Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 31 (1974)
Heft: 6

Artikel: Zauber und Schattenseiten der Tropen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-552866

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: 09.08.2025

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

Die Kunst des Würzens

Das war noch nicht so, als Escoffier, bekannt als der König der Köche, noch den massgebenden Ton angab. Da es mich interessierte, wie dieser Kochkünstler den gesundheitlichen Wert beim Zubereiten der Speisen berücksichtigen mochte, beteiligte ich mich bei ihm einmal an einem Kurs. Ich war erstaunt und auch sehr erfreut, wie gewandt und bewandert er im Gebrauch gesunder Gewürze, vor allem auch frischer Küchenkräuter war, so dass diese, wie es sein sollte, den natürlichen Geschmack der Speisen unterstützten und abrundeten. Nie aber wurde ich gewahr, dass er jemals Speck zum Würzen verwendet hätte. Das dürften sich unsere Schweizer Köche merken, besonders, wenn sie sich bereits angewöhnt haben, den Speck als Würzemittel wahllos überall zu gebrauchen. Statt also infolge einer Reklamation zu erzürnen, was bei diesem heiklen Beruf nur allzuleicht geschieht, sollten sie lieber auch den Gaumen jener Gäste zu befriedigen suchen, die im Umgang mit Küchenkräutern bewandert sind.

Früher erleichterte der allgemein übliche Anbau von Gewürzkräutern dieses Problem sehr. Wer die Kunst des Würzens durch diese versteht, wird überaus anregende und schmackhafte Gerichte zustande bringen, und zwar mit dem zusätzlichen Vorteil, dass solche auch gesundheitlich fördern. Schweinefleisch dagegen gehört zum ungesündesten Fleisch und war daher den alten Israeliten durch das Gesetz bestimmt auch aus gesundheitlichen Gründen verboten. Wenn man noch heute die Mäuse mit Speck fängt, haben wir sicher nichts dagegen, nur sollte der Liebhaber und Kenner gesunder Gewürzkräuter mit Speck nicht in Konflikt geraten müssen, nur weil die Köche der Kunst gesunden schmackhaften Würzens bequemlichkeitshalber untreu geworden sind. Sie scheinen zu vergessen, dass dadurch der gute Ruf der Schweizer Küche ungerechtfertigterweise gefährdet wird.

Zauber und Schattenseiten der Tropen

Wer den Zauber der Tropen geniessen möchte, sollte ihn wirklich geniessen können und ihn nicht etwa durch irgendwelche bitteren Erfahrungen getrübt erhalten. Es ist etwas überaus Ansprechendes, wilde Tiere in ihrer natürlichen Umgebung belauschen zu können, sie zu photographieren und zu filmen. Auch mutet es uns richtiggehend paradiesisch an, wenn wir am Fusse des Kilimandscharos oder sonstwo eine Antilopenherde beobachten und sehen können, wie sie friedlich mit Gnus und Zebras zusammen weidet. Unbeschwerte Lebensfreude spricht aus ihnen, wenn sie sich vergnügen, zusammen spielen und voll Bewegungsdrang davontraben. Dabei ergötzen uns die graziösen Sprünge der Gazellen stets erneut. Was uns aber ganz besonders zu begeistern vermag, das ist der Anblick einer Löwenfamilie, die sich gelassen sonnt und entspannt am Boden hin und her wälzt. Wie gespannt aber beobachten wir einen jagenden Löwen, wenn er durchs hohe Gras schleicht und wachsam lauert! All das sind für uns einzigartige Erlebnisse!

Unerwartete Gefahren

Doch auch den Urwald als solchen geniessen wir in vollen Zügen. Wir wissen seinen interessanten Pflanzenwuchs zu schätzen, lassen uns von der Farbenpracht und dem Duft der Blumen bezaubern und lauschen dem Gurgeln des Wassers, das die Urwaldstille durchbricht. Tief dringen all diese malerischen Eindrücke auf uns ein, und wir bewahren sie mit Wertschätzung in unserer Erinnerung auf. – Doch leider ändert das ungetrübte Bild oft allzurasch. Wir müssen uns nur einmal im Einbaum auf einem Urwaldfluss dahintreiben lassen, um zu merken, dass wir nicht alleine sind, denn Schwärme von Mücken begleiten uns. Wirklich, keine angenehme Angelegenheit, birgt sie doch eine nicht geringe Gefahr in sich, denn leicht könnten

