

6. Aargang | August 1912 | Nr. 8

Til Vejle.

For første Gang efter Landsforeningens Dannelse stævner danske Vegetarer i denne Maaned til Kongres. Vi har faaet vor Organisation ændret saaledes, at vi i højere Grad end før kan vente Tilslutning fra hele Landet, og saaledes, at Foreningen med større Ret end før bærer Navnet *Dansk* vegetarisk Forening. Det er i Samklang med dette Systemskifte, at det tilstundende Aarsmøde lægges ude i Landet. Vejle har faaet Æren af at være Mødested. Det vil forhaabentlig vise sig, at Valget ikke bliver til Fortrydelse for nogen. Har man end ikke i Vejle fundet en af de Byer, der huser flest Vegetarer, saa har man i den fundet en By, som ligger i skønnere Naturomgivelser end næsten alle andre danske Byer. Og Skønheden i Naturen har vel ikke mere forstaaende Beundrere end Vegetarer.

Hvad der skal forhandles paa Mødet i Vejle den 10. August, ved Læserne fra sidste Nummer, Der er vigtige Sager paa Dagsordenen, og der er Grund til at vente en frugtbar Drøftelse paa Mødet. Den vegetariske Udstilling, der var paatænkt holdt i Tilknytning til Mødet, har maattet opgives, da Tilslutningen af Udstillere har været for ringe. Mødet holdes paa Afholdshotellet, hvor der er stillet de fornødne Lokaier til Disposition, og hvor et begrænset Antal Deltagere kan faa et godt og billigt Logi ved snarest at melde sig.

Søndag den 11. August — Dagen efter vort Møde — holder „Bort med Tobakken" Møde i Vejle og vil bl. a. forhandle: „Landsforeningens og dens Lokalforeningers Stilling til religiøse og politiske Spørgsmaal, til Afholdsbevægelsen og Vegetarismen".

Maatte vort Møde samle mange Vegetarer, og maatte det bringe gode Resultater.

Rationel Kartoffeldyrkning.

For nogen Tid siden udkom en Bog af *Nicolaus Juncker*, Østerled pr. Birkerød. Bogen hedder „Rationel Kartoffeldyrkning".

Paa en meget dygtig og klar Maade behandler Forf. Emnet.

For alle, der selv har med Kartoffeldyrkning at gøre, kan denne Bog anbefales paa det bedste. Nu er det — desværre — vel nok saaledes, at kun de færreste af „Solblink"s Læsere selv har Jord og selv dyrker Kartofler; derimod er der vist ikke ret mange, som ikke spiser Kartofler, og for dette store Flertal kan den omtalte Bog være et oplysende „Solblink" ude fra Muldjorden, hvor al den dejlige Planteføde kommer fra.

Forfatteren slaar meget stærkt til Lyd for en Kartoffeleksport til Udlandet. Han mener, at vort Lands Klima og Beliggenhed i meget høj Grad opfordrer til, at de danske Jordbrugere slaar ind paa rationel Kartoffeldyrkning og Eksport i stor Stil. Forf. nærer ikke ringeste Tvivl om, at Landbrugerne her staar ved en hidtil ikke udnyttet Guldgrube. Saa levende tolker Bogen denne Overbevisning, at Læseren uvilkaarlig siger til sig selv: „Ja, men det maa da vist være rigtigt, det han der skriver." Maaske faar Forfatteren Held i sine Bestræbelser, saa den Dag kommer, da vort Land som vigtigste Udførselsartikel har Kartofler.

Vi Vegetarer maa absolut ønske, at den Dag snart vil oprinde, da vi som Nation betragtet ikke længere lever paa Flæsket og de andre dyriske Produkter.

Et Afsnit af Bogen kan jeg ikke give mit Bifald. Det er, hvor der drages en Sammenligning mellem Frugtavl og Kartoffelavl, særlig med Hensyn til Rentabiliteten.

Sammenligningen falder i høj Grad ud til Fordel for Kartoflerne. I *for* høj Grad, synes jeg. Vil man sammenligne to Ting, saa maa Sol og Vind skiftes lige, man maa ikke — som Forfatteren gør — stille en ikke særlig heldig dreven Frugthave op mod en vellykket Kartoffelmark.

Dog, der er maaske ikke noget at undres over, thi „Kærlighed gør blind".

