Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Nytårsfesten 1955

Referat af årsmødet

Udstillingen i Forum

Vi kan leve af grønsager - ikke uden

Uhyrlig hollandsk påstand

Før det er for sent

Tollund-manden — germaner?

Køkkenkrogen

Udgivet af Dansk
Vegetarisk Forening

47. årgang
nummer 11-12
Nov.-decbr. 1954

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fødevarefabrik, Baldersgade 14, Kbhvn. N., er den eneste, som har tilladelse til at fremstille margarine, vitaminiseret uden dyriske produkter. Margarinen leveres i pakker à ½ kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annoncerne). Medlemskort (1954) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr.

Foreningens og formandens adresse er: Havebrugskonsulent H. Mosegaard, Ågade 114², Kbhvn. N., GO 1163u, postkonto 256 56. Mosegaard er tillige kasserer og ansvarhavende redaktør af *Vegetarisk Tidsskrift*.

Foreningens næstformand: repræsentant N. Nielsen, Åbakkevej 19, 1., Kbhvn. F., DA 8222y.

Kontingent inkl. abonnement på Vegetarisk Tidsskrift: Enkeltmedlemmer kr. 7,00, ægtepar kr. 8,00, medlemmer under 20 år kr. 3,00. Livsvarige medlemmer kr. 75,00, ægtepar kr. 100,00.

Abonnement på bladet kr. 6,00 (udlandet 7,00). Kan bestilles hos postvæsenet eller bladets ekspedition.

Dr. Michael Larsens Vegetariske Børnehjemsfond's kasserer: Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 2 82.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark:

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23², Århus.
Horseløkke Kurhjem, Fåborg.
Råkostkurstedet »Humlegården«, Humlebæk.
Skodsborg Restauranten, St. Kongensgade 36—38, mezz., København.
Vegetarisk Køkken, Kongensgade 39, Odense.
Skodsborg Badesanatorium, Skodsborg.
„Eckbohus", Bjerre strand pr. St. Fuglede (sommer).
Råstrup Kursted, Christiansminde, Svendborg.

Vegetariske spisesteder i NORGE:

OSLO:
Mensana, Universitetsgt. 20.
Bios, Kronprinsensgt. 5.

TRONDHEIM:
Linnea Hotells helserestaurant.

Nytårsfesten

vil denne gang finde sted i Bjarnovs Selskabslokaler, Smallegade 10 —12 (ved det nye rådhus) *søndag den 2. januar 1955.*

Kl. 17,45: Middag.

Kl. 20,00: Nytårstale.

Kl. 20,20: Forevisning af en række meget smukke farve-tonefilm — hvoriblandt kan nævnes en vidunderfilm fra en botanisk have på Krim, fugleliv ved danske kyster o.s.v.

Underholdning ved fru Anne-Marie Nielsen.

Bestyrelsen har denne gang været ude for ikke så få vanskeligheder m. h. t. arrangementet. Ganske vist véd vi, at grønsager er blevet dyrere, men vi syntes dog ikke, at dette skulle betinge den forhøjelse på næsten 100 pct., som blev forlangt i KFUM, hvor vi plejer at holde til. Derfor har vi nu sluttet overenskomst med ovennævnte selskabslokaler, hvor fru Ellen Pille vil påtage sig at stille enhver hunger. Menuen er ikke fastlagt i enkeltheder, men vi har den tillid til fru Pille, at vi vil få en dejlig vegetarisk mad. For hvem, der måtte ønske det, bliver der serveret udelukkende ukogt føde.

Vi havde til det sidste håbet, at dr. med. Aage Warming Larsen, Kommunehospitalets ernæringsfysiologiske laboratorium, ville have talt for os denne aften, men doktoren er forhindret, og derfor vil vi nu forlyste os med de skønne film og regner så med dr. Warming Larsen senere på vinteren.

De, som tirsdag den 28. december lukker op for radioen kl. 14,25, vil kunne høre doktoren behandle spørgsmålet: Spiser vi forkert?

— Nu opfordrer vi alle til at give møde og tage venner og bekendte med; men salen kan kun rumme ca. 100 deltagere, og med de erfaringer, vi har fra tidligere år, kan der blive rift om disse pladser. Ikke desto mindre byder vi også medlemmer af beslægtede organisationer velkommen til denne festlige aften.

Bindende tilmelding til fru Mosegaard, Aagade 114, 2. sal, N., GO 1163 ulla, eller fru Pille, DA 4724x, inden den 30. december. — Prisen er 7 kr. alt inclusive. Deltagelse uden middag 1 kr.

BESTYRELSEN

Årsmødet 1954

Ved velvilje fra Landbohøjskolens side kunne vi denne gang holde møde i den fordums kirkesal, Rolighedsvej 23. Deltagelsen var ikke stor, selv om dagspressen havde mindet om mødet og det efterfølgende foredrag.

Formanden, kons. H. Mosegaard, bød velkommen, og næstformanden, repr. N. Nielsen, valgtes til dirigent.

Forinden formanden gik over til den egentlige beretning om årets små og store begivenheder, fremsatte han nogle bemærkninger af principiel natur gående ud på, at ingen kunne være i tvivl om hans standpunkter til diverse mere eller mindre mystiske -ismer; men når man ikke desto mindre havde ønsket ham som formand, måtte konsekvensen vel være den, at man afstod fra at bringe disse -ismer frem som principsager f. eks. i VT, hvilket man ikke havde rettet sig efter fra en bestemt side, men krævet optagelse af artikler, hvori de, som beskæftigede sig med f. eks. rationel frugtavl — i teori eller i praksis — beskyldtes for at være i klasse med »overlagt masse-rovmordere«!

Det var heller ikke denne forsamling, som han skulle stå til regnskab for, hvad han tjente sit daglige brød ved, og hvad han tillod sig at sige i radio eller skrive i avisen om faglige emner. — Ville man have en anden formand, så stod pladsen åben.

Efter disse »rene ord for pengene« havde formanden håbet at slippe for diskussion om de ting — hvilket altså ikke viste sig at slå til.

Den ved sidste årsmøde vedtagne resolution havde fundet vej til radioen og et meget stort antal aviser, ofte med velvillige kommentarer. I det hele taget havde pressen meget ofte citeret vort tidsskrift og omtalt os med mere alvor end tidligere. Vi havde dog ikke været så glade for en vis hollænder, som via BT havde søgt at gøre os ganske umulige. Hans undersøgelser er formentlig af samme natur som den berygtede doktorafhandling af hr. Poulsen — men denne sag kommenteres andet steds. Angrebet, eller hvad man nu skal kalde det, havde foranlediget redaktøren af Ny Tid og Vi til at fremsætte en kostplan, der til punkt og prikke svarer til den, vi har levet efter i menneskealdre, hvorfor formanden fandt anledning til at fremhæve det ønskelige i, at vi arbejdede sammen om sagen.

Formanden havde gentagne gange haft lejlighed til at agitere for større anvendelse af frugt og grønt — såvel i radio som i fjernsyn — og håbede på, at vi kunne gøre en indsats også der som forening betragtet.

Nytårsfesten havde været en meget stor succes. Dr. Ege havde været veloplagt til at svare på alle vore spørgsmål, og et fyldigt referat var gået gennem flere blade og tidsskrifter. Formanden udbad sig gode ideer til den kommende nytårsfest.

Film- og foredragsaftenen på Landbohøjskolen var fulgt op i VT med en redegørelse for, hvad man i dag ved om planternes krav til tilværelsen, hvilket havde foranlediget Sveriges grand old man, dr. Ragnar

Berg, til at udtale, at denne redegørelse var det bedste, han havde set i noget reformblad.

