

Flüssigkeit über. Sie wirken verdünnend und kühlend auf das Blut.

Aus dem Gesagten ist wohl nun Jedermann leicht erklärlich, warum man nach vollständiger Sättigung nicht nur noch Obst zu genießen vermag, sondern sich sogar nach dem Genusse noch erleichtert fühlt.

23.

Gewürze.

Um die Schmachhaftigkeit der Speisen zu erhöhen, pflegen die Hausfrauen dieselben zu würzen. Eins der bekanntesten Gewürze, das die meisten Speisen erst schmachhaft macht, ist das Kochsalz, eine Verbindung von Natrium, einem silberblinkenden Metall, das in der Natur nie frei vorkommt, und Chlor, einer leichten, gelblichgrünen Luft, einem Gift, das in kleiner Masse eingeathmet zum Husten reizt, in größerer Menge aber Erstickung herbeiführt. Außer diesen beiden Haupttheilen enthält es noch wenige andere Bestandtheile. Am reinsten ist das Steinsalz.

Wirft man ein erbsengroßes Stück Natrium in eine Tasse mit Chlornasser, so fährt es mit zischendem Geräusch auf demselben herum, verschwindet endlich, und die Flüssigkeit schmeckt salzig. Läßt man dieselbe langsam auf dem Ofen verdunsten, so bleiben kleine, würfelförmige Krystalle zurück, das ist die Verbindung von Chlor und Natrium, Chlornatrium oder Kochsalz. Dies löst sich im warmen und kalten Wasser auf. Erhitzt man eine Kleinigkeit Kochsalz auf einem Platinblech, so springt es unter Knistern weg, das liegengebliebene schmilzt. Das Knistern kommt von dem Wasser, das im Innern der Krystalle zurückgeblieben ist und in Folge der Erhitzung ausgedehnt wird und die Krystalle zersprengt. Wir finden das Kochsalz in der Erde, im Wasser, besonders im Meerwasser, sowie in jeder Pflanze, am meisten in den grünen Theilen derselben, am wenigsten in den Samen. Aus der Erde gewinnt man es in Stücken als weißen Stein (Steinsalz genannt). Aus dem Salzwasser eini-

ger Quellen, sowie aus dem Meerwasser gewinnt man es durch Abdampfen. (Quellsalz, Meersalz.)

Das häufige Vorkommen des Kochsalzes in der Natur ist eine weise Einrichtung, denn Menschen, Thiere und Pflanzen bedürfen desselben nothwendig zum Leben. Wir genießen nun allerdings in den Pflanzen, sowie im Fleische schon Salz, allein das ist nicht zureichend, da wir in jedem Augenblicke durch Schweiß, Thränen und andere Absonderungen, die alle salzig schmecken, viel verlieren. Diesen Verlust aber erleidet das Blut, das ohne Salz das Leben nicht mehr unterhalten kann.

Dr. Klente sagt: „Wollte man einem Menschen alles Kochsalz entziehen, wie das im Alterthume bei den Verbrechern, die zum Tode verurtheilt waren, geschah, so wäre das auch sein gewisses Todesurtheil, der Mensch stirbt bei völlig salzloser Nahrung unter den namenlosesten Qualen und mit einer Art Verwesung bei lebendigem Leibe in kurzer Zeit.“

Das Kochsalz hat im Organismus der Menschen und Thiere die Aufgabe, die Verdauung zu fördern, ganz besonders macht es die schwerlöslichen Fette verdaulicher. Der Widerspruch, welcher scheinbar darin liegt, daß gesalzenes Fleisch unverdaulicher ist, als frisches, löst sich dadurch, daß hieran nicht das Salz schuld ist, sondern die durch dasselbe bewirkte Verdrängung derjenigen Fleischsäfte, welche gerade wichtig für die rasche Zersetzung des Fleisches im Magen sind.