En Udtalelse, som ingen Vegetar kan tilgive Hr. Juncker, kommer han med paa Side 4. Han skriver: „Desværre fik vi ingen Told paa Frugt, den vilde skudt Tidspunktet for Overproduktion langt ud i Tiden." (Det er Overproduktion af Træfrugt Talen er om). Overproduktion af Frugt. — Det vil efter alle Solemærker at dømme vare meget længe endnu, inden vi naar frem til, hvad man kan kalde en ordentlig Frugtavl.

Der er for mig noget nedslaaende i at staa og betragte en Frugthandlers Vinduesudstilling, thi alle Vegne er det udenlandske Æbler, Pærer og Blommer, der skiltes med. Saalænge der skal tre Verdensdele (Amerika, Afrika og Australien) til at forsyne os med Frugt, som vi selv kunde frembringe, saa længe er der noget galt med „Danmarks Have", og der er langt — langt, inden Faren for Overproduktion melder sig.

Dette var et Sidespring ud af Kartoffelmarken, men Forfatteren fremkaldte denne lille Afvigelse ved sin Beklagelse af, at vi ikke fik Told paa Frugt.

At han ser saaledes paa denne Sag, har ingen skadelig Indflydelse paa hans Bog, hvor det jo ikke er Æbler, men Kartofler, han skriver om, og dér er han aabenbart paa kendte Egne.

Ogsaa Kartoflens Historie skildrer Forfatteren i meget interessante Træk. Han fortæller om dens Kamp for at vinde frem til den Anerkendelse, der nu bliver den til Del fra alle Sider.

Bogen er forsynet med adskillige udmærkede Illustrationer og er ikke særlig dyr — 75 Øre for 56 Sider i almindelig Bogformat.

Som sagt, jeg kan kun anbefale Bogen paa det bedste, den er baade underholdende og lærerig.

F. M.

Billig Fremgangsmaade ved Henkogning af Frugt.

Den gammeldags Fremgangsmaade med *Syltning* af Frugt ved Anvendelse af store Mængder Sukker, hvorved Frugtens naturlige Smag gaar tabt, gaar heldigvis mere og mere af Brug. Det er i de senere Aar blevet almindeligt at benytte *Henkogning* i de saakaldte Henkogningsglas. Disse forefindes i forskellige Konstruktioner, men Princippet i dem er det samme. Glassene forsynes med et Laag af Glas eller Metal, idet der lægges en Gummiring imellem for at skaffe Tæthed tilveje. De sættes derefter ned i en stor Gryde, hvis Bund er dækket med Vand, som bringes i Kog. De varme Dampe herfra slaar op omkring Glassene og bringer deres Indhold i Kog, og det gælder nu om, at de Dampe, der udvikles inde i Glassene, kan slippe ud, dels fordi de ellers vilde sprænge Glasset, dels fordi de ved deres Bortgang river den i Glassene indeholdte Luft med sig og derved ogsaa de Bakterier, som ellers efter kort Tids Forløb vilde ødelægge Glassets Indhold. Laaget maa derfor ved de sædvanlige Henkogningsglas kunne lette sig ganske lidt under Kogningen, men saasnart denne er endt og Afkølingen begynder, maa Luften ikke kunne slippe ind igen, og Laagene maa derfor enten kunne skrues til eller holdes fast til ved Hjælp af en Fjeder eller lignende, indtil Afkølingen er fuldstændig. Der vil da inde i Glassene være et mindre Lufttryk end udenfor, og den ydre Lufts Overtryk vil derfor være i Stand til at holde Laagene trykket til.

Frugt, der er henkogt paa denne Maade, kan holde sig i mange Aar og bevare sin oprindelige Smag. Men man kan indvende det imod Metoden, at den er lidt kostbar, indtil man efterhaanden faar anskaffet sig det tilstrækkelige Antal Henkogningsglas. Desuden hænder det jo ogsaa, særlig for den mindre øvede, at det efter Glassenes Afkøling viser sig, at et og andet Laag ikke sidder fast, og at der derfor maa koges om. Det koster Tid og Brændsel, og Frugten har ikke godt af det. Man kan imidlertid undgaa disse Ulemper ved at benytte følgende Fremgangsmaade:

I Stedet for de dyre Henkogningsglas med Laag anvendes billige Glas eller Flasker uden Laag, saakaldte Honning- eller Sirupsflasker. Jeg har købt saadanne for 20 Øre Stykket (18 Øre, naar man køber 100 Stk.).