Konsekvensen heraf måtte efter formandens mening være den, at enten godtog man de af Ragnar Berg sanktionerede synspunkter eller også måtte man tage afstand fra ham som videnskabsmand, hvilket svenskerne absolut ikke gjorde i Sigtuna og visse danskere heller ikke gør, men logik er ikke altid i særlig høj kurs i vore kredse.

Vegetarisk Tidsskrift var udkommet i forholdsvis få, men i sideantal ret store numre, hvis trykning og forsendelse kostede mere end kontingentindtægten. Om det så er pengene værd er en anden sag, men der er i hvert fald meget få, som yder deres bidrag til en forbedring af bladet ved at indsende stof, som egner sig til optagelse.

Derimod havde vi været truet med bål og brand i anledning af, at bladet uden vor skyld havde givet det udseende af, vi ville tilrane os paterniteten til en bestemt artikel.

Fra diverse udlande kom der til stadighed en række blade, hvis indhold dog kun sjældent blev gjort til genstand for bearbejdelse af den mere sprogkyndige del af bestyrelsen.

Gennem pressen havde vi rettet en protest mod Dansk Frugtavls forsøg på at gennemtrumfe spærretider for indførsel af udenlandsk frugt, samtidig med at der krævedes uhyrlige toldforøgelser.

Politiken havde givet plads for de handlendes klager over, at de gik glip af den fortjeneste, som deres kolleger i Sverrig fik ved at sælge nødder til danskerne. Vi fik lov til at fremkomme med en redegørelse for, hvem der var de egentlige skadelidte. Det er os, som gennem vore skatter har bidraget til flæskets billiggørelse, samtidig med at man ikke kunne tage hensyn til vore ønsker, hvad der dog har været tilfældet i andre lande, f. eks. i England.

Måske vi var sluppet lettere gennem rationeringen, såfremt vi havde stået enige i kravet, men Egerod mente ikke dengang, at vi behøvede at stille særkrav.

Ved flere lejligheder har vi forsøgt at vinde interesse for vore idéers fremgang i forbindelse med afhjælpning af sult og sygdom i de teknisk tilbagestående lande. Formanden havde i et 25 minutters radioforedrag søgt at gendrive prof. Skovgaards pessimistiske betragtninger og slået til lyd for vore synspunkter. Foredraget havde vakt en del opmærksomhed, og i hvert fald een professor i jordbrug havde takket for, at det nu var blevet sagt klart og utvetydigt, at det ikke er et industrialiseret landbrug, der skal søges eksporteret til lande med bittesmå jordlodder, som skal ernære et masseantal af munde.

Det var dog ikke blevet til noget at udgive foredraget som pjece, hvilket havde været taget under overvejelse i den herværende forening for F.N., men et resume var uddelt til inderne, der var på kursus på Den internat. Højskole i Helsingør.

Ved et kursus under folkeuniversitetet om det samme emne havde foredragsholderen elskværdigt overladt ordet til Mosegaard, men herom en anden gang.

I VT havde man beskæftiget sig bl. a. med spiritusmisbrug i Grønland. Det alvorlige tobak-kræftproblem o. m. a.

Tilsidst omtalte formanden den kæmpeindsats det havde været at gennemføre udstillingen i Forum, hvor der havde været 175.000 besøgende. Enkelte havde været trofaste og udholdende, medens der ikke kunne blive så megen ros tilovers til dem, der mente at have aftjent deres borgerpligt ved nogle enkelte timers indsats, her hvor det drejede sig om 13 daglige timer i 11 dage.

Den lille startkapital, vi havde faaet i forbindelse med forventet efterbevilling, blev suppleret op ved salg af opskrifter, således at regnskabet forhåbentlig ikke bliver belastet.

Regnskabet udviste ikke store udsving fra i fjor, men vi savner stadig de forventede beløb fra Jens Nielsens legat. Ved henvendelse i indenrigsministeriet havde vi fået adressen på den nye legatbestyrelse, hvortil vi straks havde rettet henvendelse om støtte, idet vi fremførte som vor mening, at kun organisationer, der arbejder for *vegetarismen*, kan være berettigede til støtte fra det legat, der netop er oprettet med dette ene formål for øje.

N. Nielsen havde ikke på forhånd givet tilsagn om bistand under udstillingen. Mente at der ville komme flere nye medl. end de, der indtegnedes direkte i Forum. Beklagede at IVU officielt betjente sig af World Forum som organ, hvilket ikke var tilfredsstillende, eftersom bladet var tendentiøst. Udbad sig tilladelse til at fremsætte forslag om eget blad.

Fru Nielsen havde forslag vedr. nytårsfesten og forespurgte, om det var nødvendigt at anvende levertran.

Segelcke takkede Mosegaard, selv om han undertiden var skarp i sine skriverier. Når Politiken kæmpede imod kemikalier i brødet, burde vi slutte op. Når der i Amerika var over 1000 kemikalier i fødemidler. kunne der være fare på færde. Spurgte om det kunne tænkes, at jordvandet blev forgiftet som følge af sprøjtning bl. a. af frugttræer.

Formanden søgte at besvare de fremsatte spørgsmål.

Egerod slog fast, at ikke alle vegetarer var enige i alt, og Mosegaard var ensidig. Ville ikke hånes for sin indsats i Forum. Han kunne ikke gøre for, at han ikke kunne tåle at stå op i mange timer. Roste fru Mimi Nedergaard for hendes indsats.

Søholm meldte sig som den, der havde indsendt den artikel, hvori »masse-rovmordet« forekom, men hævdede ikke desto mindre at være mild af sind. Taleren brugte megen tid til at forklare, at VT burde være kampskrift for særlige mystiske ismer og ønskede i denne forbindelse en dertil villig redaktør.

Alb. Johansen takkede for opmærksomhed i anledning af rund fødselsdag. Ønskede årsmødet begyndt med foredrag, evt. film, så der blev mere tid til forhandlinger bagefter. Havde ligesom Mosegaard fået refuseret et svar på et angreb i Berl. Aften.

Segelcke ønskede også mere tid og hævdede, at Mosegaard kunne ikke vide, hvor mange der evt. var blevet syge af sprøjtning, ejheller hvorledes det gik bierne. (Mosegaard havde citeret en kapacitet, der havde

udtalt, at hidtil var ingen blevet syge endsige død af giftanvendelse på frugt og havesager).

Friis Møller beklagede det negative forsøg, der fra formandens side var gjort for sammenslutning af de to foreninger. Det kunne jo da være, at et fællesmøde mellem de to bestyrelser kunne føre til et mere positivt resultat. Havde mistanke om, at det var personlige og ikke saglige argumenter, der blev bragt i anvendelse i denne så vigtige sag. Nærede en vis frygt for at fremkomme med bombastiske udtalelser.

N. Nielsen mente ikke, at de to bestyrelser kunne arbejde sammen, eftersom der kræves absolut afhold fra kød m. v. fra vor side, medens råkostforeningen ikke vil opfattes som en forening, der modarbejder brugen af kød.

Friis Møller havde tænkt sig, at love evt. kunne affattes således, at det blev medlemmernes ønsker, der blev højeste lov.

Alle valg var genvalg.

Angående afgifter til IVU mente formanden ikke, at en noget tilfældig forsamling i Sigtuna, som efter Nielsens referat ikke engang fik forelagt hverken regnskab eller budget, kunne dekretere, hvad vi skulle betale.

Nielsen udbad sig tilladelse til at skrive til IVU, at vi ikke kunne tage stilling til sagen i fjor, eftersom der da ikke forelå hverken det ene eller det andet. Gav nogle oplysninger om IVU's regnskab, af hvilket det tydeligt fremgår, at det er dennes kvindelige formand, mrs. Gasque, der betaler så godt som alle udgifter inkl. 2316 pund til lønninger, bl. a. til sekretæren, der udfører et stort arbejde. Oplyste, at næste kongres afholdes i Paris i august 1955. Den burde ligge i juli.

