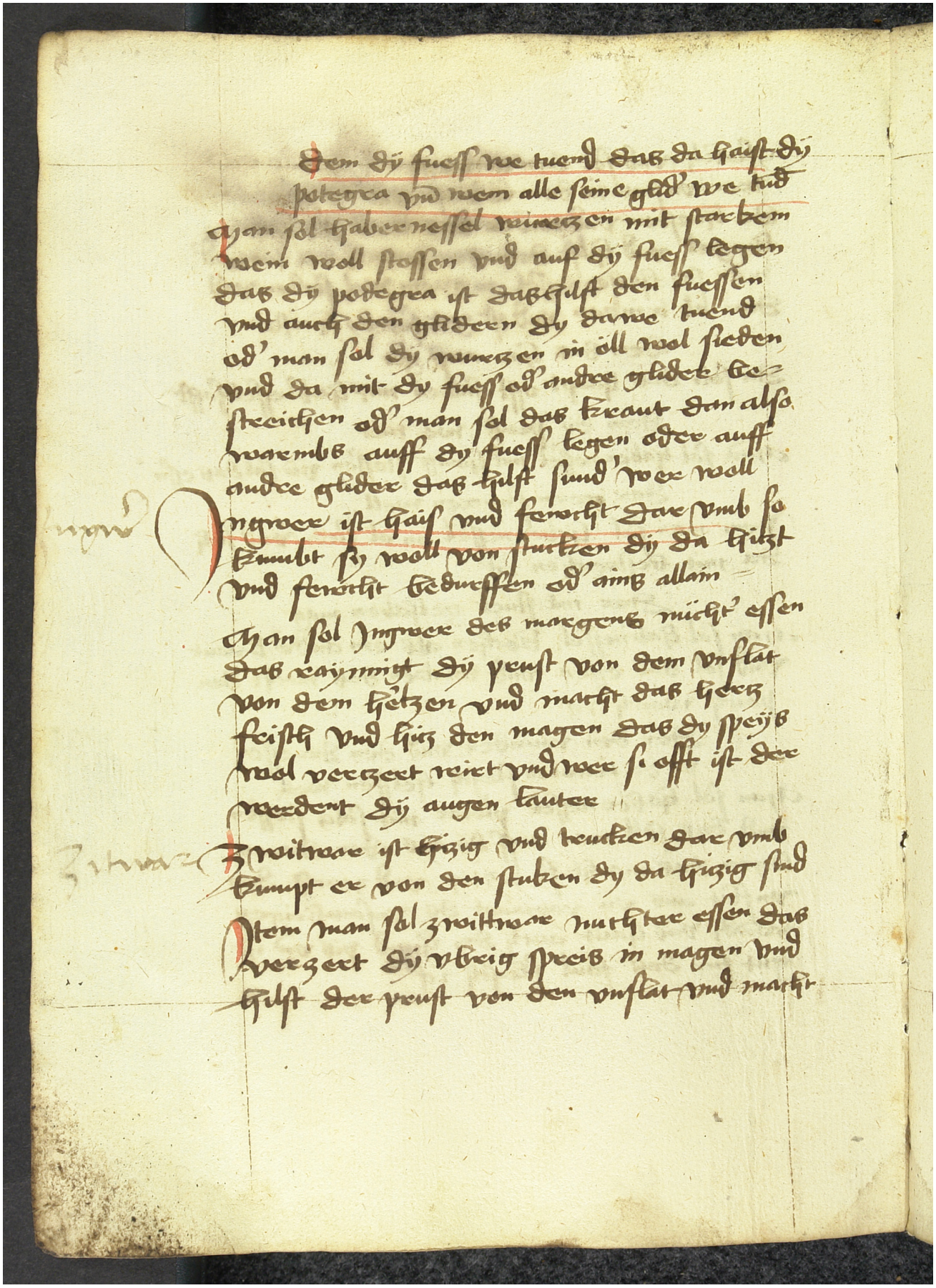
Quelle: https://manuscripta.at/?ID=8175
Copyright: Salzburg, Universitätsbibliothek



Item dy fuess we tuend das da haist dy
petegra vñ nem alle seine glid we hie
oman sol haber nessel weichen mit starcken
wein wol stossen vñ auf dy fuess legen
das dy petegra ist das helft den fuessen
vñ auch den gliedern dy dawe tuend
ob' man sol dy weichen in öll wol sieden
vñ da mit dy fuess ob' andere glider be-
streichen ob' man sol das kraut den also
warmbs auff dy fuess legen oder auff
andere glider das helft sund' wee wol

Ingwer ist haiss vñ feuchtt dar vmb so
kumbt sy wol von stucken dy da hitzt
vñ feuchtt bedurffen ob' aine allain
oman sol Ingwer des morgens nicht essen
das vaynigt dy preust von dem vnflat
von dem hetzen vñ macht das herz
feistig vñ hitz den magen das dy speis
wol verzeret reicht vñ wee si offt ist der
werdent dy augen lauter

Zeitwar ist hitzig vñ feuchten dar vmb
kumpt er von den stuken dy da hitzig sind
Item man sol zeitwar nutzter essen das
verzert dy vbrig speis in magen vñ
helft der preust von den vnflat vñ macht