

rechten grund vnd ursach des Drestens erkün-  
digen/erfindet sich gemeiniglich allemal/das die  
Kranckheit von Ubersuß entstanden ist/ da sä-  
het man etwan mit gewalt zu purgiren vnd auß-  
zutreiben/ dardurch dem Leib zwifaltiger scha-  
den zufällt. Erstlich ist der ganze Leib schwach  
von vberlast des Magens vnlust: darnach wird  
er durch die strenge außführung der Purgation  
noch schwächer/ vnd geräht von Tag zu Tag in  
ein vergängliche abnehmende qualitet / darzu  
wir vns selber bringen/zu fallen. Noch lassen  
wir vns weder rathen noch helfen: wöllen viel  
lieber der Welt zu gefallen leben / derselben ho-  
fieren/vnsere junge Tag vnd Zeit schencken/we-  
der Leibs Gesundheit pfflegen. Ich will (spriche  
mancher) guten Gesellen zehen Jahr schencken/  
vnd kan den solchem Leben nicht wol ein Jahr  
lang verharren. Solches lassen wir fallen/ vnd  
wöllen fürter die Küchen für den gemeinen  
Mann zurichten/ vnd besehen/ was wir für Ge-  
müß vnd köchset / wie es im Teutschen Land ge-  
wonheit vnd brauch ist/ bedörffen / vnd dem  
Koch vnter die Hände geben.

### Das XVIII. Capitel.

Von gemeinen Kochkräutern/ vnd  
was sonst mehr von Gärten/ Aeckern/  
vnd Baumfrüchten/ in den Küchen  
bräuchlich ist.

**S**Er gemein Mann im Teuschland achtee  
vor

Vor jetzen nichts sonderlich auff hohe köstliche  
Frachten der Speisen / liesse sich mit Krautge-  
müß / mit allerhand Ruben / Wurzeln / vnd dem  
Obs sättigen : nemlich / was der Krautgarten /  
der Acker vnnnd Baumgarten Jährlich ertra-  
gen mochten / mit denselben waren die gemei-  
nen Teutschen jederzeit wol zu frieden : vmb des  
willen / wo man sich noch mit der Haushaltung  
in die Arbeit recht schicken will / mag ein jeder  
Hausvatter durchs Jahr / es sey Sommer oder  
Winter / sein eygen Gartengemüß vnd köchset  
nach Nothdurfft erbarren vnd bekommen.

Cornelius  
Tacitus  
de morib.  
German.

### Leuzenkräuter vnd Gewächs.

Ann im anfang des Leuzen kriechen vnnnd  
erheben sich auß der Teutschen Erden / viel  
vnd mancherley Kochkräuter / die man zur noth-  
durfft inn der Küchen zur Speiß bereiten mag.  
Ertliche derselben werden in den Krautgärten /  
mit barren vnd pflanzung auffbracht / als By-  
netsch / zu Latein Seutlum / Mangolt / junge Köl  
vnd Cappelsträuter / viel vnnnd mancherley Lat-  
tich / Magsaamenkraut / grosse zame Wiltens-  
kräuter / jung Rübkräut über Winter gestan-  
den / Ochsenzung vnnnd Burresch. Darnach  
hat man Petersilgen / Körffel / vnnnd Dylkraut  
über Winter gestanden / darzu Eschlauch / Drif-  
lauch / vnd grüne Zwibel vnd Knoblauch.

Gartens  
Gewächs.

Auff ertlichen Wiesen oder Grassgärten su-  
chen die Kochmägd auch grüne Muskräuter /

Matten  
vnd Grass  
Garten.

A v

als

als den Sawrampffer / den Strypfflattche / das jung Kraut von der Waterwurzel / Bistorra genant / Wegerichkräuter / den Varenflauen / die Wiesen Röl / die Blätter von den gelben Schmalzblumen / vnd andere mehr.

**Almut  
Gewächs.**

Auff den gemeinen Almuten / vnd hinder den Rängen / wachsen die holdseligen Wiergenwiesen / welcher Blümlein kraut vnserer Kochmädgd mit den jungen erstgewachsenen Messeln zum Gemüß sambten: desigleichen die milten Kräuter / die Gänßdistel / vnd die feiste jungen Hopfendolden / werden allzumal in ihrer Jugend im Frühling / wann sie noch zart vnd weich seynd / in die Küchen zur Speiß erfordert.