Egerod mente ikke, at formanden havde omtalt forsamlingen i Sigtuna med tilstrækkelig respekt, til gengæld fandt formanden det højst besynderligt, at Egerod derovre havde udtalt, at han skammede sig over Mosegaard, fordi han ikke straks antog de af Elstrup Rasmussen fremførte teorier — hvilke altså ikke kunne sanktioneres af Ragnar Berg.

Alb. Johansen foreslog, at man forhøjede kontingentet.

Svensson mente, at det var bedre med frivillige gaver.

Regnskabet for Jens Nielsens Fond godkendtes.

Egerod mente, at dr. Michael Larsens vegetariske Børnehjemsfond burde nedlægges og midlerne tilstilles VF. Vi mangler sagkyndige til at tage sig af denne sag også hvad ejendommen på Roarsvej angår. Mosegaard foreslog at indvælge Friis Møller som særlig kyndig i ledelsen, hvilket Friis Møller dog ikke mente at have tid til. Genvalgt blev fru Pille, fru Mosegaard og dr. J. Henriksen. Svensson blev suppleant.

Under evt. ønskede Alb. Johansen adresser på vegetariske restauranter i Malmø optaget i bladet. Der ønskedes også sundhedsråd f. eks. om afslapning, udpluk af bøger o.s.v. samt flere opskrifter.

Professor A. Pedersens foredrag i tilslutning til generalforsamlingen var ikke alene interessant og lærerigt, men også morsomt, idet der kunne fortælles små eventyr om næsten hver eneste af de frugtsorter, som i dag står i vore haver. Mange af disse er vel fremkommet som rene tilfældigheder: Man har spist et æble, der smagte godt, og derefter stukket

kernerne ned i den nærmeste urtepotte, hvorfra der så til sin tid er vandret en lille plante ud i haven, hvor den en skønne dag overraskede med frugter, som i visse henseender var mindst lige så gode som de allerede kendte; men professoren advarede mod alt for stor optimisme på dette område, idet det er endog meget sjældent, at der fremkommer noget, som er afgørende bedre end det hidtil kendte. Det må antagelig blive den mere videnskabeligt drevne forædling, der skal bringe os videre, f. eks. ved hjælp af kromosomfordoblinger fremkaldt ved anvendelse af røntgen, colchicin eller radioaktive stoffer.

Vi fik lov at smage på vort eget juleæble: den ildrøde Pigeon med de aromatiske kerner og det hvide kød. En krydsning af denne med den kendte amerikanske Jonathan synes at love en bedre størrelse, og det oplystes, at man i Tyskland har patenteret en rød form af James Grieve, det æble, der opfylder så mange krav, at det er selvskrevet til plantning, hvor der kun er mulighed for at anbringe eet eneste æbletræ.

Af de nyere sorter var det især den skinnende røde Lobo, der faldt i øjnene såvel som rent smagsmæssigt — selv om Linda var mere krydret.

Et frugtsortiment kan aldrig lægges helt fast, idet såvel klimaet som moden bevirker ændringer fra tid til anden, og det er aldeles ikke givet, at vi skal være så forhippede på de udenlandske nyheder, idet det har vist sig, at mange af vore hjemlige sorter hævder sig fortræffeligt på verdensmarkedet. En sort som Graasten, nydt på det rigtige tidspunkt, overgås næppe af nogen anden.

Professoren svarede beredvilligt på alle de spørgsmål, der blev rettet til ham, og bifaldet viste, at der var talt til en lydhør forsamling.

Vi bad professor A. Pedersen om at anbringe sin tak for husly på rette sted.

Forsamlingen vedtog at tilstille Ritzau nedenstående resolution med Berlingske Tidendes kommentarer. Såvel radioavisen som flere snese af landets toneangivende blade bragte resolutionen — undertiden forsynet med sympatiske bemærkninger.

Vegetarerne ønsker nødder fri for afgift

Den nødvendige valuta sparet ved ikke at bruge spiritus og tobak

»Vegetarerne føler sig lidt dårligt behandlet af myndighederne. Dette fremkom på Dansk Vegetarisk Forenings årsmøde på Landbohøjskolen, da man drøftede spørgsmålet om afgiftsfrie nødder til vegetarerne, og der vedtoges en resolution af følgende ordlyd:

Mens andre lande begunstigede deres vegetarer under krigstidens rationeringer, fik vi mindre end intet, idet vi med vore penge måtte bidrage til billiggørelse af andres flæsk. Kan de 200 pct. råvareafgift på nødder ikke bortfalde nu, må vi kræve afgiftsfrie rationer til vegetarerne, idet vi anser nødder for yderst ønskværdige fødemidler.

Den nødvendige valuta har vi allerede sparet op ved at undlade indkøb af spiritus og tobak.«



Fru Mimi Nedergaard i standen i Forum

Forum 1954

Da de skønt illuminerede vandstråler havde danset deres sidste menuet, havde 175.000 personer eller hver 5. københavner besøgt og beundret gartnernes prægtige udstilling i Forum, og næppe én eneste var gået ligegyldig forbi vor fint placerede stand med de indbydende retter fremstillet af fagets farvestrålende produkter.

De fikse anretninger blev beundret, og der blev spurgt og forklaret i samfulde 10 dage fra kl. 10 til 23, samtidig med at et usandsynligt antal smagsprøver, hovedsagelig råkost, blev revet væk fra diskene.

Vi havde tænkt på at uddele store mængder af »juice«, tilberedt i »den elektriske kokkepige«, men på grund af sygdom blev det dansk fremstillede apparat ikke færdig til tiden, hvilket dog ikke forhindrede os i at demonstrere et udenlandsk fabrikat for mange mennesker og lade dem smage produktet.

Det synes, som der på denne udstilling er skabt kontakt mellem de interesser, der grupperer sig om de store hollandske maskiner, som det er tanken at installere i grøntforretningerne, og som i en håndevending behandler havesagerne, så husmødrene kan få disse med hjem i rengjort og snittet tilstand lige til at sætte på bordet, og så det af os demonstrerede apparat, der sikkert også vil finde vej til grøntforretningerne, samtidig med at de indtager første pladsen på spisebordene.

Hvis pointet i sagen er at undgå »tilberedt føde«, så vil de såkaldte råsafter sikkert forsvinde af sig selv, eftersom man næppe vil fortsætte

med at presse lidt farvet vand ud af frugt og urter for derefter at kaste det mest værdifulde bort.

Ved særlig velvilje fra champignondyrkerne var vi i stand til at uddele så mange af disse lækre svampe, på pind, at man kunne registrere en tydelig stigning i efterspørgslen på torvet, men de var også lækkert tilberedt i piskefløde o. l. ingredienser, stillet til rådighed af Foreningen af Storkøbenhavns mejerier.

Det er med nogen undren man konstaterer, at omtrent halvdelen af dem, der fik lejlighed til at smage champignon, gjorde dette for første gang. De vil herefter være trofaste kunder hos gartnerne.

Der var udtalt interesse for vore originale opskrifter på en uges vegetarisk kost, og selv om vi måtte forlange et mindre beløb for dem, findes de nu, ofte i forbindelse med et nr. af VT, i et stort antal hjem, forsynede som de er med et par ord om vegetarismens idé.

Også Husholdningsrådets grønne pjecer om råsalater blev revet væk lige så hurtigt, som de kunne fremskaffes. Ligeså med tryksager fra den Sanitære Fødevarefabrik m. v.

Det blev denne gang fru Mimi Nedergaard, som i samarbejde med husholdningslærerinde fru Ellen Pille måtte drage læsset — og det var tungt. På grund af de mange blomster m. m. er luften i Forum mættet med fugtighed, hvilket forårsager, at næsten samtlige udstillede retter må fornyes hver eneste dag, såfremt de skal virke tiltrækkende for øjet, og det gjorde de dag for dag.

