

denn der Sohn ist nicht bloß Stammhalter der Familie in absteigender Linie, sondern von seinem Dasein hängt auch die Unsterblichkeit seiner Eltern und Voreltern ab. Dadurch, daß der Sohn die vorgeschriebenen Familien-Opfer vollzieht, erhält er seinem Vater und seine Vorfahren im Zustande der Glückseligkeit nach dem Tode; ist kein Sohn da, jene heiligen Pflichten zu erfüllen, dann hören die Mienen der Väter mit der Familie für immer zu existiren auf. Wie also der Sohn dem Vater notwendig ist, wenn er nicht mißsammt seinen Ahnen dem ewigen Tode verfallen soll, so genießt der Sohn in der Familie auch entspreches Ansehen. Wer einen Sohn hat, den haben die Götter gesegnet, wer aber eine Tochter hat, den haben sie gestraft. Die Geburt einer Tochter bedeutet also auf alle Fälle und von vornherein ein Unglück, worüber die ganze Familie trauert. Zu dieser religiösen Anschauung von der Minderwertigkeit des Weibes kommt noch hinzu, daß die Tochter dem Vater wirtschaftlich immer eine Last bleibt; denn selbst wenn sie verheiratet ist, müssen die Eltern bei verschiedenen Gelegenheiten die Tochter und deren Mann mit Gaben bedenken, denen sich der Familien-Ehre halber selbst der Arme nicht entziehen darf. Gewöhnlich geben die Väter, wenn sie nach der Ursache des Faddens-Mordes befragt werden, an, daß sie aus finanziellen Gründen dazu bewegen wider. Sicher ist aber bei vielen auch Eitelkeit die Triebabfeder. Dadurch, daß der Vater die Tochter tödtet, rächt er seine Ehre vor all den Gefahren, die ihm von und durch seine Tochter drohen. Die Nabalaputen tödten aus dem Grunde selbst erwachsene Mädchen.

diesem Koffee nie einen großen Vorrath, da er stets frisch geröstet am besten schmeckt. Benutze ihn nicht in einem Blechgefäß, sondern in einer gut schließenden Porzellanblache. — Mache diesen Kaffee nicht grüßlich, sondern mäßig. — Bereite das Getränk durch einen Ausguss von kochendem Wasser, lasse also das Kaffeemehl nicht mitkochen, sondern blühe es nur an. — Benutze beim Anbrühen ein reines, geruchloses Kaffeefläßchen von welchem Baumwollenband oder rother Linwand. — Gieße das kochende Wasser nie auf einmal, sondern nur in kleinen Portionen und Zwischenzeiten auf den Kaffee. — Sorge dafür, daß während des Aufsiehens der Kaffee so wenig wie möglich aufgedeckt bleibt. — Trinke den so bereiteten Kaffee frisch. — Sollte das Getränk längere Zeit warm erhalten werden müssen, so stelle es in einem gut schließenden Krug oder Topf in ein größeres Gefäß mit heißem Wasser, nie allein für sich auf die heiße Herdplatte, und — dies ist besonders wichtig — lasse den fertigen Kaffee nicht noch einmal beim Wärmen zum Kochen kommen.

Hausmütterchen am Markt. Zur Herstellung von Magentropfen hole man aus der Apotheke: 9 Gr. Gentian 3 Gr. Agaricus, 8 Gr. Argelion, 4 Gr. Winterwurz, 4 Gr. orientalischen Cassien, 4 Gr. Remortariar, 35 Gr. reinster Aloe und 35 Gr. erob zerstoßene Myrthe. Dies alles that man in einen Steinopf, gebe eine Flasche guten Franzbranntwein darauf und schließe das Gefäß luftdicht zu. Nach acht Tagen giebt man das Flüssige durch ein feines Haarfieb in eine Flasche, die man gutzuorket; ein kleines Medizinfläschchen voll nimmt man sich gleich zum Gebrauch davon ab. Bei Magenschmerzen, Kopfschmerzen, Verdauungsstörungen, nach einem heißen Wenden und so wie giebt man 8 — 12 Tropfen von dem bereiteten Elixir in ein Glas, giebt etwas Wasser dazu, etwa 1—1½ Löffel, trinkt es aus und nimmt ein Stückchen Zucker nach. Nach kurzer Zeit wird man Änderung des vorerzigen Umbehagens merken.

