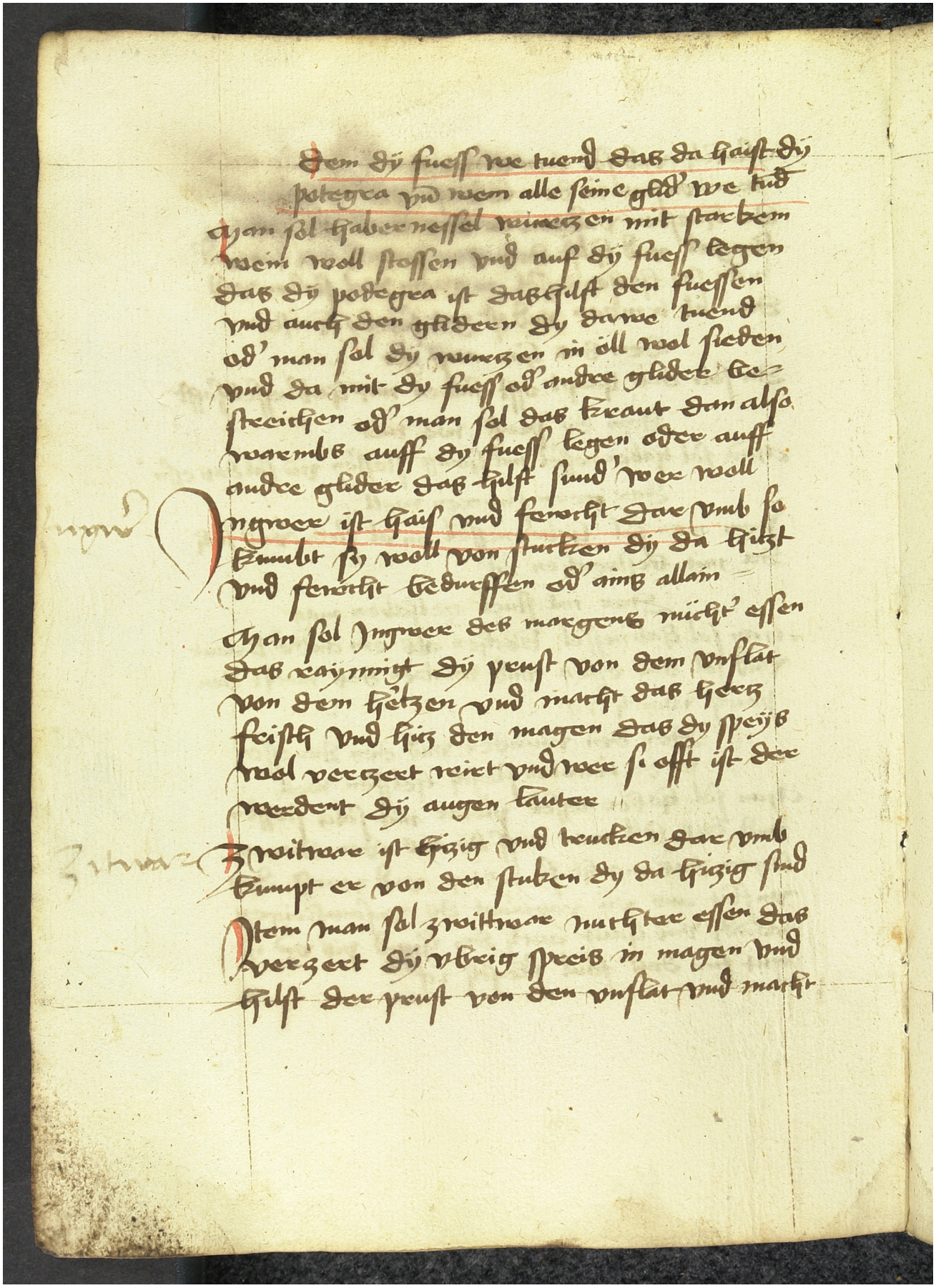
Quelle: https://manuscripta.at/?ID=8175
Copyright: Salzburg, Universitätsbibliothek



Dem dy fuess we tuend das da haist dy
potegra vnd wem alle seine glid' we tud
Man sol habernessel wurtzen mit starkem
wein woll stossen vnd auf dy fuess legen
das dy podegra ist das hilft den fuessen
vnd auch den gliedern dy da we tuend
od' man sol dy wurtzen in öll wol sieden
vnd da mit dy fuess od' andre glider be-
streichen od' man sol das kraut dan also
warmbs auff dy fuess legen oder auff
andre glider das hilft sund' wer woll

Ingwer ist hais vnd fewcht dar vmb so
kumbt sy woll von stucken dy da hitzt
vnd fewcht bedurffen od' ains allain
Man sol Ingwer des margens nicht' essen
das raynnigt dy prust von dem vnflat
von dem hertzen vnd macht das hertz
frisch vnd hitz den magen das dy speys
wol verzert wirt vnd wer si offt ist der
werdent dy augen lauter

Zwitwar ist hitzig vnd trucken dar vmb
kumpt er von den stuken dy da hitzig sind
Item man sol zwittwar nuchter essen das
verzert dy vbrig spreis in magen vnd
hilft der prust von den vnflat vnd macht