Insofern das Salz ein vorzügliches Mittel zur Verdauung ist, indem es die eiweißstofflichen und fetten Speisen auflöst, so verdünnt es das Blut und erleichtert die Absonderungen, wodurch eine heitere Stimmung und ein freier Kopf geschafft wird, und somit vertreibt das Salz die trüben Gedanken und manche Verdrießlichkeit.

Ein gutes Salz darf nicht krümelig und glanzlos sein, sondern muß weiße, glänzende Krystalle bilden, darf an der Luft nicht zergehen und muß sich im Wasser ohne Bodensatz auflösen. Hat es diese Eigenschaften nicht, so enthält es fremdartige Theile, die zuweilen absichtlich dem Salze zugesetzt werden, als salzsauren Kalk, Glaubersalz, Sand, Alaun u. s. w.

Zur Aufbewahrung des Salzes darf man keine metallenen Gefäße nehmen, da das Salz die Metalle zersetzt und von Me-

talligsten verunreinigt wird. Am besten eignen sich Holzgefäße zur Aufbewahrung des Kochsalzes.

Außer dem nothwendigen Kochsalze suchen die Köchinnen den Speisen durch mancherlei andere Gewürze Wohlgeruch und Wohlgeschmack zu geben.

Wir unterscheiden in- und ausländische Gewürze. Zu den inländischen gehören: Dill, Kümmel, Pfefferkraut, Petersilie, Sellerie, Thymian u. s. w. Zu den ausländischen, die uns meist die tropischen Länder liefern, gehören:

Die Rinde von dem Zimmetbaum (Zimmt), der in Gestalt unseres Birnbaumes auf Ceylon ganze Wälder bildet. Der als Gewürz in der Küche vorkommende Zimmt ist der Bast von jungen, dreijährigen Zweigen. Mit Zucker überzogen giebt er den Zimmetconfect. Der beste Zimmt sind dünne, blaßgelbe Stücke von angenehmem feurigem, aromatischem Geschmacke. Der gestoßene Zimmt ist häufig mit fremden Stoffen gemengt.

Die Lorbeerblätter sind die Blätter des Lorbeerbaumes, der an der Küste des Mittelmeeres in Wäldern vorkommt. Sollen diese Blätter gut sein, so müssen sie angenehme grüne Farbe, etwas Glanz und einen starken, aromatischen Geruch haben.

Der Pfeffer ist die Frucht eines kletternden Gewächses, ähnlich unserm Hopfen, dessen Vaterland die Tropenländer Ostiens sind. Die in Trauben sitzenden Früchte haben zur Zeit der Reife eine rothbraune Farbe. Der schwarze und der weiße Pfeffer kommen von ein und derselben Pflanze; der schwarze sind die unreif abgeplückten Beeren, die an der Sonne getrocknet runzlich und schwarz werden; der weiße sind die reifen Beeren, die, nachdem man sie in Seewasser eingeweicht hat, durch Waschen und Reiben von ihrer Haut befreit und getrocknet werden. Daß letzterer nicht so scharf ist, als ersterer, kommt von seiner Reife. (Den Schweinen ist er ein Gift).

Das Neugewürz (englische Würze, Nelkenpfeffer, Piment) sind die unreif getrockneten, feintrunzlichen Früchte des in Westindien einheimischen Pimentbaumes, der zu der Myrtengattung gehört.

Gewürznägeln (Würznelken) sind die Blütenknospen des auf den Molukkeschen Inseln einheimischen Gewürznelkenbaumes. Die grünen Knospen werden abgepflückt, in heißes Wasser getaucht, auf Flechtwerk gelegt und durch ein gelindes Holzfeuer geträuchert, wodurch sie eine braune Farbe bekommen. An der Sonne getrocknet werden sie schwarz.

Muskatnuß kommt von dem Muskatnußbaum, einem Gewächs der Tropenländer, besonders der Molukken. Die Frucht desselben, eine Steinfrucht, hat Aehnlichkeit mit einer Pfirsiche. Die Schale der Kerne ist mit einem safrangelben, negartigen Gewebe umgeben, das man Muskatblüthe oder Macis nennt. Aus den Nüssen gewinnt man ein butterartiges Del, Muskatbalsam. Muskatnuß und Muskatblüthe werden mit Seewasser besprengt, damit das in ihnen enthaltene Del nicht ranzig werde.