Hauswirthschaftliches Telephon.

Anschluß haben erhalten:

Kleine Plätterin. An frisch gewaschener Wäsche bemerkt man zumellen gelbe oder graue Streifen. Diese rühren von dem unsauber gewordenen Wäscheleinen her, auf welchen man die Wäsche trocknete. Um erstere zu reinigen, löst man von Seife und etwas Soda eine glatte Lauge und gießt dieselbe auf die Leine in ein nicht zu tiefes Wäschfaß. Nach einer Viertelstunde reibt man die Leine mit einem wollenen Lappen häufig in der Seifenlauge ab, nimmt nochmals reines Seifenwasser und spült sie zuletzt in klarem, warmem Wasser aus. Wenn man einen großen feuchtreichen Raum hat, spant man die Leinen darin aus, damit sie schnell trocknet; in Ermangelung eines solchen Raumes wickelt man sie um ein Brett platt und gleichmäßig auf und stellt sie an den Ofen oder in die Sonne.

Junge Hausfrau in der Beitenstraße. Um das Eingehen der Wollschon zu verhindern und sie auch schön rein zu waschen, bringt man Salmiakgeist in Anwendung. Man giebt auf 10 Liter Wasser 2 — 3 Loth Salmiakgeist und wäscht die Stoffe darin so heiß, als die Hand vertragen kann. Fertige Stoffe werden nach dem Spülen einige Zeit in Essigwasser gelegt, es tritt alsdann die ursprüngliche Farbe wieder hervor. Geröllt werden sie, wenn sie noch etwas feucht sind und dann nur überplättet.

Schlafte Josephine. Die häufigen gegenseitigen Blumen-spenden unter Freunden und Verwandten sind fast zu einem stehenden Brauch geworden, so daß mande Klerin öfter in der Lage sein wird, Blumen zu verschicken. Es empfiehlt sich, zu diesem Zweck die Blumen auf folgende Weise zu verpacken: Auf den Boden eines Kistchens breitet man frisches feuchtes Moos aus, steckt die Blumen dazwischen und überdeckt sie dann wieder mit Moos. Auch ist es zuweilen gut, noch die Stengel der Blumen mit feuchtem Löschpapier zu umwickeln. Auf diese Weise verpackt, können die Blumen schon eine lange Reise zurücklegen und werden an ihrem Bestimmungsorte doch schön und frisch ankommen.

Freunde aus Pflanz. Vom Kaffeehosen. Nimm nur ganz reines frisches Wasser zum Kaffee. Benutze stets nur guten Kaffee, da der billige, geringe, immer schlecht schmeckt und wann Du noch so viel nimmst. — Koffee oder kausje von

Anschluß haben erhalten:
Hinterm Ofen sitzt die Maus. Auf dieser Spitzmarke kommt eine Vertreterin des höchsten Gefühls, die allem Anschein nach in diesen Couplet-Nestern ebenso verliert, wie sie vor den Mäusen in Wirklichkeit fürdairbar ist, an dieser Stelle zu erfahren, wie man die niedlichen Thierchen aus den Zimmern verreibt. Wo ist der Maiterjänger von Gammeln, der an das Telephon tritt, um das garliche Gezücht durch süße Töne an sich zu loden.

Lustiges Allerlei.

Beurtheile niemals einen Menschen nach dem leibenden Regenschirm, den er trägt. Er kann jedoch einen haumwollenen an dessen Stelle zurückgelassen haben.

— Ist das Mr. Cobb's Gattin, die dort mit ihm auf dem Lande fährt?

— Natürlich. — Du siehst doch, daß er sie ganz alleine „arbeiten“ läßt.

— Ich habe gestern mein erstes kaltes Bad genommen: es war famos. . . das Wasser war sehr warm!

— Wie schrecklich muß das sein, wenn ein Sängerklerik, daß ihn seine Stimme verläßt!

— Aber noch schrecklicher ist, wenn er's nicht merkt.

— Also die Dame hat Sie gleich aufgenommen, als Sie sagten, Sie hätten bei mir gedient?

— Ja, sie hat gesagt, ein Mädchen, daß es drei Monate bei Ihnen ausgehalten hat, müße ein Engel sein.