Frugten pilles, skylles og fyldes paa Flaskerne op til Halsens Begyndelse. Ca. 50 Gram Sukker drysses i (Sukkermængden har ingen Betydning for Holdbarheden, men maa rette sig efter, om

Frugten er sur eller sød). Derefter fyldes Flasken $^3/_4$ op med almindelig koldt Vand. Flaskehalsen tørres af, der lægges et tyndt Lag Vat (Sygevat) over og bindes til med dobbelt Lag Pergamentpapir, der først er skoldet. Et Hul prikkes midt i Papirlaaget med en Stoppenaal. De fyldte Glas sættes paa Risten i Henkogningsgryden og koges i ca. 20 Minutter. Saa tages Laaget af Gryden, og man sætter hurtig en lille Klat Lak over det prikkede Hul. Flaskerne tages op af Gryden, naar de er svalet lidt ud.

Har man megen Frugt og knap med Flasker, kan man gaa frem paa følgende Maade: Til 10 kg renset og skyllet Frugt tages ca. $1^1/_2$ kg Sukker. Det hele kommes i en Gryde og opvarmes, saaledes at Frugten safter, men det maa ikke koge. Bær og Saft hældes nu paa Flaskerne, og der tilsættes ikke Vand. Det bindes til og behandles ellers som ovenfor omtalt. Glassenes Indhold bliver paa denne Maade kraftigere end ved den første Fremgangsmaade. Ved den senere Brug deraf tilsættes da Vand efter Behag.

Fru *Maja Schrøder.*

Nordisk Samarbejde.

Det Udvalg, som paa Mødet i Skodsborg d. 19. Maj blev nedsat i Anledning af denne Sag, har udarbejdet følgende Forslag til Organisering af Samarbejdet mellem Vegetarer i de 4 nordiske Lande:

1.

Dansk vegetarisk Forening, Finlands vegetariska förening, Norges vegetariske forening og Svenska vegetariska föreningen danner *Nordisk vegetarisk Union,* hvis Opgave er at fremme Vegetarismens Sag i de nordiske Lande ved Udveksling af Erfaringer, ved gensidig Støtte og ved fælles Optræden, naar Lejlighed dertil gives.

2.

Styrelsen dannes af de nævnte Landsforeningers Formænd med sammes Sekretærer som Suppleanter.

Styrelsen vælger selv sin Formand, to Sekretærer (en svensk og en norsk eller dansk) samt Kasserer.

Styrelsens Medlemmer har hver en Stemme.

3.

Styrelsen samles mindst en Gang aarlig. Møderne holdes afvekslende i de fire nordiske Lande.

4.

Til Dækning af Udgifterne ved den fælles Propaganda tilskyder hver Forening det Beløb, den finder formaalstjenligt, dog ikke mindre end 10 Øre aarlig pr. Medlem.

5.

De fire Foreningers Medlemslister trykkes i samme Format og i saa stort Oplag, at hvert Medlem i de øvrige Foreninger kan faa sit Eksemplar deraf.

6.

Styrelsen ordner hvert andet eller tredie Aar en nordisk vegetarisk Kongres. Disse Kongresser afholdes afvekslende i de forskellige nordiske Lande.

J. L. Saxon. Helge Væringsaasen.
P. Schrøder.

En Frugtavlskoloni.

Tanken om at grundlægge en Koloni herhjemme, hvor Vegetarer paa rimelige Vilkaar kunde faa Brugsret over 1 à 2 Tønder Land, er i den senere Tid bleven drøftet meget blandt københavnske Vegetarer, som længes fra den store, støvede By ud mod det herlige Bondeland. Den har dog langt fra antaget faste Former endnu, men for at vi kan blive klar over, hvor mange der overhovedet interesserer sig for dette Spørgsmaal, beder vi saadanne om at ville melde sig til en af undertegnede. De vil da i Løbet af August eller September faa Indbydelse til et Møde, paa hvilket Sagen vil blive belyst saa grundig som muligt, bl. a. paa Grundlag af de Erfaringer, der er gjort i den tyske Obst-Bau-Kolonie i Oranienburg ved Berlin, som Deltagerne i Rejsen til Sachsisk Schweiz er indbudt til at besøge midt i August.

Th. Strenge, Nørrevoldgade 64. *P. Schrøder,* Holte.

Den 4. nordiske vegetariske Kongres

afholdes i Stockholm d. 31. August. Udførligt Program findes i „Solblink"s Juli-Nummer.

Fra „Svenska vegetariska föreningen" har Dansk vegetarisk Forening modtaget Indbydelse til at sende en officiel Repræsentant.