Vi skylder de to damer den største tak, fordi de ofrede såvel nat som dag på denne succesudstilling.

Vi takker også fru Petersen fra Lyngby, som var utrættelig i at besvare spørgsmål og udlevere opskrifter. Også fru Lindell var trofast mod os, men her hører vi også op med at rose for trofasthed — det skulle da lige være frk. Else Hansen — for selv om hver enkelt, som havde assisteret nogle timer, følte sig nedbrudt på følelig måde og ønskede sig hjem, så blev dagene dog meget længere for dem, der holdt ud. Fru Mosegaard virkede denne gang mest bag kulisserne, hvilket dog ikke forhindrede hende i at opnå kontakt med gartnerne, således at der vandrede meget store blomsterbuketter ud til hendes kære patienter på hospitalet.

Det er vort håb, at vi atter denne gang har udfyldt vor opgave på tilfredsstillende måde, således at det snart gamle samarbejde mellem de udstillende foreninger og Dansk Vegetarisk Forening kan fortsætte til gavn for begge parter. At der er brug for propaganda, fremgik tydeligt af en af de instruktive tavler, som var udlånt fra Statens Husholdningsråd, og som dannede en smuk og interessant ramme om vor blomsterprydede bod.

Prinsesse Margrethe, der i følge med landbrugsminister Smørum m. fl. foretog en rundtur efter åbningshøjtideligheden, smagte på varerne og udtalte rosende ord om kvaliteten, samtidig med at de udbad sig opskrifter.

Det var kun i meget gamle dage, man kunne tillade sig at smile ad vegetarismen og sige: Tak, vi spiser ikke græs!

Gartner Tidende skrev:

BRUGEN AF VORE PRODUKTER

Statistikken fortæller, at omsætningen af grønsager daler. På vore udstillinger har vi glimrende lejlighed til at få det store forbrugende publikum og gøre propaganda for større forbrug.

På Forum-udstillingen udførtes dette propagandaarbejde af Vegetarisk Forening, der med kendt nidkærhed utrættelig fra morgen til aften vejledede publikum i grønsagers og frugts brug og uddelte utallige smagsprøver. For champignons vedkommende meddeler en handelsgartner, at han ligefrem kunne mærke, hvor interessen for denne vare steg på torvet under udstillingen. Vegetarisk Forening fortjener anerkendelse for sit dygtige arbejde, som forhåbentlig har sat spor i et stærkt stigende medlemstal.

25 års jubilæum

blev af Aarhus-gartnerne fejret med en middag for 900 gæster under eget tag i den pompøse salgsforening. Der vankede ridderkors, og der blev holdt *mange* taler. Bl. a. udtalte lektor Reinh. Kristensen, at man var 25 år bagefter i København, der endnu »holder torv« (som i middelalderen!), men nu er der ved at gå skred i udviklingen, sagde lektoren.

Blot ikke nissen følger med til det nye torv til skade for forbrugerne, således som en kendt mand har udtalt sin frygt for til Berlingske Tid.

Men tilbage til næste taler, der hed Christensen. Han takkede de folk, der havde arbejdet for gartnerne — vore sundhedsapostle, fru Nolfi, dr. Johanne Christiansen og flere. — Det havde været interessant at vide, hvem der skjuler sig under »flere«, men endnu mere interessant at kende baggrunden for at fremhæve den dame, som benytter enhver lejlighed til at rakke vegetarerne ned, samtidig med at hun svælger i blodpølser og indvolde af de mærkeligste dyr.

Referenten fremhæver Aarhus-gartnernes fremsyn ved straks at gå ind for en afgift til brug for propaganda. Desværre for os må denne propaganda ikke udstrækkes til os, som har »hovedsæde« i København, selv om vort virke også strækker sig til hovedlandet. Man motiverer afslaget med, at man ikke vil påtage sig de pligter, som deres sjællandske kolleger har lettere ved at smyge af sig, fordi de bygger på frivillighed — og den rækker ikke ret langt....

Først når det nye torv med andelssalg bliver en kendsgerning, kan der måske blive så mange penge, at der også bliver lidt til os — men udsigterne er lange.

Kongelig skål i — æblemost

Da enkedronning Elizabeth af Storbritannien den 16. november deltog i en officiel frokost i Ottawa, drak man hendes skål i æblemost.

Byens kvindelige borgmester oplyser, at byrådet enstemmigt har vedtaget at forbyde udskænkning af stærke drikke ved frokosten.

Regnskab for Dansk vegetarisk Forening

for tiden fra 1. juli 1953 til 30. juni 1954

(Tallene i parentes er forrige års)

	Indtægter		*Udgifter*	
Kassebeholdning 1. juli 1953	3560,87	(8133,41)		
Kontingenter	2540,00	(3047,00)		
Abonnement	142,56	(229,95)		
Annoncer	621,40	(641,30)		
Gaver	373,00	(393,20)		
Litteratur	5,00	(26,80)		
Vegetarisk Tidsskrift			2649,50	(2797,35)
Porto, Vegetarisk Tidsskrift			507,69	(510,11)
Porto i øvrigt	21,00	(68,85)	241,85	(330,29)
Blanketter			1,00	(93,60)
Kontorartikler			134,30	(0,00)
Mærkater og nåle	23,50	(11,00)		
Sammenkomster og møder	17,00	(0,00)	51,50	(170,00)
Renteindtægter	315,97	(282,34)		
Lån til dr. Michael Larsen vegetariske børnehjælpefond			0,00	(5000,00)
Telegram			4,30	(0,00)
Diverse			314,99	(371,63)
Kassebeholdning 30. juni 1954			3715,17	(3560,87)
	7620,30	(12833,85)	7620,30	(12833,85)

STATUS pr. 30. juni 1954

	Aktiver		*Passiver*	
Bibliotek	300,00	(300,00)		
Inventar	300,00	(300,00)		
Kontingentrestancer	43,00	(461,00)		
Kassebeholdning	3715,17	(3560,87)		
Lån til dr. Michael Larsens vegetariske børnehjælpsfond	5000,00	(5000,00)		
Saldo			9358,17	(9621,87)
	9358,17	(9621,87)	9358,17	(9621,87)

Ovenstående regnskab har vi revideret og fundet i overensstemmelse med bilagene. Endvidere har vi konstateret tilstedeværelsen af kassebeholdningen samt af pantebrev kr. 5000,00 med pant i matr. nr. 11 da, Frederiksberg.

København, den 25. november 1954.

Hans Friis Møller. *John Svensson.*

Jens Nielsens fond er med renter vokset til kr. 4108,30 + udestående fordringer nedskrevet til 1 kr.

Vi kan leve af grønsager, men ikke uden

(Her efter Gartner-Tidende)

Er det amerikanerne eller europæerne, der er lidt døde i sværen, og kan det være C-vitaminet, der gør udslaget?

Der er i hvert fald en afgørende forskel i de normer, som eksperterne på området sætter for at have en rettesnor ved udarbejdelse af kostplaner for såvel den enkelte som ved de store kostforplejninger. Mens man i de europæiske normer anser 30—35 mg ascorbinsyre pr. dag for at være fuldt tilstrækkeligt, så arbejder amerikanerne ud fra det synspunkt, at der bør være 75 mg til rådighed, om individet skal være om ikke fuldt mættet med dette absolut livsnødvendige vitamin, så dog sikret mod ekstreme følger af mangler.

Ved et for nylig afholdt kursus i ernæring, som afholdtes på Tune Landboskole for husholdningskonsulenter m. fl., redegjorde overlæge i sundhedsstyrelsen dr. med. E. Uhl, for, hvorfor han var tilbøjelig til at mene, at amerikanerne havde ret i denne meget vigtige sag, for selv om man egentlig vidste meget lidt om såvel resorbtion som udskillelse af vitamin C, så var der dog høstet adskillige erfaringer, siden en engelsk læge i 1753 fandt ud af, at nydelsen af en citron hver dag kunne forhindre, at der opstod skørbug.