Auflösung des Kreuzräthfels aus voriger Nummer.

Se	ring
Ge	ring, Eber, Heber, King, Ege, Ehering.
E	ber

Druck von F. W. Neemann, Gommern.

Preis-Räthsel.

I.
Neidend sind der Liebe Freuden,
Wenn sie Gengenlieb' entzickt;
Dann erst bist du zu beneiden,
Wenn das Ganze dich beflückt.
Traust du aber diesem Glanze,
Bauet du auf Sand dein Glück,
Und ein Zeiden vor das Ganze
Ma! bezeit dich dein Glück.

II.
Dies es von vorn, nenn's einen Gott,
Der Glück zu bringen nicht bereit;
Von hinten zeigt es eine Stadt,
Verhät in alt' und neuer Zeit.
Auf die richtige Lösung vorschickender zwei Räthsel haben wir zwei Preise ausgesetzt:

- 1. Preis: - eb. Kneipp, Wein Testament'
 - 2. 1 eleg. Cassette mit ff. engl. Briefpapier.
- Die Lösungen müssen der Redaktion bis Mittwoch, den 16. August, abends, eingereicht sein.

Begnädigt.

Sätze von L. Kellen.

(Nachdruck verboten.)

... Pöblich fuhr Laßenay aus dem Schlafe empör, doch war es vorerst ein bloß körperliches Erwachen, durch ein unwillkürliches Zusammenzucken verursacht. Der schlafumfängene Geist konnte das Wesenlose noch nicht abschütteln, die Traumwelt noch nicht verlassen. Er drehte in weiten Fernen jenseits des Deans; vor ihm stand das Bild einer im Entleeren begriffenen Farm inmitten endloser Wälder. Von fernem Meere, das weithin am Horizont erglänzte, drang der frische Geruch des Seegrases herüber. Nach und nach entschwand diese Vision wie ein zurückweichendes Ufer. Noch umgab den Strahligen tiefen Nacht, deren Grabsdübel und deren Schreden ihn mehr und mehr bestimmten, so daß er sich endlich aufrecht hinlegte, Auge in Auge mit der Wirklichkeit, einen stehenden Schmerz im Herzen.

Seit er vor drei Monaten zum Tode verurtheilt worden: war es nun jeden Morgen so; immer dasselbe gewaltsame Erwachen, dieses plötzliche Zurückgeschleudertwerden in die Gegenwart, dieselbe grauliche Erinnerung an das Verbrechen, dessen Strafe jetzt schwer auf ihm lastete. Heute Morgen jedoch hatte er das unbestimmte Gefühl, daß etwas Ungewöhnliches geschehen müsse.

Nach war es Nacht. Eine leichte Unruhe ergriffte ihn, dann benäthigte sich seiner eine unerklärliche, immer nachdrückliche Frage über ein Geräuß von Schritten und Stimmen. Die Vorstellung dieser Empfindung nahm bestimmtere Formen, ja die unumstößliche Gewißheit einer Thatfache an.

Unbegreiflich, mit verhaltenem Athem, horchte er, aber sein Herz klopfte zu heftig, und sein Blut jagte durch die Adern wie ein rauschender Strom, so daß er nicht deutlich zu

hören vermochte. Und seine Angst wuchs. Hatte er geträumt? War das die Hinrichtung? Ein kalter Schauer überlief seinen Nacken.

Von Neuem erlangen Schritte und wackeln ein fernes Echo; ein ganzer Zug bewegte sich nach draußen mit langsamem Schrittel, die denen seine Beuthälften, dessen Schrittweite Fesseln bemessen, angepößt schienen. Und nun wurde es ihm klar: das war Deder, sein Mithschuldigster, der da zum Schaffot geführt wurde. Ein gurgelnder Schrei entrang sich seiner Kehle. Er stand plötzlich auf den Füßen. In einer Art Hallucination sah er trotz der Mauer und der Dunkelheit der Nacht den Richtplatz tageshell vor sich, als befände er sich mit da draußen. Vor der Thür stand der Hentersblock bereit. Ein Mann erhebt langsam die Stufen des Gefängnisses. Dann beugt er sich, verflücht den Antlitz und convulsivisch zuckend, nieder; das Beil fällt, und das abgeklagene Haupt, dessen Büge die Angst grauig verzerrt hat, rollt herab in eine Blutlache.