Vore Smaaskrifter.

Som Nr. 13 i Rækken foreligger nu Dr. *Mich. Larsen:* „Vegetarismen og Næringsinstinkterne" i 5000 Eksemplarer. Det lille Hefte, der har omtrent samme Format som vore „Vegetariske Opskrifter", sælges for 10 Øre. Forhaabentlig vil det faa samme Skæbne som Opskrifterne, der er godt paa Vej til at blive udsolgt, skønt der endnu ikke er gaaet 1 Aar, siden de udkom.

Rettelse.

I det i sidste Nummer optagne Digt har der beklageligvis indsneget sig nogle Trykfejl. Overskriften: Fornyelsen skal være: Fornyelse, Vers 4: en Lykkens Have skal være: en Lykkens Havn, Vers 4: hvad er dog tabt? skal være: hvad er dog tabt!

Vegetarisk Litteratur.

Gennem **vegetarisk Oplysningskontor,** Holte, kan til enhver Tid faas:

Marie Lindberg: Veg. Kogebog.	2,25
Ludovica Nilsson: Hvad skal vi spise?	0,75
Maja Schrøder: Veg. Opskrifter.	0,25
Saxon: Hollands lykkeligste Mand.	0,10
Buerdorff: De statsøkonomiske og verdenspolitiske Følger af Kødspisning.	0,30
do. Om Næringsværdien af Frugt.	0,20
Fortegnelse over vegetariske Restauranter m. m. i Udlandet	0,25
Enkelte Numre af »Solblink«	0,10

Oplysningkontoret modtager ogsaa Bestilling paa al anden vegetarisk Litteratur.

Regnskab

for

Dansk vegetarisk Forening.

($^5/_2$—$^{30}/_6$ 1912).

INDTÆGT			UDGIFT		
Kassebeholdning d. $^5/_2$		800,00	*Møder*		2,50
Medlemsbidrag			*Biblioteket*		
Spredtboende } Aarsbidrag	64,50		Vegetarische Warte		
Medlemmer } Indskud	8,50		*Solblink*		
Københavns Afdeling	38,70		Trykning		
Aarhus »	11,30		*Anden Agitation*		
Sydlyns »	9,30		Tryksager	29,10	
		132,30	Annoncer	12,50	
Møder		2,50	Porto	22,61	
Forslag			Forskelligt	9,75	
Salg af »Veg. Opskrifter«	61,45				
» » andre Kogebøger	6,75				
» » forsk Smaaskrifter	7,25				
		75,45			
Solblink					
Salg til Agitationsbrug	45,00				
Salg af Enkeltnumre	0,70				
Gave fra Hr. og Fru Christy	30,00				
		75,70			
Anden Agitation					
Godtgørelse af Udlæg	5,50				
Salg af Tryksager	8,00				
Gave fra J. W.	2,00				
» » H. ($^1/_{10}$ af 50 Kr.)	5,00				
		20,50			
Administration					
Godtgjort Opkrævningsporto		3,15	Kassebeholdning d. $^{30}/_6$ 1912		
Balance		1109,60	Balance		

Status d. 30. Juni 1912.

AKTIVER		PASIVER	
Biblioteket	100,00	Gæld	
Smaaskrift Nr. 11	45,00	Formue	
» » 12 (Veg. Opskrifter)	350,00		
andre Smaaskrifter	10,00		
Kassebeholdning	854,14		
Balance	1359,14	Balance	

M. Stokholm,
Kassereer.

Adresser.

Landsforeningen. Form.: Ingeniør *P. Schrøder*, Holte. — Kasserer: Lærer *M. Stokholm*, Ishøj pr. Taastrup.

Københavns Afdeling. Formand: Fru *Johanne Ottosen*, St. Kongensg. 36.

Sydfyns Afdeling. Form : Montør *Chr. Beyer*, Lindegaardsv. 4, Svendborg.

Aarhus Afd. Formand: Fuldmægtig *A. Lorentzen*, Odensegade 18, Aarhus.

Skodsborg Afdeling. Formand: Pensionatsbestyrer *Aagaard*, Skodsborg.

Adoption eller Pleje.

Findes der en vegetarisk Familie, som har Lyst at adoptere eller modtage i Pleje en sund ca 1 Maaned gammel Dreng?

Billet mrk. 1001 modt. Bl. Eksped.

Husbestyrerinde søges.

