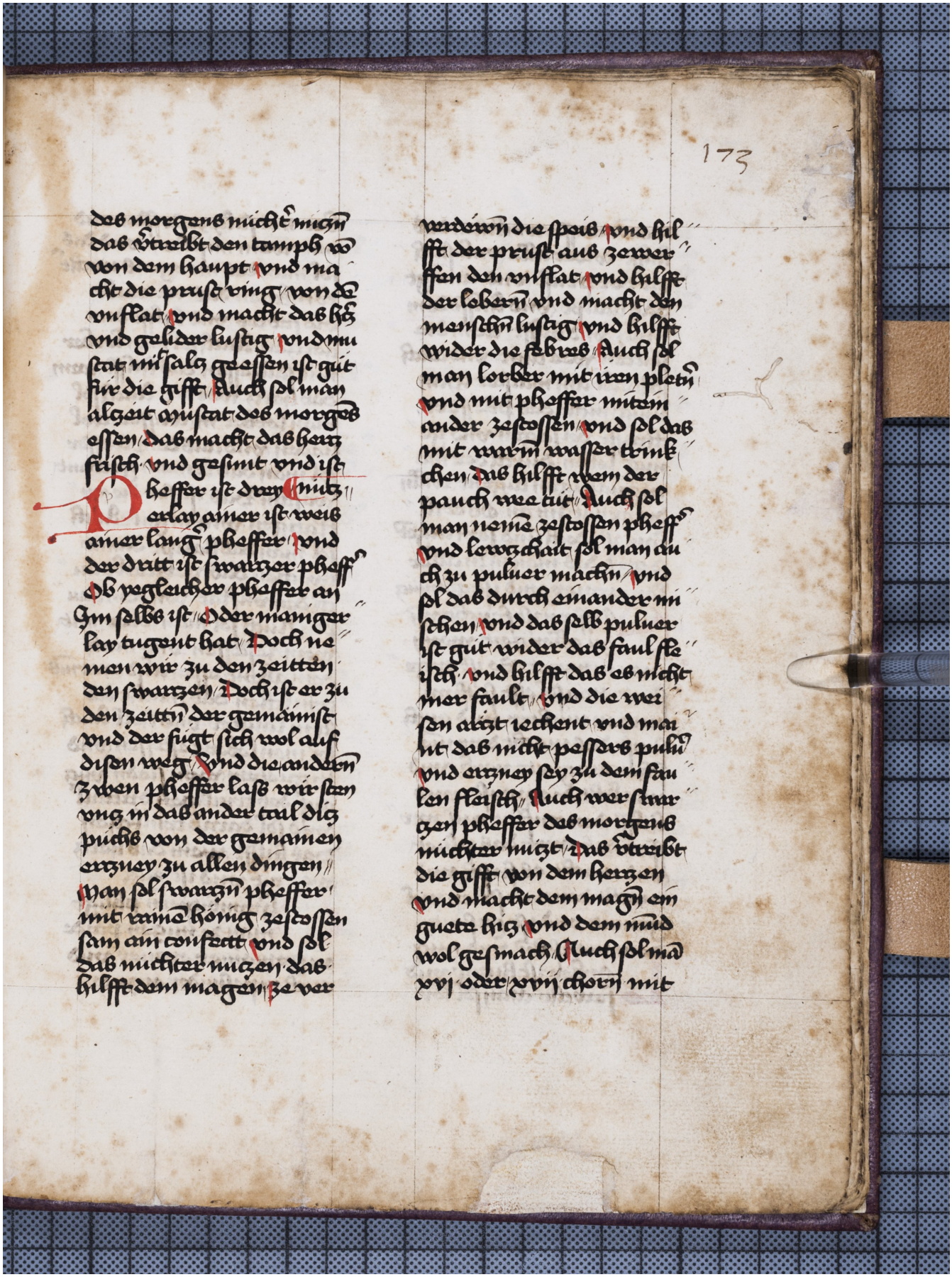
Quelle: http://manuscripta.at/?ID=26180
Copyright: Admont, Benediktinerstift



173

des morgens nicht mein
das vertribt den tampf wo
von dem haupt vnd ma
cht die prust ring von de
vnflat vnd macht das hes
vnd gelider lustig vnd mu
stat mit salz gessen ist gut
fur die gifft auch sol man
alzeit a mustat des morgens
essen das macht das hertz
frisch vnd gesint vnd ist
Pheffer ist drey nutz
erlay a mer ist weis
amer lang pheffer vnd
der dritt ist swartzer pheff
ob yegleicher pheffer an
im selbs ist oder manger
lay tugent hat Doch ne
men wir zu den zeitten
den swartzen Doch ist er zu
den zeitten der gemainst
vnd der fugt sich wol auf
disen weg vnd die andern
zwen pheffer lass wir stan
vng in das ander teil dis
puchs von der gemainen
artzney zu allen dingen
man sol swartzn pheffer
mit waine honig zestossen
sam ain confectt vnd sol
das nichster nutzen das
hilfft dem magen ze ver
werden die speis vnd hil
fft der prust aus zewer
ffen den vnflat vnd hilfft
der leberen vnd macht den
menschen lustig vnd hilfft
wider die sebwes auch sol
man lorber mit wein pleten
vnd mit pheffer mitein
ander zestossen vnd sol das
mit warm wasser trink
chen das hilfft wem der
pauch wee tut auch sol
man nemen zestossen pheff
vnd lewtzhait sol man au
ch zu puluer machen vnd
sol das durch einander ni
schen vnd das selb puluer
ist gut wider das faul fle
isch vnd hilfft das es nicht
mer faulet vnd die wei
sen aizt lechent vnd mai
nt das nicht pessers puluer
vnd artzney sey zu dem fau
len fleisch auch wer swar
zen pheffer das morgens
nichster nutzt das vertribt
die gifft von dem hertzen
vnd macht dem magen ein
guete hitz vnd dem mund
wol gesmach auch sol man
xvij oder xviij chorn mit