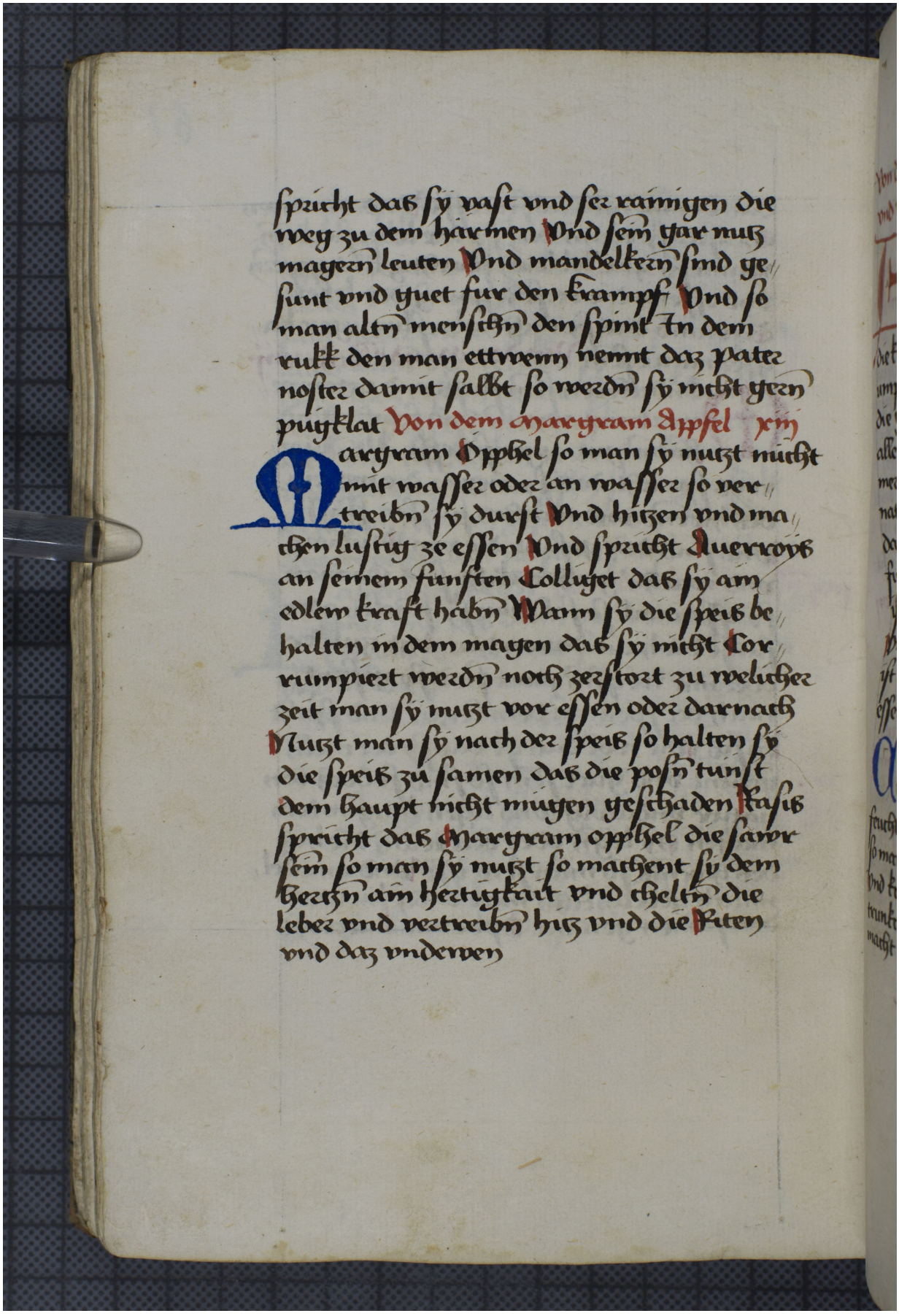
Quelle: https://manuscripta.at/?ID=32476
Copyright: Schlierbach, Zisterzienserkloster



spricht das sy vast vnd ser rainigen die
weg zu dem härmen Vnd sein gar nutz
magern leuten Vnd mandelkern sind ge
sunt vnd guet fur den krampf Vnd so
man altn menschn den spint In dem
rukk den man ettwenn nennt daz pater
noster damit salbt so werdn sy nicht gern
pugklat Von dem Margram Appfel xiij

Margram Opphel so man sy nutzt nicht
mit wasser oder an wasser so ver
treibn sy durst Vnd hitzen vnd ma
chen lustig ze essen Vnd spricht Auerroys
an seinem funften Colliget das sy ain
edlew kraft habn Wann sy die speis be
halten in dem magen das sy nicht Cor
rumpiert werdn noch zerstort zu welicher
zeit man sy nutzt vor essen oder darnach
Nutzt man sy nach der speis so halten sy
die speis zu samen das die posn tunst
dem haupt nicht mugen geschaden Rasis
spricht das Margram opphel die sawr
sein so man sy nutzt so machent sy dem
hertzn ain hertigkait vnd cheltn die
leber vnd vertreibn hitz vnd die Riten
vnd daz vndewen