40 år senere blev det ved lov bestemt, at hver sømand skulle have en sådan daglig ration.

Omtrent samtidig fremsatte vor egen haveskribent Esaias Fleischer den påstand, at saften af berberis var lige så god at have med på lange sørejser som citronen, hvorved der dog kunne spares en masse valuta. Undertegnede har ved at foranledige, at adskillige af berberisarternes frugter blev underkastet analyse, fået bekræftet, at hans påstand ikke alene var rigtig, men også, at vitaminindholdet i visse berberisarter, f. eks. *Berberis polyantha,* har halvanden gang så meget C-stof som citroner og lige så megen frugtsyre som disse. Men een ting er at konstatere, hvor meget C-stof der skal til for at forhindre de grove udslag af skørbugssymptomer, noget andet er det, om der ikke alligevel sker uheldige forandringer, f. eks. i tændernes bygning, såfremt der ikke er tilstrækkeligt C-stof til stede. Det har således vist sig, at marsvin, der i øvrigt ligesom aber har det på samme måde som menneskene, at de ikke selv kan danne C-vitamin, hvad de øvrige dyr gør med største lethed, skal have 3—4 gange så megen ascorbinsyre i kosten for at undgå forandringer i tænderne, som kan konstateres ved hjælp af mikroskop, selv om der ved en umiddelbar betragtning ikke var tegn på skørbug.

På et stort børnehospital i Amerika har man fundet tilsvarende overraskende resultater, hvilket gav dr. Uhl anledning til at erklære, at vore metoder til konstatering af, hvad der er ønskeligt, er grove, og vor viden er famlende.

Det vides dog, at vitamin C navnlig er nødvendig ved æggehvidestoffernes omsætning, og at forbruget øges ved stigende stofskifte forårsaget af højere aktivitet. Stoffet kan kun i ringe grad deponeres i legemet,

idet det ellers udskilles, såfremt mængden i blodet overstiger en vis grænse; men denne tærskel varierer fra individ til individ.

Ved undersøgelse på marsvin har det vist sig, at hvis forsøgsdyrene fik det 10-dobbelte af den minimaldosis, hvorved de kan opretholde livet, kan de lettere klare heling af benbrud og indsprøjtning af difterigifte, men såfremt dyrene levede i fri tilstand, ville de indtage føde, som gav dem det 100-dobbelte.

Brystbørn vil også være sikrede mod C-mangel, selv om moderens blod langtfra er mættet, mens flaskebørn, der må nøjes med den langt fattigere komælk, kan være i farezonen. Moderne ernæringsfysiologer er tilbøjelige til at drage betydningsfulde konklusioner ud fra *sund* modermælk — ikke den nicotinholdige vædske, moderne mødre byder deres afkom, hvis de da ikke helt overlader denne sag til køerne, og den omstændighed, at dyr i fri tilstand har en meget høj mætningsgrad i blodet, langt højere end den, vi normalt går rundt med, selv efter den amerikanske norm for dagligt behov, tyder på, at vi må langt højere op med C-vitaminet, end vi hidtil har troet, så meget mere, som det synes, at enkelte personer har en langt ringere evne til at resorbere stoffet end andre, og det vil være klogt at ansætte normerne efter disses behov for ikke at forvolde unødig skade.

Skal vi således op på de 75 mg eller mere, vil det medføre konsekvenser i retning af et meget betydeligt merforbrug af grønsager o. l., idet så godt som alle er enige om, at spørgsmålet ikke er løst ved hjælp af en pille eller to, for selv om man ved disses hjælp kan tilskyde manglende C-enheder, så løber man dog den risiko, at der opstår disharmoni, hvad de øvrige vitaminer og for øvrigt alt det, vi kalder for næringsstoffer, angår.

Moderne kostplanlæggere går nemlig ud fra, at hvis blot der findes tilstrækkeligt af ca. 8 af de vigtigste stoffer i føden — uden kunstige berigelser — så vil man også kunne gå ud fra, at der også er tilstrækkeligt af de øvrige ca. 37 livsnødvendige stoffer; men der kan meget let opstå kludder i det yderst komplicerede puslespil, som det er at udarbejde sådanne planer, såfremt de skal være fyldestgørende i såvel sundhedsmæssig som i prismæssig henseende.

I denne forbindelse oplyste forstander Folmer Dam, Ankerhus, at deltagerne i seminariets undervisning ved udarbejdelse af kostplaner ikke måtte gribe til koncentrerede fødeemner som lever eller hyben for at bringe balance i regnskabet. I det hele taget gik der en undertone gennem alt det, der blev sagt, at det så vidt muligt gjaldt om at opnå det ønskede ved hjælp af *naturlige* fødeemner.

Dr. E. Uhl var derfor mest stemt for at holde sig så nær op ad de amerikanske normer som muligt, hvilket da også er praktiseret ved de fleste institutioner — og dog kan der opstå situationer, hvor disse normer er utilstrækkelige, f. eks. over for de lidet spisende.

Skulle det være helt rigtigt, burde vi alle vandre om som i Paradis med appelsiner o. l. hele året. Ja, det havde vist sig, at C-indholdet i blodet ganske vist steg i jordbærtiden, men sank derefter igen, indtil juleappelsinerne igen gav en målelig stigning!

Prof. Ege ville ikke forsvare de europæiske normer med særlig stor kampglæde, men mente dog, at de kunne kaldes forsvarlige. Hvis han var jesuit (hensigten helliger midlet), ville han være gået ind for de amerikanske normer, så meget mere som de betydeligt forøgede mængder af grønsager, som disse ville kræve for at opnå fuld dækning, jo kun kunne gavne på mange andre måder, f. eks. ved at gøre folk nogle halve snese kilogram lettere.

Begge beklagede, at reformer her i landet tager fra 30 til 60 år; men det gjaldt om, at sædekornet blev lagt i jorden snarest muligt.

Så vidt jeg kan se, behøver gartnere og grønthandlere, som er de egentlige C-leverandører, ikke at være jesuiter for at gå ind for en kraftig propaganda for at følge de amerikanske i stedet for de europæiske normer, hvilket altså vil sige, at vi stort set må fordoble vort grønsagsforbrug, vel at mærke fordobling af det, vi anvendte under krigen, hvilket svarer til en firedobling af det nuværende forbrug.

H. Mosegaard.

Kredslæge Jens Jensen

har rundet et hjørne og udtaler i den anledning, at det ikke har generet ham synderligt at være en stor mands søn (Johannes V.), tværtimod møder han ofte og forståeligt nok stor venlighed fra de menneskers side, som synes, faderen har givet dem glæder af høj kvalitet.

Hr. Jensen præciserer, at han ikke er sportsmand, men derimod idrætsmand, og beklager kun, at ungdommen hellere vil have en racerkajak i stedet for et fartøj, der kan føre dem ud i naturen. Selv går han ikke af vejen for en grønlændervending og er i det hele taget i fuld form tiltrods for en opslidende gerning, der ofte medfører, at der må rykkes ud i mørke til uhyggelige stævnemøder med død og lemlæstelse — ikke sjældent forvoldt af spirituspåvirkede motorfolk.

Han står på det samme standpunkt som politiet i den slags sager: at ingen må bringe sig i den situation, at man ikke er herre over sig selv. I det hele taget burde folk drikke mindre. Det er ikke sikkert, siger kredslægen, at folk går i kirke om søndagen, men helt sikkert er det, at de slås eller ta'r livet af sig torsdag eller fredag, altsammen i forbindelse med spiritus, og man forstår heller ikke, at de har råd.