In erlichen Wiesen am Rheinstrom / vnnnd erlichen grünen rächen / wachsen die feiste / safftige vnd mürbe Spargen / vnd die süsse Kapungel / bey nahe an allen Orten / dienet alles in die Küchen.

**Sommer Kochkräuter / vnd was mehr für gewächs dem Koch tüglich ist.**

**W**An obgemelte Lentenkräuter zähe vnd alt worden / alsdän hat man schon zur Hand / frische vnd andere Sommer gewächs: als jungen Bynetsch / Mangolt / Witten / junge Rölle vnd Cappesblätter: zu solchem Gemüß brauche man auch alle grüne Lauchkräuter / der junge Knoblauch muß mit den jungen grünen newen Zwiebeln herhalten / verschonen derselbigen gar  
nicht!

nicht / wir lassen sie auch rohe vnns fürtragen : neben diesen stossen vns die jungen Peterzilgen- wurkeln auch zur Hand : desgleichen die gelben Ruben / Pastinachen / Gribel moren / süsse Ruben / der Kertrich vnnnd anders. Das erste auff den Aeckern seynd die Erbsenschotten/ junge grüne Bonen/der grün aufgerieben Rocken vnnnd Spelzentrern. Von Früchten kömen zum ersten die Erdbeeren / Heydelbeerlin / Hymbeeren/ süsse vnnnd sawr Kirschen/ Johannis Träubel / Johannisäpfel / vnnnd Frauenbyrn : eeliche Sommerpflaumen : die gelben Möllelin vnnnd SommerPferfing. Dann erheben sich die Schwämme/als Heyderlingen auff durrenMatren vnnnd Awen / die andern gelbe vnnnd weisse Schwämme find man in den Wälden wachsen / daß also die Küchen im Sommer mit mancherley Kochkräutern / Wurkeln / Früchten vnnnd Obs/wol versehen mag werden.

### Was für Kochkräuter / Frucht vnnnd Obs/ im Herbst zeitig werden.

**G**egen dem Herbst seynd die Köl vnnnd weissen Cappeshäupter in allen Landen zu finden / da hat man grosse vnnnd kleine Ruben zur Hand/die Melonen/Eucumer/Pfeben/Kürbs/ vnnnd die grossen Indianischen Apffel seynd gewachsen.

Auff dem Feld haben wir grün Bonen/ grüne Phasolen / vnnnd grüne Erbsen.

*An*

An den Bäumen seynd viel Maulbeeren zeitig: Frein viel Pflaumen vnd Bierengeschlecht/ die Welschen Kirschchen / roht vnnnd weiß Haselnuß/ Baumnuß/ Mandeln/ Castanien/ vielerley Apffel/ Quitten/ Pferding/ Nespel/ Speelbieren/ Aressel/ Schlehen/ vnd die edle Weintrauben: daß wir Teutschen in dem theil ( wo Gott seinen Segen den wachsenden dingen nit entzucht ) gar nichts zu klagen haben.

**Was die Teutschen im Winter für Gemüß/ Köchset vnd anders in ihren Küchen kochen vnd bereiten lassen.**

**I**n Sommer vnd Herbst haben wir eingethan/ daß wir des Winters härte desto baß erleiden mögen. Erstlich versehen wir vns mit Holz/ dar an vns viel gelegen: darnach haben wir die Frucht vnd Futter / für vns vnnnd vnser Viehe in der Schewren ligen: der Wein vnnnd Bier ligen in Fassen/ das Salk ist im Sommer kauft worden/ Käß vñ Butter seynd in Speißkammern naher gestellt / der Cappes ist eingefalzen / etliche Rüben seynd vor des Winters frost vergraben / etliche weisse Cappeshäupter ligen in sondern Gemachen/ zur noht durfft eingetragen. Das köchset lassen wir aufdreschen/ als Erbßen/ Kichern/ Zisern/ Wicken/ Linsen/ Phaselen vnd Bonen: die Gersten vnd Habern lassen wir auff der Mühlen schälen/ den Hirsen/ vnd Gerst lassen wir rüsten/ vnd das Amelkorn zu Mal

