Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 8 (1951)

Heft: 11

Inhaltsverzeichnis

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: 08.08.2025

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

Teufen (App.), November 1951 Achter Jahrgang - Nr. 11

A. Z.
VILLMERGEN

Gesundheits-Nachrichten

MONATSZEITSCHRIFT FÜR NATURHEILKUNDE
Naturgemässe Ernährung, Körperpflege und Erziehung

Jahresabonnement:	Redaktion und Verlag: A. Vogel, Teufen	Vertriebsstelle für Österreich:	Insertionspreis:
Inland . . . . . Fr. 4.50 Ausland . . . . Fr. 5.70	Telefon (071) 3 61 70 Postcheck IX 10 775 Druck: Isenegger & Cie., Villmergen	Dr. Günther, Rechenweg 1g, Innsbruck Abonnementspreis: 10 Sch. Postcheck-Nr. 129.335	Die 1spaltige mm-Zeile 30 Rp. Bei Wiederholungen Rabatt

INHALTSVERZEICHNIS Seite

1. *Attich* 81
2. *Eine kleine Ferienreise* (1. Fortsetzung) 81
3. *Vergessene Regeln* 82
4. *Impfprobleme* 83
5. *Vorsicht bei Fruchtnahrung!* 84
6. *Unsere Heilkräuter:* Sambucus ebulus (Attich) . . 85
7. *Fragen und Antworten:*
Magenblutungen bei einem Kleinkinde 85
8. *Aus dem Leserkreis:*
Richtige Venenbehandlung bei Embolien, Krampfadern und Altersbrand 86

Attich

Den Holderbaum kennt jedes Kind
Den Ackerholder nicht.
Er steht im Sonnenschein und Wind
Als Attich still und schlicht
Mit rosaweisser Blüte da,
Am Weg, am Rain, beim Wald,
Er weiss, geschaffen ist er ja
Zu helfen Jung und Alt.
Die schwarzen Beeren erntet man
Zur frühen Herbsteszeit,
Die Wurzeln etwas später dann
Sind ebenfalls bereit.
Sie leisten viel auf ihre Art,
Freigebig helfen sie,
Auch, was die Blätter aufbewahrt,
Versaget wahrlich nie.
Nicht immer ist es das Gesicht,
Das seinen Träger ehrt,
Gefällt dir eine Pflanze nicht,
Frag nach dem innern Wert!

Eine kleine Ferienreise

(1. Fortsetzung)

Der französische Gourmand

Wir liessen uns also neben unsern mannigfachen Betrachtungen durch unser getreues Fahrzeug weiter führen, bis wir zur Mittagszeit in einer lauschigen Waldlichtung ein schlossartiges Gasthaus bemerkten, das uns erstmals auf französischem Boden ein Mittagsmahl gewähren sollte. Es war zwar nicht leicht, dem einfachen Mädchen, das uns bediente, verständlich zu machen, was wir zu essen begehrten. Es ist begreiflich, dass man sich an das halten muss, was ein Land zu bieten vermag. Da Frankreich aber nicht arm ist an Gemüsen und auch nicht an Früchten, suchten wir eben auf unsere Art auf unsere Rechnung zu kommen. Dass man dabei die Gewohnheiten des Landes oft etwas stark umgehen muss, ist ohne weiteres begreiflich. Die Bevölkerung aber schüttelt mehr oder weniger darüber den Kopf und kann nicht verstehen, dass man auf so ganz andere Art, als üblich, zufrieden sein kann.

Wir waren zwar erstaunt, als man uns eine Gemüsesuppe offerierte, denn die Franzosen essen nicht gerne Suppe. Jedenfalls war diese Aufmerksamkeit ein Entgegenkommen uns Schweizern gegenüber. Dagegen wollte man nicht begreifen, dass wir den Salat mit Citrone statt mit Essig wünschten, und als wir ihn überhaupt ganz ohne jegliche Zutaten erhielten, da waren wir eben genötigt, separat noch eine Citrone zu bestellen, um uns den Salat nach Wunsch selbst anzurichten.

Im übrigen hatten natürlich auch wir Gelegenheit uns über dies und das zu wundern. Unser Tischnachbar, ein französischer Gourmand, hatte in kurzer Zeit sein Hors d'oeuvre mit Fisch, Käse und Eiern, mit Salaten im Sinne von italienischen Salaten und allen möglichen Feinheiten verschwinden lassen. Hierauf folgte noch mehr als eine Sorte Fleisch, etwas Gemüse und weitere Salate und nachträglich einige Spezialkäse. Zu alle dem trank er noch mit grösster Selbstverständlichkeit zwei halbe Liter Wein. Es ist ja sonst nicht Regel, soviel auf einmal zu trinken, umdesto erstaunlicher war es, dass er sich als Automobilist gar keine Gedanken darüber zu machen schien, wie er nachgerade noch sicher am Steuer sitzen könne. Jedenfalls war er den Alkohol gewohnt, dass ihn ein solches Quantum nicht unsicher machen konnte. Als Nachtisch zu dem reichlichen Mahl folgten noch Süssigkeiten, Conditoreidesserts mit Schlagrahm und zum Schluss erst noch Früchte. Unglaublich, was für Ansprüche solch ein reichhaltiges Essen an unsere Verdauungsorgane stellt, besonders, wenn man bedenkt, dass in der Einfachheit die gesunde Grundlage liegt. Auf alle Fälle müssen zur Verdauung solch eines kulinarischen Durcheinanders von Fisch, Fleisch, Gemüse, Salaten, Käse,