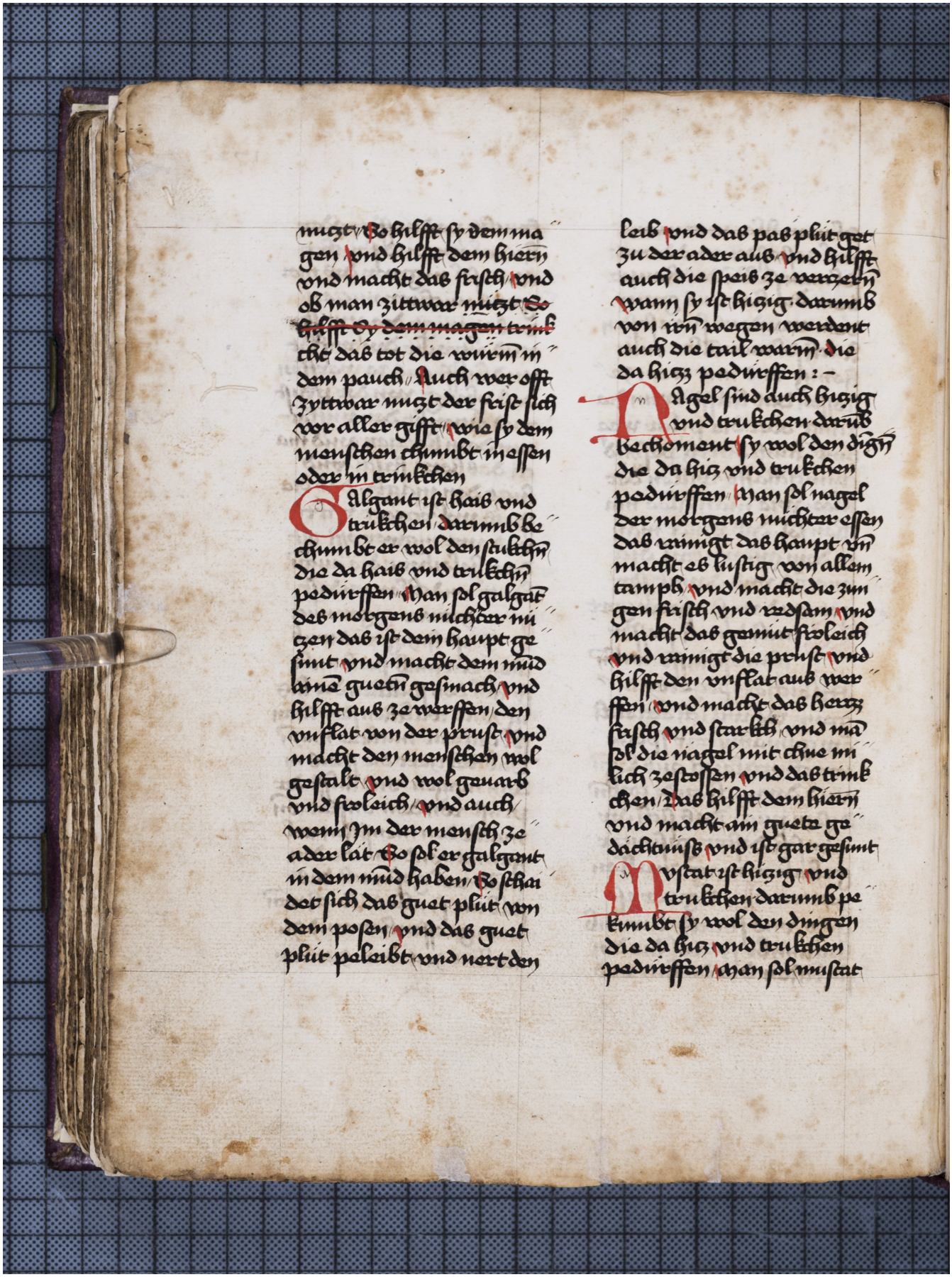
Quelle: http://manuscripta.at/?ID=26180
Copyright: Admont, Benediktinerstift



mugt / So hilfft sy dem ma
gen / vnd hilfft dem hiern
vnd macht das firsich / vnd
ob man zittwar mugt So
~~hilfft sy dem magen trink~~
chet das tot die wurm in
dem pauch / Auch wer offt
zyttwar mugt der fürst sich
vor aller gifft / wie sy dem
menschen chumbt in essen
oder in trinkchen

Galgant ist hais vnd
trukchen darumb be
chumbt er wol den stukchen
die da hais vnd trukchen
pedurffen / Man sol galgant
des morgens nuchter nu
tzen das ist dem haupt ge
sunt / vnd macht dem mud
lume guetn gesmach / vnd
hilfft aus ze werffen den
vnflat von der prust / vnd
macht den menschen wol
gestalt / vnd wol gemach
vnd frolaich / vnd auch /
wenn jm der mensch ze
ader lat So sol er galgant
in dem mud haben / So schai
det sich das guet plut von
dem posen / vnd das guet
plut peleibt / vnd nert den
leib / vnd das pas plut get
zu der ader aus / vnd hilfft
auch die speis ze vergeln
wann sy ist hizig darumb
von irn wegen werdent
auch die tail warm die
da hitz pedurffen : –

Nagel sind auch hizig
vnd trukchen darub
bechoment / sy wol den dingen
die da hitz vnd trukchen
pedurffen / Man sol nagel
der morgens nuchter essen
das reinigt das haupt vn
macht es lustig von allem
tamph / vnd macht die zun
gen firsich / vnd redsam / vnd
macht das gemut froleich
vnd reinigt die prust / vnd
hilfft den vnflat aus wer
ffen / vnd macht das hertz
frisch / vnd starlich / vnd ma
sol die nagel mit chlue in
lich zestossen / vnd das trink
chen / Das hilfft dem hiern
vnd macht ain guete ge
dachtnuss / vnd ist gar gesunt

Nustat ist hizig / vnd
trukchen darumb pe
kumbt sy wol den dingen
die da hitz / vnd trukchen
pedurffen / Man sol nustat