Til fødselsdagen fremsætter doktoren det ønske, at man kunne købe et par sko, hvori et par — i hver fald tilsyneladende — normale fødder ikke ser ud som strygejern.

Lægen, der gav tb-patienterne sol

Leysin, Schweiz.

Den schweiziske pionér for solbehandlingen af tuberkulose, dr. Auguste Rollier, er død her, 80 år gammel. Dr. Rollier kom første gang hertil i 1903 for at behandle sin hustru. Han udviklede dengang den revolutionerende behandling, der består i at udsætte tuberkulosepatienter for bjergluften og solen. Tidligere var patienter, der led af knogletuberkulose, blevet indkapslet i gips og lagt til seng i værelser med lukkede vinduer.

Uhyrlig hollænder

Kære B.T.! Gør os den tjeneste at optage følgende:

Såfremt der blot havde været en lille smule sandhed i den påstand, som den hollandske *van Handel* bragte til torvs ved hjælp af B.T. for den 21. oktober: at vegetarer udviste større pirrelighed og mangel på selvbeherskelse end andre mennesker, ville hans landsmænd, hvoriblandt der er et endog meget stort antal vegetarer, sikkert have stimlet sammen om ham og givet ham en alvorlig afklapsning, og selv om van Handel tilføjer, at vegetarernes reaktionsevne tillige er nedsat, så er der dog nu gået så lang tid, at fornærmelsen måtte antages at være trængt ind til de ædlere dele; men indtil dato har vi heroppe da ikke læst telegrammer om, at han er blevet myrdet — hvilket turde udlægges derhen, at vi hører til de elskeligste og mest ligevægtige mennesker, der findes.

Når van Handel fremfører, at de vegetarisk levende piloters kost udviste mangel på fosfater, hvilket var årsag til en forstyrrelse af hjernen og nervesystemets opbygning, så lyder dette temmelig mystisk, eftersom netop frugt og grønsager besidder så store og tilmed let optagelige mængder af fosfor i modsætning til de fleste animalske produkter.

Vi har heller ikke til dato vidst, at netop fedtstoffer var nødvendige for at komme i besiddelse af åndsnærværelse og evne til at modstå et konstant psykisk pres. Tværtimod vil mange hævde, at fedt om hjertet og andre steder går udover den snarrådighed, som bør kendetegne en flyver. Når doktoren derfor foreslår en anden diæt specielt til flyvere, for at de kan være i højeste kondition, burde han i forvejen have tænkt over, at såvel historien som nutiden kan opvise en usandsynlig lang række af personer, som har ydet de ypperste indsatser af såvel legemlig som åndelig art.

Når vor egen internationalt berømte ernæringsekspert, dr. phil. Rich. Ege, kategorisk erklærer, at der ikke findes noget for mennesker livsvigtigt stof, som ikke frembringes af planter, og at man kan leve optimalt på en vegetarisk diæt, så bekræfter dette kun den påstand, som fremsættes af os, at det ville være lige så utænkeligt, at naturen ville frembringe en skabning, som ikke var i stand til at ernære sig af de ting, som den er skabt — udformet — til, som at en kat vel havde fået øjne i hovedet, men ikke fået sprækker i huden, så lyset kan trænge ind.

Kære B. T., som har sine fangarme ude over hele verden, kunne De ikke bede doktoren om at fremlægge sit materiale, så også vi kan bedømme det. Måske er det af samme art som den doktordisputats, der for nogle år siden påstod, at vegetarer havde en større dødelighed af tuberkulose end andre. Der var blot den hage ved det, at doktorens statistik arbejdede med et materiale, hvoraf kun 10 % var vegetarer.

Og gør os så den tjeneste at kalde os vegetarer i stedet for det besværlige vegetarianere.

Stadig i dybeste sindsro

H. Mosegaard,

formand for Dansk vegetarisk Forening.

Omstaaende indlæg blev *selvfølgelig* ikke optaget i B. T. og i Berl. T. causerede Sylvia over samme emne. Hvis vi en skønne dag bliver lidt pirrelige, turde der være en smule årsag.

Vi ved ikke, om Ny Tid og Vi også har forsøgt at få indlæg anbragt i de pågældende blade, men redaktør fru Julia Vøldan skriver, »at det naturligvis er forkert at ernære sig *udelukkende* af grønsager og især af *kogte* grønsager, som sikkert er blevet anvendt i ovennævnte forsøg.

De forskellige råkost-kostplaner lægger stor vægt på en alsidig næring, d. v. s. at man skal have både *frugter, grønsager, kornprodukter og mælkeprodukter.* Desuden nødder og om vinteren evt. et tilskud af levertran. Og notabene: *en stor del af næringsmængden skal spises i rå tilstand!*« — — Herefter anbefales det at prøve Waerlands kostplan i ½ år, hvorefter man næppe kan tvivle om, hvilke fine resultater der vil vise sig i retning af »bedre reaktionsevne, bedre selvkontrol, bedre hukommelse, mindre pirrelighed og bedre evne til at kunne koncentrere sig om studier.«

Ser vi bort fra den specielle høkassekogte »Pudding a la Waerland«, turde det blive endog meget vanskeligt at finde significante forskelligheder mellem såkaldt råkost-kostplaner og så dem, som vi praktiserer og har praktiseret i et par menneskealdre.

„Før det er for sent" - - -

Det er ikke blot ølhunden, der glammer. Også tobakshyænen er på færde. De ildelugtende uddunstninger oser over det ganske land og lammer den kritiske sans i en sådan grad, at godtfolk fylder deres organisme med giftstoffer, de ellers ville gå langt udenom. Alkoholens virkninger er så velkendte, at det ville være spild af tid at forsøge en gennemgang af ulemperne ved et umådeholdent spiritusforbrug eller alkohol»nydelse« i det hele taget. Vi vil indskrænke os til at beklage den kedelige omstændighed, at der — udvidet skolegang, folkehøjskoler og andet oplysningsarbejde til trods — endnu findes mennesker med så lidt i baghovedet, at stimulanser er en nødvendighed for at opnå en blot nogenlunde tålelig kontakt med omgivelserne. Selv en liden bandstråle mod hverdagsalkoholismen er fristende, navnlig på baggrund af den frie hastighed, som så iøjnefaldende bidrager til at øge det i forvejen forrykte tempo, der, som det vil vides, er blevet tidens religion.

Kort før krigen beløb menneskehedens samlede udgifter til tobak sig til rundt regnet 50 milliarder kroner om året. Deraf brugtes i Danmark alene 10.000 tons tobak, der tilsammen indeholdt nicotin nok til at dræbe 1 milliard mennesker. Efter krigen er cigaretforbruget steget. Samtidig meldes om et stedse stigende antal tilfælde af lungekræft. Voldshandlingernes antal er gået op. Påskudet til at slå løs er i en mængde tilfælde afslag på anmodning om en cigaret. Ondet er således åbenlyst. Hvad gøres der for at bekæmpe det? — Fra visse sider tales der med dystre miner og bekymrede stemmer om de svimlende beløb, der om få årtier vil finde anvendelse til sygehusvæsen og andet sligt, når no-

vicerne i nicotinisternes kreds er blevet så gamle, at de kan begynde at ses i farezonen. Men de reelle bestræbelsers antal er lig nul. Skyldes det den omstændighed, at tobaksskatten er en så formidabel indtægtskilde for det offentlige? — En første begyndelse kunne passende gøres i skolerne. Når man gennem sexualundervisning søger at mindske de farer, der ligger i at forsømme sex-problemet, turde det vel kun være logisk, om man bestræbte sig for at nedbringe de tobaksbelastedes antal gennem rationel og saglig oplysning om ulemperne ved at sidde sundhedens sag og — i mange tilfælde — pengepungens krav overhørig. Gennem lysbilleder, film og farveplancher vil det være muligt at redde en mængde vordende borgere fra dette usunde afhængighedsforhold.