Vanille sind Früchte eines schmarogenden, strauchartigen, unserm Epheu ähnlichen Gewächses. Es sind lange, ziemlich dünne, schotenartige braune Kapseln, in deren Innern viele kleine schwarze Samenkörner liegen. Die reifen Schoten werden im Schatten getrocknet, mit Cacaoöl bestrichen und versendet.

Ingwer ist die knollige Wurzel eines ostindischen Schilfgewächses, das jetzt auch in Amerika, besonders in Jamaika angebaut wird und feuchten, sumpfigen Boden liebt. Nachdem die Pflanze vertrocknet ist, zieht man sie aus und schneidet die Wurzel ab. Diese brüht man theils im heißen Wasser, theils schält man die äußere Schale mit dem Messer ab und trocknet die Wurzel in der Sonne. Nach dem ersten Verfahren erhält man den schwarzen, hornartigen, nach dem zweiten den mehr holzigen, weißen Ingwer.

Alle Gewürze, sowohl in- als ausländische, enthalten außer einer unbedeutenden Menge an Eiweiß, Gummi, Stärke, Säuren und Salzen, ein flüchtiges, starkriechendes und scharf oder würzig schmeckendes Del, dem sie ihren Gebrauch verdanken. Von diesem Del hat ein Gewürz mehr, als das andere. Gewürznelken sind daran am reichsten. Die Wirkungen desselben hängen aber weniger von seiner Menge, als von seiner Beschaffenheit ab.

Diese flüchtigen Oele reizen die Verdauungswerkzeuge und fördern die Auflösung der Speisen, so daß dem Blute reichlicher Ersatz zugeführt wird, mit diesem aber auch die bluterhitzenden Oele, durch welche leicht der Gesundheit nachtheilige und gefährliche Ueberreizungen erzeugt werden. Sie dürfen daher nur in geringer Menge den Speisen zugesetzt werden, wenn sie nicht schädlich wirken sollen.

Im Norden, wo durch die Kälte der Stoffwechsel ohnehin fattsam beschleunigt wird, ist der Gebrauch der Gewürze unnöthig, ja selbst schädlich zu nennen; im Süden jedoch, wo in Folge des trägen Stoffwechsels leicht Krankheiten entstehen, wird der Gebrauch von Gewürzen nöthig. Dies zeigt uns auch schon die geographische Verbreitung derselben.

Solche flüchtigen sind wohl von den schmierigen Oelen, wie Rüb- und Mohnöl, zu unterscheiden. Sie hinterlassen nicht, wie letztere, auf das Papier getropfelt, einen Fleck. Flüchtige Oele sind: Rosenöl, Chamillen-, Gewürznelken-, Kümmel-, Anis-, Dill-, Muskat-, Lorbeer-, Peterfilien-, Zimmitöl u. s. w.

Sie bestehen theils aus Kohlen- und Wasserstoff, theils tritt nach Sauerstoff, Schwefel und Stickstoff zu.

Vermischen wir die flüchtigen Oele mit fetten, wie Talg- und Schmalzarten, so lösen sie sich ebenfalls auf und wir erhalten Haaröle und Pomaden. Im Weingeiste aufgelöste flüchtige Oele geben mit Wasser und Zucker vereinigt die Liqueure.

24.

Getränke.

Neben den Speisen dürfen auch die Getränke bei einer Mahlzeit nicht fehlen, denn zur Verarbeitung und Ausnutzung der Nahrungsmittel gehört, daß der Speisebrei im Magen einen gewissen Flüssigkeitsgrad besitzt, den für die trocknen und festen Speisen das Getränk verschafft. Ganz besonders thut dies das Wasser.

Beobachten wir die Kinder bei Tische, so finden wir, daß sie viel und gern Wasser zwischen den Speisen trinken. Dar-