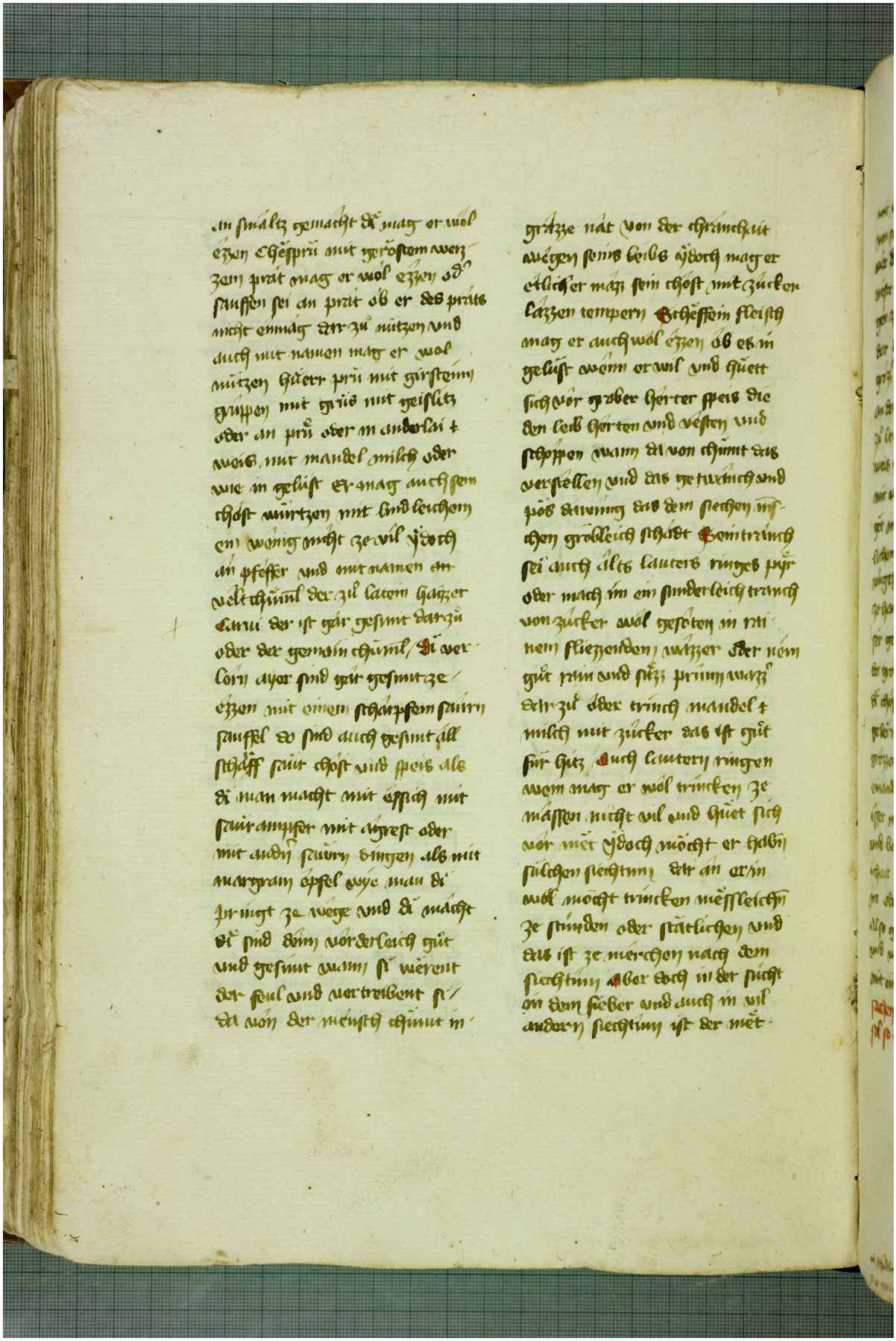
Quelle: http://manuscripta.at/?ID=885
Copyright: Klosterneuburg, Augustiner-Chorherrenstift



in smaltz gemacht dz̄ mag er wol
ezzen Chespru̇ mit gerostem wenz
zam prat mag er wol ezzen od̄
sauffen sei an prat ob er des prats
nicht enmag dar zu̇ nutzen vnd
auch mit namen mag er wol
nutzen hüetter prü mit girstenn
gruppen mit gris mit geislitz
oder an prü oder in anderlai t
weis, mit mandel milich oder
wie in gelüst er mag auch sein
chost wurtzen mit lind leuchen
ein wenig mecht ze vil jdoch
an pfeffer vnd mit namen an
welt chumel der zu latein hatzer
curu der ist gar gesunt darzu
oder der gemain chumel, dz̄ ver
lorn ayer sind gar gesunt ze
ezzen mit ainen scharpfen saurn
saussel so sind auch gesunt all
stichaff saur chost vnd speis als
dz̄ man macht mit essich mit
saur ampfer mit agrest oder
mit andern saurn dingen als mit
mangram epfel wye man dz̄
fur nimpt ze wege vnd dz̄ machst
dz̄ sind dem vorderleich gut
vnd gesunt wann sz̄ werent
der- soul vnd vertreibent sz̄/
dz̄ von der menigk chunt in

gratze nat von der chrimchaut
wegen sinns leibs jdoch mag er
etlicher magt sein chost mit zucker
lazzen temperen Rthessein fleisch
mag er auch wol ezzen ob es in
gelüst wenn er wil vnd hüett
sich vor grober herter speis die
den leib herten vnd vesten vnd
schoppen wann dz̄ von chumt das
verstellen vnd das ze turmich vnd
pös durunng das dem sechen mn-
chen groslich schadt Rom trinch
sei auch alles lauters ringes pur
oder mach im ein sunderleich trinch
von zucker wol gesoten in rin
nem fliezenden wasser oder nem
gut rein vnd sütz pruinn wazz
dar zu̇ oder trinch mandel t
milich mit zucker das ist gut
für hitz Auch lauterr ringen
wein mag er wol trincken ze
massen nicht vil vnd hüet sich
vor met jdoch möcht er haben
sulchen sichtung dar an er/in
wol mocht trincken messleich
ze stunden oder stätlichen vnd
das ist ze merchen nach dem
sichtung aber doch in der sucht
in dem sieber vnd auch in vil
anderen sichtung ist der met-