For nylig vedtoges fra danske læreres side en udtalelse, hvori man understregede faren ved *den* kulørte litteratur, som af oversmarte forretningsfolk distribueres blandt skoleungdommen. Vi finder det betimeligt, at skolefolkene slår til lyd for et reelt oplysningsarbejde blandt borgerne, så længe disse som mindreårige er i relativ sikkerhed for frivillig selvforgiftning. Tiden må være inde nu.

Det kan let blive for silde. *Svend Jeppesen.*

Næstsidste om kyllingerne

Justitsministeriet bekendtgør, at aflivning af dyr ikke længere må foretages med roeknuser.

For nogen tid siden rejstes der en sag mod en proprietær i Brendekilde, der havde dræbt flere tusinde kyllinger med en roeknuser. Han blev frifundet for dyrplageri, fordi det godtgjordes, at roeknuserens skarpe knive hurtigt og smertefrit afliver kyllingerne.

Overgirurg L. Østergaard Christensen, Silkeborg, er netop blevet idømt en bøde på 1000 kr. for injurier mod proprietæren. Overkirurgen havde i skarpe vendinger kritiseret landmandens femgangsmåde i et læserbrev til et københavnsk dagblad.

— Det hidtil sidste er en injuriesag mellem »Svalen« og »kyllingemødrene«.

Indførelsen af bananer

tog som ventet et stort opsving, da der kun i perioder blev givet valuta. men nu, da sindene er ved at falde til ro, daler efterspørgslen kendeligt. forhåbentlig til gunst for indenlandsk frugt, der i år er forhånden i rigelige mængder, selv om detailpriserne ikke altid følger de vigende producentpriser.

Man har gisnet om, at den svigtende interesse for bananer er erstattet med en glubende appetit på de forholdsvis billige druer fra sydlige lande. men dette kan næppe være tilfældet, eftersom det beløb, der er anvendt til denne import ,ikke rangerer oppe i de samme højder, som bananerne krævede.

Tollund-manden

hvis kontrafej vi bragte her i VT for år tilbage, er nu blevet opdaget af et par tyske vegetarblade, der — selvfølgelig — bruger ham som et eksempel på, hvorledes en ægte *germaner* indrettede sin spiseseddel for 2000 år siden.

Og lige så selvfølgelig bliver han taget til indtægt for fuldkornsbrød i modsætning til det, som moderne bagere fremstiller, og forfatteren kan selvfølgelig heller ikke i denne forbindelse komme uden om så store navne som Waerland med sin (høkassekogte) kruska og »den amerikanske Bircher-Benner« dr. Jackson, der dog anbefaler at *koge* sine kornspiser umiddelbart før måltidet!

Jo hurtigere denne kogning sker, og jo hurtigere grøden bliver spist, efter en let afkøling, desto mere »fuldkommen naturlig« er dette korn.

Ganske bortset fra, at vi ikke véd, hvorledes Tollund-mandens korn (+ ukrudtsfrø) ret har været tilberedt, ejheller om måltidet har været led i et ritual, forinden eksekutionen fandt sted, turde det være vel dristigt af dette ene måltid at skønne om jernalderens daglige diæt, såvel som tidens mølle- og bageteknik.

At korn overhovedet ikke er føde for mennesker, har næppe strejfet de gode »germanere«s tanke.

Skriften på væggen

Overalt, hvor sundhedsintereserede mennesker samles, drøfter man med bekymring i stemmen, hvilke farer der muligvis kan være ved kemikalier i fødemidlerne, enten de nu hidrører fra sygdomsbekæmpelsesmidler, der har været anvendt på planterne, eller det er direkte tilsatte konserverings- eller farvestoffer.

Nogle fæstner sig ved de farer, der kan tænkes at være forbundet ved indånding af forurenet luft o.s.v., men hvor mange tænker over, at den helt store risiko for hele menneskeheden muligvis kommer fra en helt anden kant?

Ved et møde i Det kgl. nordiske Oldskriftsselskab gav dr. Levy, som er leder af carbon 14 laboratoriet, på direkte forespørgsel fra dr. Brøndsted den oplysning, at allerede nu må man sørge for at indsamle og på passende måde opbevare prøver af nutidige planter, hvis man fortsat ønsker at benytte metoden med det radioaktive kulstof (C 14) til aldersbestemmelse af organiske stoffer som f. eks. oldsager af træ, ben e. l., eftersom der allerede nu er så meget »radioaktivt støv« i vor atmosfære, at planterne, der lever og ånder i dag, ikke kan undgå at få ændret deres optagelse af det radioaktive kulstof, som er grundlaget for metoden, på en måde, som vil gribe forstyrrende ind.

Det siger sig selv, at enhver ændring i den slags stoffer, som allerede nu kan påvises med forholdsvis grove metoder, ikke kan undgå at få indflydelse på saavel planter som dyr, og derfor er der grund til at

spørge, om vi vil kunne nå at afværge en katastrofe, eller om vi allerede er så langt fremme, at processen af sig selv løber videre, så alt liv går sin undergang i møde.

Professor Brandt-Rehberg mener dog ikke, at det radioaktive støv, som i dag kan tænkes at falde så et, så et andet sted på jorden, er direkte livsfarligt for hverken planter eller dyr, men hvad der kan ske i fremtiden, når alt levende til stadighed er udsat for stråling med tildels ukendte virkninger, er ikke godt at vide, og såfremt der fortsat arbejdes på at frembringe uhyrlige mængder af de farlige stoffer, bliver risikoen snart uoverskuelig. En fransk forsker mener endog, at vi allerede er ved, om ikke vi allerede har overskredet den grænse, der er sat for fortsat liv på denne vor gamle klode.

Her er der noget at tænke over og efter evne sætte ind på at forhindre den farlige udvikling. Det er jo dog mennesker og menneskers værk og ikke naturkatastrofer, som i denne omgang er ved at udvikle sig til menneskers fordærv i et omfang som aldrig før set eller blot tænkt.

Vi behøver absolut ikke at opstille mystiske -ismer og male en vis herre på væggen. Skriften står der allerede, og det er ikke sikkert, vi formår at slette den ud.

Bort med tobakken

som i sin tid tog navneforandring til »Tobakkens Bekæmpelse«, har nu ændret sine love derhed, at også mådeholdsrygere er velkomne, selv om de ikke kan overtage poster i bestyrelsen.

Man håber derigennem at kunne sætte medlemstallet så betydeligt i vejret, at der kan blive en anselig forsamling til at fejre et forestående jubilæum.

Foreningen burde p. t. have de allerbedste kort på hånden for at opnå fremgang, ikke mindst på grund af frygten for lungekræft, og så har bevægelsen jo også dr. Rosenbergs saglige, men virkningsfulde oplysninger især om de sociale følger af tobakslasten.

Direkte komisk

virker det, når bryggerierne begynder at formane befolkningen til at vise hensyn i trafikken med det formål at nedbringe trafikulykkernes antal.

Inden for den bagsmæk, hvor sentenserne kan læses, befinder sig jo det bryg, der har en ikke lille andel i netop trafikulykkernes stigning, men det tænker vel de færreste over, — for øl *skal* man da ha'....

Det er logik af samme slags, som når ølindustrien lader et par Storm Petersen figurer udtale sig om den drik, der har gjort dem til det, de forestiller.

Den usandsynlige radio

tillod sig at indlede en reportage om vore fødemidler med en serie skud, af hvilke hvert enkelt slængte en okse ned på Kødbyens gulv, hvorefter slagtere og dyrlæger trådte i funktion, mens »skydemesteren« fik lejlighed til at udtale sig om sit job, der for ham at synes var lige så hæderligt som et lige som helst andet, hvilket vi må give ham ret i, eftersom de rette skyldige, hvis der er tale om nogen »skyld«, hvad vi ikke tvivler om, jo er dem, der kræver dele af de døde dyr anbragt på deres spisebord.