Gefriger Abscheu ließ ihn instinktmäßig zurückweichen. Bei dieser Bewegung stieß er gegen die Mauer seiner Zelle, und er zuckte zusammen, als ob ihn Jemand von hinten gepößt hätte. Er schmeckte lebend, mechanisch griff er mit der Hand nach dem Nacken und er schauerte, als er fühlte, daß sie nach vor fallen Schwere.

Die Vision verfolgte ihn hartnäckig. Seine Haare sträubten sich, er erzitterte aus Angst vor dem Hentersblock, vor dem Schläge, der seinen Hals treffen sollte, vor dem Augenblicke, da der Kopf, der vielleicht noch dent, auf dem Boden fällt.

Bisher hatte er die Hoffnung gehabt, die allmählich zur Gewißheit geworden war, daß seine Todesstrafe in Zuchthausstrafe verwandelt würde. Jetzt plötzlich brach diese Hoffnung in nichts zusammen, und das Unvorhergesehene ihres Zusammenbruches vermehrte seine Besäufung. Wahnsinnige Gedanken durchschwärmten sein Hirn. In seiner Angst sträubte er sich verzweifelt gegen das Unheerliche, er wollte es nicht glauben. Es war unmöglich, er war noch zu jung! Man hatte ihn verurteilt, er hatte nicht gewußt, was er that! Nein, nein! Er wollte nicht! Er wollte jetzt bitter steden, man würde Mitleid fühlen! Er wollte vorgeben, er hätte Enthüllungen zu machen, und dann irgend etwas sagen, irgend welche Verbrechen erfinden.

Er hatte getödtet, das war wahr! Und er wollte auch sterben, ja! Aber nicht so, nicht jetzt! O, Zeit, nur Zeit gewinnen. Das Begnadigungsschreiben konnte noch antommen. Manchmal beobachte man sich noch. Was konnte sich nicht alles in wenigen Minuten ereignen!

Alle diese wirren Gedanken hatten sich so schnell in seinem Gehirn gittert, daß jetzt erst der Zug seine Zelle erreicht hatte. Er gittert. Eine Stimme ließ sich hören, diejenige Deder's: „He, Laßenay, es geht also doch für uns?“ Mit übermenschlicher Anstrengung antwortete er: „Wie es scheint!“

Dann überkam ihn plötzlich eine unheimliche Raube. Bis dahin hatte er noch die leise Hoffnung einer möglichen Laufung gehabt. Nach einem Augenblick völliger Zerschmetterung raffte er sich nun wieder auf. Es war leichter,



die Herrschaft über sich selbst wiederzugewinnen mit der völligen Gewißheit des Todes, des schnellen Todes. Die Worte seines Mitschuldigen hatten beruhigend auf seine erregten Nerven gewirkt.

Er gewann seine Willenskraft wieder; er ging in der Zelle auf und ab und sprach sich selbst Mut zu. Aber die Gedanken verfolgten die der wilden Erregung, die sein Hirn durchtobte. Er fühlte nur die Furcht wieder in sich aufsteigen und anwachsen.

Seine Willenskraft wurde schwächer. Er zitterte bei dem Gedanken, daß man ihn ohnmächtig finden und wegtragen würde, und daß er erst unter dem Fallbeil ermaden würde, beim Anblick seines schon entpaupten Mitschuldigen. Trotz der Bedenken versagte die der wilden Erregung, die sein Hirn durchtobte. Er fühlte nur die Furcht wieder in sich aufsteigen und anwachsen.

Seine Willenskraft wurde schwächer. Er zitterte bei dem Gedanken, daß man ihn ohnmächtig finden und wegtragen würde, und daß er erst unter dem Fallbeil ermaden würde, beim Anblick seines schon entpaupten Mitschuldigen. Trotz der Bedenken versagte die der wilden Erregung, die sein Hirn durchtobte. Er fühlte nur die Furcht wieder in sich aufsteigen und anwachsen.

Er erhob sich. Was ging denn vor? Es war doch schon lange her, seit man Dedek abgeführt. Er wollte nicht mehr hoffen; die Enttäuschung würde zu grauam sein. Es war unmöglich, daß man ihn hier lieg! Man hätte es ihm sagen müssen!