zu Wähl bereiten/das Weizenmäl vnd Haber-  
 mäl seynd gerüst/eitt jedes an sein ort hingestelt.  
 die Birn vnd Aepffel ligen eins theils im Kel-  
 ler auff Hürten/die andern haben wir im Herbst  
 zu Hukel in den Bachöfen gedörret: desglei-  
 chen etliche Kirschten/Pflaumen/Spillen / vnd  
 Sperbel. Bieren: die kleine Rüblein lassen wir  
 weck vnd trocken werden / dienen alles zur speiß  
 im harten Winter: etliche Weintrauben seynd  
 auffgehencet/ auß etlichen haben wir im Herbst  
 Latwergen vnd Träubelmuß gesotten: das Ho-  
 nig haben wir zum theil an die einbeißung des  
 Obs vnd Latwergen gehängt/ die Zwibel vnd  
 Knoblauch hangen im Rauch: Castanien /  
 Haselnuß/Baumnuß vnd Mandel/ seynd auff-  
 geschüttet: gedörrete vnd gesaltene Fisch lassen  
 wir auß den grossen Jahemärctten vnd Messen  
 zuführen: das Wildpret / Spect vnd dartz  
 Fleisch/ wird zu Winters zeit bereitet/ eingesäl-  
 hen/ vnd etliches auffgehencet: dieses alles kö-  
 nen wir nicht entrachten/was wir durchs Jahr  
 erbawen/ eintragen/ auffziehen/ vnd naher stel-  
 len/ wird das mehrer theil im Winter verzeh-  
 ret / dann wir müssen stets Frucht für vns vnd  
 vnser Viehe inn der Mullen haben / Stroh /  
 Holz/ vnd alle Fütterung wird geschmäkert.  
 Auff das Gevögel/ als Cappen/ Hühner/ Gänß/  
 gehet viel Frucht: das Del vnd Leuchtsal nimpt  
 ab: so will das Befind kein mangel leiden/stets  
 müssen wir die Hand im Secckel haben / dann  
 das

das Befund vnnnd alle Handwercks Leut/ so wir zu vnserm stadt brauchen müssen/wöllen gekleydet vnnnd bezahlet seyn : so thun vns die Leben-herren vnnnd Geistliche grossen gedrang : Gebe hie Belt/dort Frucht/ biß daß zu lezt der Sackel vnd Speicher leer werden. Noch reissen wir auß/ seynd gutes muhts/ lassens hertragen früh vnd spat/ was wir im Vorrath haben : ist schon etwas mangel / vnd sonderlich an grünen Gartenkräutern / behelffen wir vns der eingebeißten Cappeshäupter : jedoch so mögen wir im kalten Winter inn den warmen Brunnensüssen den grünen Brunnenkressen zum Salat samblen / vnnnd die gefrorenen Koltkräuter in der Küchen bereiten. Den Senff vnnnd Mörrerich brauchen wir zu den Salsen / trincken darzu den allerbesten Wein/biß wir des rauhen kalten Winters ledig werden.

### Vonden Namen der Kochkräuter vnd KüchenSpeiß.

**S**ie Namen aller Kochkräuter vnd Wur-  
 hel/ desgleichen der Gärten / Aecker / vnd  
 Baumfrücht / sind überflüssig genugsamb im  
 Kräuterbuch angezogen / dieselbige widerumb  
 zu erholen verdrüsslich : wöllen dißmal kürzlich/  
 vnnnd mit wenig Worten/ die Krafft vnd  
 Würckung der KüchenSpeiß wider-  
 umb auff die Bahn brin-  
 gen.

Welche

Welche Garten-Kräuter / Feld-  
Frücht/ vnd Baumobst/dem Leib gute  
Nahrung bringen oder nicht.

**D**ie zamen Garten Lattich vnd Endivia  
Kräuter bringen / in der Speiß genossen/  
den schwachen Leuten gute Nahrung: doch so  
will ich den edelen zamen Dyttersch / Seurclum  
genandt / sampt dem weissen Mangoltkraut /  
Beta, mit den jungen Hopffen vnd Spargen-  
dolden / auch dem Buzzersch vnd Ochsenzun-  
gen hiemit nicht aufschliessen. Es hat doch der  
alte Cornelius Celsus, lib. 2. cap. 20. die Res-  
feln/ die Pappelkräuter / vnd den Buzgel Por-  
tulaca nicht aufschliessen wollen. Etliche Leh-  
rer lassen in dieser zahl den Sawrampffer vnd  
Wiltenskräuter auch bleiben.

Auß den Ackerfrüchten geliebt mir die Ger-  
sten/ darnach das Ammelmähl/ der Bries/ der  
Haberkörn/ vnd Habermähl/ seynd mittelwä-  
sige ding in der Speiß genossen.

