Quelle: http://manuscripta.at/?ID=26332
Copyright: Admont, Benediktinerstift

vnd wen si begynnen
czu sydin so swebit ecz
was wassirs wbin. so
nym eyn starck holez
das dez czu geschnit ist
als eyn ruwelcht vnd
ruwe is stetlichin vs
deme grunde das is ich
an burne. Das czeichin
der gute ist wen du sist
di hut alz geschelt vnd
di substancia der kwlin
czu dickin als honik
seym. so nym is von
dem vugir vnd los is
kulin. so gus dy ma
terie in eyn sib das do
nicht enge si vnd drut
ke si vs mit der haut
durch das sib. vnd loz
is vallin ezwor yn
das do stet benydin
deme sibe. das di kerne
in blibin in deme sibe
vnd di wurf wek. Doz
no so teyle di substan
cia mit eyme holtze
odir mit eyme lessil
glich vnd lege sy vf
eyn bret das do breyt
si vnde slecht vnd ouch
reyne loz di plotze
ezwas dicke noch di
ner lust. vnd loz sy
dorrin in dem bacofin
noch deme das das brot
vs gewonnen ist. Doz
no gewynne si sitlichin
von dem brete vnde
halde sy. wen si sint
gut deme der sy nen
smak vor lozin hot
den brengit is widir
In deme tegelichs syur.
vnd in allin suchtagin
di do sint von heysir
materien den mak
man si gebin. wen si
sint eyn kost vnd eyn
artzdyge. Ouch mach
tu machin plotze von
krychin vnd von pflu
men. sundir von der
krychin saph di nicht
rife sint di sal man vs
druckin vnd sal das
saph trugin. vnd das
dunkit mich wol bessir
czu dem di man heyst
gemeynlichin wenichin.
¶ Allirleyge pflumen
di mak man trugin