Quelle: https://manuscripta.at/?ID=8439
Copyright: Salzburg, Universitätsbibliothek

Milch

daz milch sth art allen den lute die do
ritten oder den crumen in dem lybe hat
od' krunck zu hadern od' andy siechta
gen hant. Und machet dure luten gut
naure und gut blut und schyder allen
siechtage die vo kelte komet. Uff milch
sol man trinken er habe dan vff die
milch gessen. Also sprichet auicena daz
man so er milch getrincket sol ander
spyse dar vff essen biß die milch d'
dannet ist. Der suß milch isset d'
sol dar vff nit klaffen noch lauffe noch
arbeiten. Er sol aber rüen die milch
wurde ands zu essige od' gerinne in sine
mage. Und in allen sinen glydn. Niema
sol milch und vnth ob ein entisch essen
dan es dint zu vssetzikeit. Und' aller
milch ist ken besser dan frume milch
Und darnach geßmilch die beste spri
et auicena und auicena und darnach
winter milch die macht den menschen
me feisst dan and' milch sprichet Rase
Jungen lute die hitzig sint ist nit gut
milch gessen noch gesint. Wan sie wint
in vn zu ubgelle. Aber sie ist alte lute
gesint. Wan sie sie essent mit honige
oder mit zucker. Also mogent sie die
milch deste bas vdauwe sprichet auice
na und machet sie fucht und bennet
in den grunt an dem lybe. Geselle milch
ist nutz allen den die grobesten hant
an der lunge. Este milch vo der der
botter gemachet ist genat bupelmilch
der die dick lopfet mit eine glume
den stabel und sie dricket daz ist gut
dem der ein enzunte leb' hat od' ist
in dem gedenne wunt od' geet blut
von vme vo uberiger hitze von der
nasen od' ands wo. Alle gerinnen su
mer milch ist bn dauwig und machet
den menschen vnlustig zu essen. Wol
ken vertrebet hitz und ubergelle und
ist gut grytige luten. Und den die dr
gele sucht hant. Botte vo d' milch
zecket den mage und machet in vn
lustig zu essen. Und bezeiget im auch an
dern siechtage der sin vnlisset

Kese Eyer Vyge

Von kese

Kese der da ist weder zualt noch
zing und ein wenig gesalzen und
verst ist gut. Doch so der kese nu
wer ist und gesalze so er besser blut
machet. Sprichet Galieny doch sol man
sin wenig und selte essen. Wan er mach
ter den stein by den nieren und in der blase
Auicenna sprichet aller kese er sy alt
od' nuwe gesalze od' ongesalzen schra
det dem mage doch der sin enwenig isset
nach der spyse sprichet Rasis daz er der
magen mit gesterket und den menschen
darnach machet lustig zu essen und
dauwet die andy spyse sprichet auic
meister

Eyer

Eyer die da frisch sint von hünre die
sint die beste. Und d' botter hitziget
bescheydelich und speyset wol. Aber daz wyß
keltet machet slyme und böse blut. Und
ist ein böse spyse. Weich beyen od' gesla
gen in ein wasser sint tauwig und sint
nutz den luten vo den vil blutes gut
Gebrade eyer machet den trumpf in
daz houpt vff grene. Gesoth hemde
gesotte in wasser sint nutz den luten die
daz abnemen hant. Und die heyser sint
und rich und kele die da mit wolarchten
men moge und die da blut zu dem mu
de vß werffent

Vygen ist daz beste obes sprichet a
verroys sie sein sie reiniget den ma
gen und machent zu stule grene. Und bri
gent hitze und fuchtet. Doch sprichet auic
enna daz sie böse blut machet. Und dar
vnb vertrin vnlisset der wint gwidy
und voller hitze luft. Doch sint sie nutz
der lebn und den milze so sie vsthrefet
sint. Und den nieren und der blasen hrum
es reiniget sie. Und tut vff den weg do
die spyse sol ein gene. Also ma sie isset
mit nusse od' mit mißen oder mit mandly