Aber trotz alledem stieg die Hoffnung wieder in ihm auf. Ein neuer Gedanke durchdrang sein Hirn. Er erinnerte sich, daß man immer zuerst den weniger Schuldigen hingerichtete. Und nun, da er ja noch da war, warum hatte er auch nicht früher daran gedacht? Er war ja noch da, er, der Jüngere von den Beiden, der nur mit Widerstreben zugeschlagen, weil der Andere ihn dazu getrieben hatte!

Er hielt inne, sein Gesichtsausdruck wurde starr. Ein plötzlicher Gedanke verheimmerte ihn. Weilsicht hatte man gerade im Gegenteil ihn für den Schuldigeren gehalten. Dann würde man ihn auch zuletzt hingerichten. Er erinnerte sich, wie bei dem Verhör Einiges die Menge erzählt hatte bei dem Verhör von den Streichen, die er blindlings geführt hatte, in dem wilden Rausch des Blutes, das ihm zu Kopfe gestiegen. Um mit einem einzigen Schläge gerade die richtige Stelle zu treffen, dazu war er doch zu sehr Neuling. Er leinerte sich nur an dem Kampf beteiligt, weil der Mann sich zur Wehr setzte. Dann mußte er nichts mehr! Er war wohlfühnig gewesen an jenem Abend! Sonst hätte er nicht gemordet! Aber die Geschworenen hatten das nicht einsehen wollen.

Er suchte sich jetzt die Verzeigerung zu erklären. Eine Erklärung der Maschine? Dieser Dolch von Henker war so ungeschicklich. Oder Dedek mochte sich auch zur Wehr gesetzt und die Geschliffe desselbe gelassen haben! Immer neue Möglichkeiten fielen ihm ein: Die erregte Menge mochte das Schloß gefürmt haben! Vielleicht war auch eine Revolution ausgebrochen!

Plötzlich stieg er einen Schrei aus. „Es wird Tag!“ Und wirklich, das graue Licht des beginnenden Tages drang durch das Fenster und fiel auf den Fußboden. Der Tag! Nun, nun war er gerettet! Hinrichtungen wurden nie am hellen Tage vollzogen, nie!

Und sicher mußte diese rettende Helle des Tages schon längere Zeit dagewesen sein, denn das war ja nicht mehr die erste Dämmerung, dazu war es viel zu hell!

Er brach in ein lautes Lachen aus, das sich in Schläuchen verwandelte. In feierlicher Erregung rannte er in der Zelle umher. Er war begnadigt! Man hatte nur vergessen, ihn zu benachrichtigen, das war alles! Man hatte genug mit dem Anderen zu thun gehabt, der Andere, für den war

es schlimm, aber das war ihm einerlei! Begnadigt! Wie ist doch das Leben so schön! Außerhalb der Kerkermauern, da kann man lachen und lieben, da gibt es Sonnenschein und einen weiten blauen Himmel! Er wurde ruhiger, ein unendliches Gefühl des Glücks und der Dankbarkeit überkam ihn. Jetzt wollte er ein rechtschaffen Mensch werden, wollte sein Verbrechen durch Arbeit sühnen. Und aus dem Dunkel des Kerkes tauchte das Land seiner Träume in himmlischer Schönheit vor ihm auf, Neu-Caledonien, das ferne, meerentlegene ...

Leitenblatz fuhr er plötzlich in die Höhe: von Neuem erlangten Schritte. Mit einem Schläge erschoß ihn wieder die alte Angst. Die verfloßene Zeit, diese Zeit, die ihm wie eine Ewigkeit erschienen war, hatte nur wenige Minuten umfaßt! Es war eine Täuschung seines überreizten Hirns gewesen, eine Hallucination, vielleicht auch die Strafe Gottes, die so seinen Todeskampf verlängerte. Er war wahnsinnig gewesen in den letzten Augenblicken; alles kam, wie es mußte, genau zur bestimmten Stunde, die Reihe vor jetzt an ihm!

Verhör wird er zurück, die Augen starr auf die Thür gerichtet. Der Schlüssel schloß das Schloß; er sank auf sein Lager, die Hände schlugen klappernd zusammen, und die gespreizten Finger krallten sich in die Decken ein ...