wir dadurch mit einer Malaria oder einer anderen Tropenkrankheit bekannt werden!
Sicher tauchen wir unsere Füsse zur Abkühlung gerne ein wenig ins Wasser, wenn wir den Staudamm von Assuan bewundern, aber was kann diese Unachtsamkeit doch für schlimme Folgen in sich bergen! Bedenken wir nur einmal, dass dies bereits eine Infektionsmöglichkeit darstellt, denn in dieser Gegend könnten wir uns den Hakenwurm oder die gefährliche Bilharzia zuziehen. – Schlimm, sehr schlimm! Selbst wenn wir bloss mit unseren Augen in West-Ceylon am Strande den Sonnenuntergang geniessen, kann uns ein gefährlicher Mückentanz umschwärmen, so dass wir nicht sicher sind, ob wir dieserhalb nicht etwa jene gefürchtete Elefantiasis mit nach Hause bringen. Aber könnten wir deshalb auf einen solch wunderschönen Abend unter wispernden Kokospalmen verzichten? Welch ein unvergessliches Bild, wenn die riesige, rotgoldene Scheibe der Sonne langsam im Meere verschwindet!
Wie verlockend ist auch das Bummeln am Meeresstrand oder das Schwimmen in den Wellen des indischen Ozeans. Welch eine Wohltat ist es doch für den Körper, sich im nassen Element nach Herzenslust zu tummeln. Wenn wir nachträglich barfuss spazieren gegen, und zwar nur so weit, als der Sand vom Meerwasser reichlich umspült wird, haben wir keine Gefahr zu befürchten, wehe aber, wenn wir uns verleiten lassen, auch den ausgetrockneten Sand zu betreten, denn dort lauern unmerkliche Gefahren, da kleine Würmer durch die Haut der Fusssohlen dringen können, was uns unversehens eine der schrecklichsten Tropenkrankheiten einbringen kann. Noch andere Gefahren umgeben uns, denn wir dürfen uns nicht einmal ohne Bedenken an Frischgemüse und herrlichen Salaten erfreuen, wenn uns Freunde auf ihre Farm eingeladen haben, da wir auf diese Weise Amöben erwischen können, doch erst später werden wir merken, dass sie uns getreulich nach Hause begleitet haben. Welch schlimme Ueberraschung! – Sind wir denn wehrlos all diesen unsichtbaren Feinden ausgeliefert? Wie kann man sich vor ihnen schützen? Wie kann man eine Malaria verhüten oder sonst einer Tropenkrankheit entgehen?

Aufklärende Hilfe

Vertiefen wir uns einmal in das Buch eines erfahrenen Forschers, der sich sowohl in den Urwäldern des Amazonas als auch im indischen Dschungel und im afrikanischen Tropfurwald aufgehalten hat. Wiederholt konnte er auf seinen Forschungsreisen rund um die Erde all seine mannigfachen Erfahrungen sammeln. Er legte sie zum Nutzen aller in ein Buch, das trotz seines ernsten Themas lebendig und ansprechend geschrieben ist. Leicht verständlich gibt es Aufschluss über gefährliche Möglichkeiten und wie sie zu meiden sind. Es schildert nebst den Gefahren jedoch auch die Schönheiten der Tropen und Subtropen, führt uns ferner in trockene Wüstengegenden und zeigt ihren gesundheitlichen Nutzen. Vieles ist in diesem kleinen Werk enthalten, und man sollte keine Safari, keine grössere Reise unternehmen, ohne sich in vorbeugendem Sinne den Inhalt dieses Buches angeeignet zu haben. Die Befolgung seiner Ratschläge kann vor schweren Leiden, vor Krankheit, womöglich auch vor Siechtum und Tod bewahren. Unwissenheit und Mangel an Erfahrung kann sich in den Tropen schwer rächen, und bittere Erfahrungen können dadurch den Zauber des Südens beträchtlich trüben. Darum sollten wir das Buch über die wesentlichen Tropenkrankheiten eingehend betrachten und weiter empfehlen. So ausgerüstet mit dem Rat eines erfahrenen Fachmannes wird die Südlandreise zum Genuss ohne bitteren Nebengeschmack. (Näheres siehe Inserat.)