Galen. de  
Alim. lib. 1.

Vnter den Küchen Speisen/so man Legumi-  
na nennet / seynd die edle Felderbsen vnd Ki-  
chern keines wegs zu verachten.

Von den Baumfrüchten erwehlen wir groß  
vnd klein Rosenlin/zeitige Weintrauben/alles  
Obst/ das weder bitter noch sawr ist / als Quit-  
ten/ Aepffel / sawr Kirschen/ Mandelkern/ Ha-  
selnuß/ vnd gute Baumnuß.

Cer. Cel-  
sus lib. 2.  
cap. 20.

Sonst andere zame vnd wilde Kochkräu-  
ter:

ter:



ker: deßgleichen alle Ruben/ Wurzel vnd Zwiebel oder Lauchgeſchlecht: darzu alle Garten vnd Acker Frucht/ ſo in Schotten oder Hüſen verſchloſſen iſt/ als Bonen/ vnd dergleichen/ bekommen den ſchwachen Leuten nicht zum beſten/ gleich wie auch andere Baumfrucht/ als Obs vnd Nüß. Geſunden Leuten aber bekommen die gemeine Speißen am beſten/ dann ſie ſättigen den hißigen Magen wol/ vnd ſtärcken die Natur der ſtarcken Menſchen: was aber krankte vnd von Natur ſchwache blöde Menſchen find/ müſſen nicht allerhand Speiß brauchen/ dann viel ſchwacher Menſchen werden von erliſchen Speißen noch viel ſchwächer.

Mich wundert aber/ daß Cornelius Cellus die Gerſten/ ſo doch den Kranckē nichts bräuchlichers oder bequemers kan fürgetragen werden/ vnter die ding/ ſo eines böſen Saftts ſeyn/ geſchrieben hat: vnd dargegen die Melonen vnd kalte Kürbis/ in die zahl der dingen/ ſo geſund vnd eines guten Saftts ſeynd/ ſetzen thut. lib. 2. cap. 20.

Doch wir wollen inn einer kurzen Summa anzeigen/ was ein jedes Kochkraut/ Gemüß/ Garten. Acker vnd Baumfrucht/ an ihm für Engenſchafft haben.

Welche

Welche Koch- vnd Eskräuter /  
auch welche Garten- Aecker vnd  
Baumfrucht / von Natur warm  
vnd trucken seynd.

Alle Keltkräuter / der Mangolt / der Garten-  
Kress vnd Brunnenkress / die Nesseln / Hopffen /  
Spargel / Raiben / Kertich / Zwiebel / alle geschlechte  
des Lauchs Bierlin / zu Latein Siler. Peterzilgen  
mit seiner Wurzeln / Cappern. Darnach die  
Specerey Kräuter / als Bolen / alle Balsamkräu-  
ter / beyde Basilgē / Majoran / Rosmarin / Zostē /  
Benfussblumē / Feld- vñ Garten Quendel / Thy-  
mus, groß vnd kleiner / Dill / Satureia genant /  
beyde Salbeyen Kräuter / Dylkraut / Frauen-  
wurz / Alisma genant / das hanntig Pfefferkraut /  
der bitter Bermuht. Darnach etliche Samen /  
als beyde Senff / Dylsamē / Wiesen Kummel /  
Römischer Kummel / der groß Kummel / Siler  
montanum genant / Fenchelsamen / Anis-  
samen / schwarzer Coriander / Sibengezeit / vnd  
Fœnum græcum Samen. Jetzt gemelte Kräu-  
ter vnd Samen werden fast all in etlichen Kü-  
chen gebraucht / seynd von Natur alle warm vñ  
trucken / doch etliches mehr / etliches minder.

Unter den Köchset vnd Feldfrüchten seynd  
diese warmer truckener engenschafft : nemblich  
die Ruchern / Zisererbisen / Feigbonen / weiß vnd  
schwarz Bicken / Linsen / Weizen / Roggen / Tür-  
ckisch Korn / vnd der Habern.

S

War.

Warne vnnnd trockene Baumfrücht sind diese: süsse Aepffel / beyde Mandelkern / Haselnuß / Baumnuß / Castanien / Wacholsterbeerlin / vnd was von Art vnd Natur gang süß am Geschmact ist.