Die rauhe Stimme eines Wärters befohl Laßgehen aufzustehen, und vor ihm im hellen Lichte, das durch die offene Thür verstrahlte, war, standen mehrere Männer. Nun hörte er eine andere Stimme und ein Gemurmel von Tönen drang herauf an sein Ohr, ohne daß er den Sinn erfassen konnte. Ein neuer Schweißschub bestiel ihn; es schien ihm, als ob sein Leben langsam erstickte. Sein Körper war wie eine Maschine, deren Drehwerk gestört ist, und die von regelmäßigen Stößen erschüttert wird. Nur das Entsetzen war noch in ihm lebendig, ließ ihn keuchend atmen und rollend die Augen bewegen.

Nach und nach unterschied er einzelne Wörter. Seine Sinne drückten die äußerliche Spannung aus, dann überließ ein freudloses Gemurmel sein Urteil; seine Augen schweiften von einem Gesichte zum anderen und blieben zuletzt an dem Munde des Sprechenden haften. Und nun plötzlich hörte er es, verstand er es: seine Strafe war in Zuchthausstrafe verwandelt.

Er richtete sich mit einem heftigen Rucke auf, wollte aufschreien, aber der Schrei blieb ihm in der Kehle stecken, seine Hände griffen stampfhaft nach der Brust, er taumelte und sank lautlos auf sein Lager.

Der Begnadigte war tot.

Billiges Fleisch

Von Alfred Goimann.

In einem freienhause Westdeutschlands lebt ein Mann, der die soziale Frage auf eine sehr einfache Weise lösen möchte: er will aus Kartoffeln Fleisch machen. So unfinnig die Idee scheint, so erklärlich ist es, daß einer darauf verfallen konnte; denn Kartoffeln und mageres Fleisch enthalten ungefähr gleich viel Nährstoffe, nämlich circa 25 Prozent. Wer also je 1 Kilogramm Kartoffeln und 1 Kilogramm Fleisch kauft, bezahlt in beiden Fällen darin 750 Gramm Wasser, das er aus dem Brühen billiger erhalten könnte. Und im ersten Augenblick erscheint es durchaus nicht gerechtfertigt, daß die nötigen 250 Gramm Nährstoff der Kartoffeln mit etwa 5 Pfennig und die 250 Gramm Nährstoff des Fleisches mit dem Dreifachen: mit mindestens 150 Pf. bezahlt werden; denn daß der Nährstoff im Fleisch zur Hauptfache Eiweiß und in der Kartoffel sogenanntes Kohlehydrat ist, das sind rein chemische Unterschiede, mit denen das naive Gemüth wenig anfängt. Dem müßte schon anschaulich gezeigt werden können, wie das Eiweiß der eigentlichen Nährstoff ist, aus dem sich der Körper in Magen und Lunge den Ersatz für verbrauchte Muskelsubstanz und Muskelkraft kocht, indem er sozusagen mit Zeit einsetzt und die sogenannten Kohlehydrate zur Mischung braucht. Erst wenn derartig die

Wichtigkeit des Eiweiß vor allen anderen Nährstoffen deutlich wird, ist der hohe Preis der speziell eiweißhaltigen Nährmittel verständlich. Dann zeigt sich allerdings auch, daß der Kauf nach billigem Fleisch nicht weiter ist, als der Kauf nach billigem Eiweiß. Insofern war der erwähnte Ire schon auf keinem falschen Wege, wenn er dieses aus anderen Nahrungsmitteln gewinnen wollte; denn alle Nahrungsmittel, die „pflanzlichen“ sowohl wie die „tierischen“, enthalten Eiweiß, nur meist nicht in genügender Menge; oder, wenn das der Fall ist, z. B. bei den Hülsenfrüchten (trockenen Erbsen, Bohnen, Linien), nicht genug in verdaulichen Zustande. Während nämlich das Eiweiß des Fleisches ohne Weiteres vom Blut aufgenommen und als Muskel angelegt wird, geht fast die Hälfte des Eiweiß in Hülsenfrüchten unverdaulich durch den Magen und hat nicht nur keinen Nutzen, sondern verursacht sehr oft direkte Beschwerden. Außerdem müßte man, um die täglich notwendige Portion von 120 Gramm Eiweiß z. B. in Erbsen zu sich zu nehmen, täglich mindestens 500 trockener Erbsen essen, das wären annähernd 9 Pfund oder 4 1/2 Liter Erbsensuppe, also schon einen kleinen Eimer voll. Bei anderen pflanzlichen Nahrungsmitteln ist das noch ungenügender. Von Kartoffeln z. B. müßte man täglich circa 24 Pfund verzehren, um den Körper mit dem nötigen Eiweiß zu versehen.

