzen. Diese Untersuchungen endeten 1903 mit der endgültigen Feststellung, dass Weissmehl weniger Mineralstoffe enthält als Vollkornbrot. Nach **König** (Chemische Zusammensetzung der menschlichen Nahrungs- und Genussmittel, 1903), enthält volles Weizenmehl 18% Asche, gröberes 1,02%, feinstes nur 0,52%. Dieser Befund bildete eine weitere Grundlage für die Gegner des Weissbrotes.

Ein dritter und sehr gefährlicher Angriff auf das Weissmehl resp. Weissbrot wurde 1913 durch Prof. W. A. P. **Schüffner** begonnen, der erstmals auf die Tatsache hinwies, dass Weissbrot wesentlich weniger **Antiberiberi-Vitamin** enthält als das Vollkornbrot. In der Tat enthält Weissmehl nur noch rund 25% der

ursprünglich im Getreidekorn vorhandenen Menge Vitamine B₁, B₂ und Nicotinsäure.

Es fehlt dem Weissmehl somit: Mineralsubstanz (Calcium, Eisen) und Vitamine (B₁, B₂, Nicotinsäure). Daher wird nun fast überall das Schwarzbrot wieder empfohlen, besonders im Militär. Da aber Weissbrot verdaulicher ist als Schwarzbrot, ging man in Amerika dazu über, dem Weissmehl die fehlenden Mineralstoffe und Vitamine direkt zuzusetzen. Man wurde dazu direkt gezwungen, weil die Bevölkerung Schwarzbrot einfach nicht annehmen wollte. (In der Schweiz ist die Frage der Vitaminbeigabe zum Weissbrot unseres Wissens momentan in Prüfung.)

Für die Dauer des Krieges war die Verwendung des mit Vitamin und Mineralsalzen angereicherten Weissmehles und Weissbrotes durch die „War Food Administration“ für die ganze Armee der U. S. A. und für das ganze Gebiet der Vereinigten Staaten offiziell vorgeschrieben. Nach dem Kriege haben nun schon 23 von 49 Staaten Gesetze für die „Anreicherung“ des Mehles erlassen und in den andern Staaten sind diese Gesetze in Vorbereitung. E. S.

Inländisches Gemüse

Gegenwärtig sind folgende Gemüse lieferbar:

Speisekartoffeln	Peterli
Blumenkohl	Randen
Busch- und Stangenbohnen	Sauerkraut
Endiviensalat	Sellerie
Gurken (Freiland)	Spinat
Karotten gewaschen u. ungewaschen	Tomaten
Knoblauch	Weiss- und Rotkabis
Kopfsalat	Wirz
Krautstiele mit und ohne Kraut	Zucchetti
Lauch	Zwiebeln

Von den hier aufgeführten Gemüsen möchten wir diesmal die

Gurken

erwähnen und kurz deren Gedeihen, Ernte, Nährwert und Zubereitungsarten schildern.

Die Gurke gehört zur Gruppe der Fruchtgemüse. Sie ist zusammen mit der Tomate deren wichtigster Vertreter. Beide haben in den letzten Jahren an Bedeutung stark zugenommen. Für Freilandkulturen wird die Gurke im März und April unter Glas ausgesät. Ihrer Frostempfindlichkeit wegen darf man sie erst Mitte Mai auspflanzen. Die Ernte beginnt ungefähr Mitte August.

Die Gurke ist durch ihren Gehalt an basischen Mineralstoffen sehr wichtig. Sie übertrifft in dieser Hinsicht jedes andere Gemüse und auch das Obst. An