### Warne vnd feuchte Gartenkräuter vnnnd Wurzel.

Seynd die milten Kräuter / der mayer blitum, die Welsche Distel Cinara, alle Pappekräuter / der Burretsch vnnnd Ochsenzung / alle Geschlecht der Ruben / Pastinachen / rot vnd gelb Ruben Kapnnkel vnd die Alantwurzel.

Warne vnd feuchte Acker vnd Baumfrücht sind: Bonē / Phaselen / Heydenform / ocymum, zeitig Weintrauben / Feitzen / Dattel vnnnd die Brustbeerlin.

### Welche Kräuter / Aecker vnnnd Baumfrücht von Natur kalt vnd trocken seynd.

Cor. Celsus  
lib. 2. c. 27.

Als nemlich Wegerichkräuter / Magsaamentkraut / Wegwart / Gauchtle / alle wilde vnd zame Rosen / Coriander saamen / Gersten / Hirsen / Fencel / Welscher Hirsen / Panicum. Darnach Johansstreubel / Heydelbeer / Hymbeerenlaub / Biern / Quitten / Aepffel / Nespel / Sperberbyrlin / Saurachbeerlin vnd Laub / welsche Kirschen vnd alle Schlehen.

Welche

Welche Garten / Aecker vnd  
Baumgewächs von Natur kalt  
vnd trocken seynd.

Alle Lattichkräuter / Gänsefußel / Saurampfer /  
Winerich / Seutlum, Burgel / Merken-  
violon / sampt ihrem Kraut / Erdbeeren / Melo-  
nen / Pfenen / Cucumer / Kürbis / Maulbeeren /  
Pfersich / Pflaumen / Sauräpfel / Saurgra-  
naten / Citrinaten / poma arantia, vnd saur  
Weintrauben.

Welche Gewächs einer mittelmäßi-  
gen qualitet vnd eygenschafft seynd.

Das Körnelkraut / Indianische Aepffel  
Zuccomarini, die edlen Felderbsen / der  
Spels / Dinkel / der Kern / Teutscher Reiß /  
Süßholz / Sebastenbeerlein / vnd andere mehr.

Welche Kräuter in der Küchen zu  
salsen erwehlt werden / vnd welche  
warmer eygenschafft sind.

Warme Sals Kräuter seynd die Balsam  
Geschlecht / das Frauenkraut Alisma / die  
Fosien / der Boley / das Pfefferkraut / der Gar-  
ren vnd Brunnenfress / der Mangolt / der Peter-  
süßgen / Leuchelkräuter / Senffsamen vnd Kräu-  
ter / vnd der Mörrettich.

S ij      Kalte

Kalte salsen Kräuter sind gemeiniglich diese.

**S**As jung Roingras im anfang des Lenzen/ darnach der klein vnd groß Saurampffer/ der sawr Bauchflee/ alle Lattich vnd Endivia Kräuter / der Bynetsch / die vnzeitige saure Weintrauben vnd die Saurach beerlin/ sampt derselben grünen Laub / werden zu Salsen genommen vnd mit den Speisen fürgetragen.

Welche Kräuter mit vnd vor Specereyen genüßt werden.

**S**Er Koch will auch neben dem Pfeffer vnd Würhsack nachfolgende Kräuter haben/ als Majoran / den Belschen vnd Teutschen Quendel/ Rosmarin/ Basilgen / Costen / grossen vnd kleinen Garten Hyslop/ groß vnd kleine Salbey/ Frauenwurz/ Besfuß Blumen / Peterzilgen/ Körffelkraut vnd Dylkraut/ vnd was mehr für wolriechender Specereyen erfunden werden.

Welche Gärten vnd Feldgewächs das Haupt beschweren/ vnd das Gesicht verdunckeln.

**S**iese Gewächs beschweren das Haupt / vnd machen dunckele Augen / nemlich der Knoblauch mit seinen Geschlechten/ die Zwiibel mit ihrer art/ alle Senff / der Garten Kress/ der Rettich

Retrich vnd Morrettich/darnach Linsen/Bo-  
nen/Phaseln/vnd alles was dämpff gebiert/vnd  
übersich steigt/als fürnemlich die starcke Wein.