Allerdings würde dann der gesammte tägliche Eiweißverbrauch nur etwa 50 Pfennig kosten, also beträchtlich weniger als bei Fleisch. Das legt natürlich den Gedanken nahe, die 120 Gramm Eiweiß aus den 24 Pfund Kartoffeln gemischt zu gewinnen, oder, wie der Ire sagte, aus Kartoffeln Fleisch zu machen. Und das nun, was bei dem Ire offenbarer Wahnsinn schien, ist durch den bekannten Bonner Professor Dr. Finlter zur exakten Lösung gebracht worden. Eigentlich geht er noch darüber hinaus, indem er sein „Fleisch“ aus noch billigeren Rohstoffen herstellt. Zwar macht er noch nicht „aus Steinen Brot“, aber er gewinnt aus sonst werthlosen Pflanzen- und Thierpflanzen das Eiweiß in verdaulicher und durchaus reiner Form und bietet in seinem „Tropon“ thatächlich das langersehnte billige Fleisch.

So garantiert er endlich auch den breiten Volkstheilen eine ausreichende Ernährung, die bislang in Wirklichkeit nicht möglich war, weil eben die Pflanzenpflanzen zu wenig verdauliches Eiweiß enthalten und ausreichende Fleischportionen den Minderbemittelten zu theuer waren. Ein Pfund Tropon kostet nur 2,70 Mark, hat aber ebenso viel Ernährungswert wie 5 Pfund besten Rindfleisch oder 100 Eier. Es ist ein hartes Pulver, das absolut keinen Geschmack hat, bei jahrelanger Aufbewahrung nicht verdirbt und jeder Speise zugesetzt werden kann. Wer ein Zehntel Pfund, also 50 Gramm täglich seinen anderen Speisen: dem Gebäck, den Geiränten, Suppen, Gemüsen u. s. w. beimischt, hat durch eine tägliche Mehrausgabe von 27 Pfennig einen vollständigen Ersatz für jede Fleischspeise.

Demnachsprachat hat man nach der Bekanntgabe der Finlter'schen Erfindung auf dem 9. Internationalen Kongress für Hygiene zu Madrid sofort in zahlreichen Kliniken und hervorragenden Heilanstalten genaue wissenschaftlich beobachtete Proben angeestellt und ist zu den überraschendsten Erfolgen gekommen. Auch von dem schwächsten Magen wird Tropon genommen und verdaulich. In kurzer Zeit werden Gewichtszunahmen festgesetzt, die bislang nicht möglich waren, und — was für die Kaufleute vielleicht das Wichtigste ist — noch obendrein pro Kopf beträchtliche Ersparnisse erzielt. In allen Fachkreisen wird deshalb die Verwendung von Tropon in Krankenhäusern, Mensagen, als sogenanntes „eisernes Portion“ beim Militär, als Spornahrung eifrig empfohlen und empfohlen. Aber die eigentliche Aufgabe des Tropon liegt darin, daß es ein Nahrungsmittel für die breitesten Kreise wird. Seine letzte Zubereitung, indem es allen gewöhnlichen Speisen beigemischt werden kann und also gar keine Veränderung der Lebensweise herbeiführt, seine vielfache Verwendung zu Tropon - Suppenmilch, Tropon - Schokolade und -Cacao, Tropon - Rindermilch, Tropon - Zwieback und -Biskuits, seine ungemein leichte Verdaulichkeit und sein geringer Preis

machen es in Wahrheit nicht nur zum besten Heilmittel sondern zum werthvollsten Nahrungsmittel der Gegenwart überhaupt.

