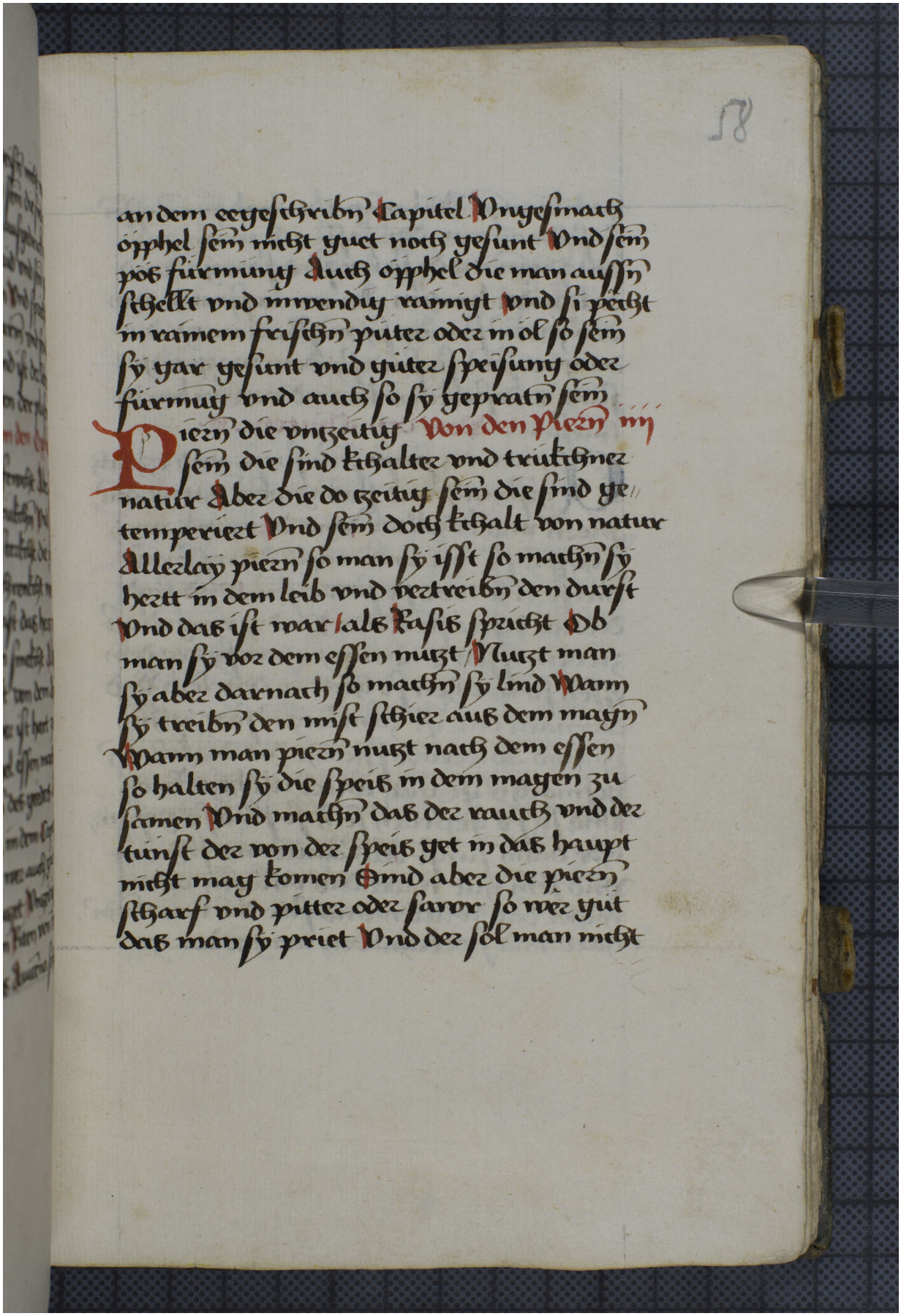
Quelle: https://manuscripta.at/?ID=32476
Copyright: Schlierbach, Zisterzienserkloster



58

an dem ersten schriben Capitel Vnrechtmaß
opphel sein nicht guet noch gesunt Vnd sein
pos furmung durch opphel die man aussn
schellt vnd mit mendung ramigt vnd si peicht
in ramem freischen puter oder in ol so sein
sy gar gesunt vnd guter speisung oder
furmung vnd auch so sy gepratn sein
Piezn die vnzeitig Von den Piezn
sein die sind kchalter vnd treukchner
natur Aber die do zeitig sein die sind ge
temperiert Vnd sein doch kchalt von natur
Allerlay piezn so man sy isst so machn sy
hertt in dem leib vnd vertreibn den durst
Vnd das ist war als Rasis spricht Ob
man sy vor dem essen murzt Murzt man
sy aber darnach so machn sy lind Warm
sy treibn den mist schier aus dem mayn
Warm man piezn murzt nach dem essen
so halten sy die speis in dem mayen zu
samen Vnd machn das der rauch vnd der
tunst der von der speis yet in das haupt
nicht may komen Vmd aber die piezn
scharf vnd putter oder sawr so mer gut
das man sy priet Vnd der sol man nicht