**Welche Gewächs dem Magen  
schädlich/ vnd schwärlich ver-  
dauet werden.**

**A**lle grobe Kölkräuter/Cappes vnd Salat Corn.  
elcus  
lib. 2. c. 1. §.  
Kräuter/Bonen/Linsen/Phaselen/Ziser/  
erbsen/Reiß/Hirsen/rohe Rüben/Steckrüben/  
Napi, aller Kräuter rohe Wurzel/ als der Ka-  
puckeln vnd Wegwarten/die rohen Melonen/  
Eucumern/Schwemme/Castanien/Dattel/  
alle Feigen/Biern/Neffel/Sperbelbierlin/  
Quittenäpfel/Schlehen/die rohter herber  
Wein: bemelte ding beschwären den Magen/  
ligen lang darinn/vnd verstopffen den Leib.

So aber jemand vor gemelter Kost/oder  
Speiß etlich Pfefferkörnlein wird essen/demsel-  
bigen schadet die verstopfung desto weniger.

**Nachfolgende Gewächs seynd nit  
allein dem Magen beschwerlich/sonder  
erbären viel dämpff vnd böse feuchtigkeit.**

**A**lle grobe alte Köl vñ Cappeskräuter/roher Pfell. lib. 4.  
de vicijs  
ratione.  
Salat/alle eingefalkene Safftkräuter vnd  
Wurzel/als Burgel/rohte Ruben/allerhand  
eingebeißt Obs/die Welschen Distel/Cinara,  
alle Hülsenfrucht/als Bonen/Linsen/Hirsen/  
Feigen/Castanien/alle Kochschwemme/rohe  
Obs/

Ob/dicker Most/schwarcker Wein/gebären viel Bläst vnnnd Dämpff / beschweren den Magen/ vnnnd bringen viel böser Feuchtigkeit / dardurch der ganze Leib beschädigt muß werden : Aber jungen starcken gesunden Menschen seynd alle Speiß leidlich/dann sie mögens mit Arbeit wol verdawen.

**Nachfolgende Samen vnd Kräu-  
ter zertheilen das auffblähendes Ma-  
gens/ verzehren die groben Wind im  
Leibe/vñ treiben den Harn.**

**S**Er Aenthsamen/Coriander/ Fenchel vnd Kümmeisamen/Römischer Kümmel/der groß Kümmel/Silermontanum, Hyssopkraut/ Saturey Woley / vnnnd der Römisch Quendel Thymus. Gemelte Stuck Samerhafte/oder jedes sonderlich pulvers weise/gleich einer Drä- feneij eingenommen : darzu mag man auch tre- men Inger/Pfeffer/Calmus/Sandel/Galanga vnd Muscatblumen/nach eines jeden gutbe- duncken vnd wolgefallen.

**Nachfolgende Gewächs seynd  
schneller Dawung/vnd eröffnen  
den harten Bauch.**

**S**ie jungen grüne Gartenträuter/als Hy- nersch/Milck/Rangolt/Weyer/Hopffen vnnnd Spargen/ Gersten/Pflaumen/süße Kir- schen/Pfersing/süße Trauben/süßer Most/vnd  
aller

allerhand süß Obs/ erweichen den Bauch. Die erste gesottene Brüß von Linsen/ Zisererbsen/vñ dem Mangolkraut/ getruncken / erweichen den harten Bauch / gleich wie die Brüß von dem Bengelkraut/Mercurialis genandt.

Obgesehte Regel vñnd Küchenpuncten/ haben wir den trewen Köchen zu gefallen kürzlich zusammen gelesen / auff daß sie ein vnterscheid der Kochkräuter vñd anderer KüchenSpeiß hetzen/damit sie iren Herrn vñd Meistern/desto baß in zufallenden Kranckheiten/die Speiß wüsten zu kochen vñnd zu bereiten/ dann daran hoch gelegen. Ich hab oft gesehen/vñ selbst erfahren/ daß man den Krancken widerwertige Speiß hat fürgetragen/vñd vermeynt sie sollen dem Krancken zum besten gereichen / die dann von gemelten Speisen noch schwächer wurden/ vñnd gar zu ruck schlugen. Doch will ich hie mit diß klein Tractätlein von Kochkreutern/Küchenspeisen/Feld.vñnd Baumfrüchten / dißmals vollendet haben / vñnd alsbald nach dem Schlassfrunct krachten.

## Das XIX. Capitel.

Von Pancketieren vñnd Schlassfrüncken/ vñd was man gemeiniglich zu denselben pflegt auffzutragen.

**B**erfüßige Schlassfrünck sind (wie männiglich befehen muß) entel schädliche vñnd ordnüg/durch welche die Menschliche