Som saadan kan en flink og paalidelig Pige, der er Vegetarianer og kan vegetarisk Madlavning, faa Plads til 1. Novbr. hos undertegnede Kolonialkøbmand, der er ugift, og hvor hele Husstanden kun bestaar af ham og Husbestyrerinden.

J. H. Jensen-Malle,
Banegaardsgade 4, Aarhus



Telf. 5052

Æble-The i Pakker 0,50 og 1,00.
Koffeinfri Kaffe, helbrændt, 1 Pd. 1,60, 2,00.
Upolerede Ris 1 Pd. 0,24, pr. 5 Pd à 0,22.
Riste-Ris til at brune med Salt 1 Pd. 1,10.
1 Pd. af disse Ris fylder som 10 Pd. almindelige Ris.
Alkoholfri Druevin
1/1 Fl 1,60, 2,00, 2,25 og 2,50.
do. Æblevin
1/1 Fl. 0,75, 1/2 Fl. 0,40.

J. F. Nielsen, „Det hvide Hus",
Slagelsegade 14. Bredgade 77.

Hoteller, Restauranter, Pensionater og Sanatorier,

i hvilke der ikke serveres Kød og spirituøse Drikke, og hvor Tobaksrygning ikke er tilladt:

Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg. *Frydenstrand Kuranstalt*, Frederikshavn. *Vegetarisk Hotel*, Vesterbrogade 79, København. *Vegetarisk Restaurant*, Løvstræde 8, København. *Vegetarisk Pensionat*, Johnstrups Allé 6, Frederiksberg. *Vegetarisk Pensionat*, Clemensbro, Aarhus

(Optagelse i denne Fortegnelse er gratis; Henvendelse til Red.)

Det sociale Sekretariat og Bibliotek

(Vestre Boulevard 5, Kbhvn , ved Aborreparken) er aabent hver Søgnedag Kl. 11—2 samt Tirsdag og Fredag Kl. 7—10 Aften. Medlemmer af Dansk vegetarisk Forening har *gratis Adgang* til Læsestuen og til at laane Bøger.

For Vegetarer anbefales **Honning** fra P. A. E Müller (Københavns Honninghus), Graabrødretorv 4. Telf. Byen 3685.

Motto: Enhver, som daglig Honning nyder, den dobbelt til sin Sundhed yder.

Vejle Afholdshotel,

Dæmningen 3, tæt ved Banegaarden.

Gode Værelser, vegetarisk Kost kan faas. Telef. 924.

Augusta Frederiksen.

Frugt til Syltning

fra

Svend Hansen, Elmegade 2,

bliver man altid tilfreds med. Gaa ikke paa Torvet, men ring **Nora 225** op, og De vil opdage, det betaler sig.

Medlem af D. V. F.

Solblink udkommer den 1. i hver Maaned i ca. 1000 Eksemplarer.



ER DEN FINESTE OG BEDSTE





Bøgelund-Jensen,
Raadhuspladsen 2.

KØKKEN-UDSTYR
til vegetarisk Husholdning.

Telefon H. 863.

Annoncer til »Solblink« sendes til:
Boghandler Emil Wiene,
Østerbrogade 23, København Ø.
Telefon 5029.

Alt til vegetarisk og sundhedsmæssig Levemaade samt til Sygedieter føres, specielt til Sukkersygediæt. **Sanafer Vegetarkød** er et fortrinligt Erstatningsmiddel for Kød. Billigt! Let at tilberede! Velsmagende!

Forlang Kataloger og Prislister.

Sanafer

St. Kongensgade 36/38, København K.
Telefoner: 9656, 9657, 9658.

Specialforretningen

SANA

Alt til vegetarisk, afholds- og sundhedsmæssig Husholdning. — Egen Fabrik for Kogning af ægte Frugtsaft, Marmelade, Gelé og Maltsaft m. m.

Husk SANAs Kvalitet Plantemargarine.

Fabriks-Udsalg: Skindergade 2 (Tlf. 5650), Smallegade 17 (Tlf. Godth. 682 x).

Annoncepris: 10 Øre pr. 1-spaltet Petitlinje eller 12 Kr. pr. Side.
Rabat: 10 pCt. for mindst 3 Gange, 25 pCt. for 12 Gange.

Udgives af *Dansk vegetarisk Forening.*
Redigeres af *E. W. Lorentzen,* Vedelsborg, Vejle.

Emil Kristensens Bogtrykkeri, Nørregade 30. Kbhvn.