Gesundheitspflege

* Hygienischer Werth der Heidelbeere. Die Heidelbeere findet bei der Gesundheitspflege vielfache Verwendung, die sie auch vollkommen verdient. Professor Dr. Winterhag in Wien nennt eine Abkochung von Heidelbeeren ein Heilmittel aus der Küche. Gegen eine große Reihe von Erkrankungen der Mundschleimhaut, besonders bei den durch Nahrungsmittel verursachten weißlichen Verfärbungen und Flecken derselben, bedarf sie dieses Mittel wiederholt, dessen Gebrauch unter Umständen Monate lang fortgesetzt werden muß. In jedem Falle beseitigt es sehr schnell die Schmerzhaftigkeit der kleinen Risse in der Zunge- und Magen- und Mastdarm- und bringt sie auch schnell zur Heilung. Auch andere Geschwürbildungen und Entzündungsvorgänge in der Mund- und Nasenhöhle werden durch das genannte Mittel oft in der kürzesten Zeit überaus rasch beeinflusst. Bei verschiedenen Formen von Bräunen leistet nach Professor Dr. Winterhag eine Heidelbeerabkochung als Gurgelwasser ebenso viel, als die sonst so gebräuchlicher, auch als einfaches Mundwasser, z. B. zur Beseitigung des üblen Geruches aus dem Munde, ist es von vortheilhafter Wirkung. Bei wirklicher Erkrankung der Mundschleimhaut empfiehlt Dr. Winterhag 500 Gramm Heidelbeeren mit 1 Liter Wasser zu 500 - 600 Gramm einzufügen. Diese Abkochung muß namentlich zur heißen Jahreszeit zur Beseitigung der Gährung an einem kühlen Orte aufbewahrt werden, oder besser an jedem zweiten oder dritten Tage frisch bereitet werden. Zu Gurgelwasser empfiehlt sich auch ein kalter Aufguss. Man füllt zu diesem Zwecke ein Glas bis zu drei Viertel seines Inhalts mit Heidelbeeren, gießt frisches Trinkwasser darauf und läßt das Ganze 24 Stunden stehen. Das Heidelbeerwasser oder das Keuen von getrockneten Heidelbeeren vorzüglich und namentlich für das kindliche Alter beliebt. Man findet, um heilige Durchfälle zum Stillstand zu bringen, dürfte bekannt sein. Der Heilwerth der Heidelbeere liegt jedenfalls zum großen Theile in dem Farbstoff, der ja eine außerordentliche Färbekraft hat und in die feinsten Adern des Zahnhaltigen eindringt. Jellen, die krankhaft verändert sind, oder pflanzliche Schwämme, die diesen Farbstoff annehmen, werden zugleich dadurch zerstört und unschädlich gemacht. Bekanntlich wird von vielen medicinischen Autoritäten auch der Heidelbeerwein angelegentlich empfohlen.

Cutti-Frutti.

— Welcher Beruf ist der anerkennendste? Diese schon oft erörterte Frage läßt sich am besten an der Hand der Sterblichkeitsziffer innerhalb der einzelnen Berufsarten beantworten. Rannoch beträgt die Zahl der Sterbefälle bei den Männern 8, bei den Frauen 14, bei den Barbieren 24, bei den Kohlenarbeitern 18, auf das Tausend. Mit zu den gesündesten Berufen scheint der des Bierbrauereis zu gehören. Er kommt nächst dem des Glanzens, bei dem die Ziffer 5 beträgt. Der Geschäftsmann ist mit 18, der Eisenarbeiter und Bleigießer mit je 11 vom Tausend einzurechnen. Der gefährlichste Beruf ist aber anscheinend derjenige der Kellerer, der mit 28 vom Tausend an der Spitze der Statistiken steht. * Die Sitte des Mädchen - Vorbes besteht bei den Indem noch immer, trotz aller von den Engländern erlassenen Gesetze und Anordnungen. Ein britischer Commisarius schätzte die Zahl der jährlich erwerbenden Mädchen in Frankreich und England allein auf 80000. Die bei den Hindus und anderen Völkern des Morgenlandes herrschende Ansicht von der Unentweihbarkeit des Weibes ist die Quelle vieler Grausamkeiten, Nur als Mutter, und zwar nur als Mutter eines Sohnes, hat das Weib für den Inden Werth,