Engang i radioens barndom tillod man sig at begynde en udsendelse fra et svineslagteri med hyl og skrig fra de til døden indviede, hvilket indbragte samme radio en strøm af protester. Denne gang er vi antagelig ene om at forarges.

Reportagen fortsatte for øvrigt med en opremsning af mange af de uhumskheder, der kan findes i dyr af forskellig art, men publikums tillid til kontrollen — som *vi* vel også må være med til at betale — er ubegrænset.

Køkkenkrogen

»Smagsprøver« fra udstillingstryksagen (se annoncen)

Amagerret: 2 løg, et par porrer, ½ kg gulerødder, 100 g champignons, forsk. andre småtskårne grønsager brunes i jerngryde i 50 g margarine, tilsættes ¼ dl tomatpuré, salt, ½ spsk. kin. soya og så lidt vand, at dette blot dækker grønsagerne. Hvis væden ikke er kogt ind, når alt er mørt, kan denne jævnes lidt. — Hertil serveres *Mimiris:* 1—1½ dl ris hældes på en tør pande og varmes let. Derefter tilsættes tomatpuré og vand, så det efter ca. 10—15 min. kogning har opsuget væden. Tilsæt ca. 20 g margarine og lad det brune, til risene bliver sprøde og tørre igen.

Løgsuppe: 2 store løg skæres småt og svitses i rigelig olie uden at brune. Den overflødige olie hældes derefter fra. Tilsæt ½ l suppe eller vand og fint klippet selleritop, persille og purløg. Kan jævnes med 1 spiseske havregryn, som skal koge mindst 10 min.

Mandekål: Ribbede grønkålsblade skæres i grove strimler, trykkes fri for skyllevand i et klæde og steges i rigeligt fedtstof, så det hurtigt falder sammen. Låg lægges på, og kålen dampes mør i sin egen saft ca. 1 kvarter. Der skal ikke tilsættes salt, da al kraft bliver ved, og margarine og kål i forvejen er tilstrækkelig salt. Der kan efter behag tilsættes lidt fløde.

---

50 portioner hybensuppe kr. 6,50

Hammerich, GEntofte 5887x. Bedst aften.

Køb og anvend foreningens mærkater. De sælges i pakker à 30 stk. for 1 kr. portofrit. Foreningens emblem („Vegetarnålen") kan igen købes à 2,50 kr. Frimærker kan modtages som betaling.

Dansk Vegetarisk Forening's

litteratur

C. V. Pink: „Hvad moder og barn bør spise" 0,50

Kostplan for en uge med opskrifter 0,50

Portofrit — betaling kan sendes i frimærker.

10 ekspl. af Michael Larsen: »Naturhelbredelse« sælges til fordel for foreningen for 10 kr. pr. stk.



Man kan leve af grønsager - men ikke uden!

Dansk råkostskole

Kongevejen 76, Helsingør

FORLANG PROSPEKT

Børnepensionen „Solhaven"

Telefon Espergærde 262

modtager børn fra 3—10 år

Gør Deres indkøb i **„KONSUM"**

Alt for vegetarer, specielt råkost.

Altid friske grøntsager og udsøgte frugter til billigste priser.

Endvidere alt i kolonial, kaffe, konserves, smør og æg direkte fra landet.

Aflæg forretningen et besøg - ingen købetvang - eller ring til os.

Vi sender varer over hele byen, og vi garanterer Dem hurtig og høflig ekspedition.

„KONSUM"

v/ CHR. PEDERSEN

Telf. Luna 2502 . Rolighedsvej 9 . København . Telf. Luna 2502

Vegetarkost - råkost reformkost

Vor forsendelsesafdeling ekspederer ordrer over hele landet på en betryggende og billig måde.

Rekvirér udførlig varefortegnelse og franco bestillingskort.

Fuldkornsmel	pr. kg	1,00
Grahamsmel	» »	1,00
Ubleget og kemikaliefrit hvedemel	» »	1,00
Naturris	» »	3,20
Upol. car. ris	» »	3,20
Råsukker	» »	1,10
Ægte bihonning	» »	8,00
Linser	» »	4,00
Bønner, brune og hvide	» »	3,50
Havregryn, grove	» »	1,20
Hørfrø, hel	» »	2,80
Hvedeklid, franske	» »	1,20
Hvedekim	» »	2,50
Skummetmælkspulver	» »	4,00
Boghvedegryn	» »	2,20
Firekornskruska	» »	1,50
Kokosmel, fint og gr.	» »	9,00
Sellerisalt	» »	4,20

Urtetheer — Hvidløgsperler — Hvidløg — Ølgær — Yoghurt — »Raako« morgenmåltid — Taremel — Mandler — Vitaminpiller — »Neda« frugtterninger — Nødder.

Alle »Skodsborg«s landkendte varer er altid på lager i et meget stort udvalg. Forlang speciel prisliste.

Ernst Hansen
etabl. 1877

Nørregade 28 . ODENSE . Tlf. 242

RÅSTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, Svendborg)

Modtager gæster til ferie, hvile og behandling

Anna Ullerup Haahr - Svendb. 755

»SANA« Godthåbsvej 62 - Co. 4290
Udsalg fra
Den Sanitære Fødevarefabrik
Ren plantemargarine, grahamsbrød og andre specialiteter.

Giv mig en blomst, mens jeg lever,
at øjet kan frydes derved!
Mit øje ej skuer de blomster,
der lægges på kisten ned.
Giv mig et smil, mens jeg lever,
kom mod mig forstående, mild!
Når først man har lagt mig i graven,
så trænger jeg ikke dertil.

Hvornår fik din kone blomster sidst?

»VEGETARISK KØKKEN«
ODENSE — Kongensgade 39²
Byens sundeste mad
OVE JACOBSEN

Skodsborg Restauranten
er stedet, hvor Deres sundhed opbygges gennem
vegetarisk mad
råkost — diæter
Frokost - middag - å la carte
Åben mandag—torsdag incl. kl. 11—19
Lukket lørdag
Telef. PAlæ 8855
St. Kongensgade 36-38, mezz.

Fyn har hele tiden

været med — — og Skodsborgs produkter får man nu som før i

TORVEGADES OSTEHUS
ODENSE :: TLF. 883

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr

opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyreinternat for hjemløse dyr.
Modtager og undersøger dyrplagerianmeldelser.
Årskontingent 5 kr., medlemsbladet »Dyrets Værn« tilsendes medlemmerne gratis.

Indmeldelser modtages af internatet, Peter Bangsvej 32, Go.4329

Lær esperanto,

det andet sprog for alle. Let at lære, udbredt over hele jorden. I Danmark afdelinger i de fleste byer. Komplet korrespondancekursus 10 kr. Nærmere oplysninger hos

Esperantistforeningen for Danmark
Knud Aa. Andersen, Onsild.

Det ny

»Sol og Sundhed«

Det kendte danske nudistblad er nu betydeligt forbedret, og De bør sikre Dem et prøvenummer. Kr. 1,50 (frimærker).

SOL OG SUNDHED,
Dynkarken 2 . Arhus

Skodsborg produkter!

De kan altid være sikker på de bedste varer, når De vælger Skodsborg produkter.

De anbefales: Skodsborg corn flakes - granola - Skodsborg kaffeerstatning - æbleblade-te - glutenola - carno - bønnesteg - linsepostej - veg. leverpostej - veg. fiskebudding - linser i brun sauce - sojabønner i bouillon - nuttolene - protose. Kiks: Grahams, havre, vanille og nødde. Skodsborg lyn sauce pulver: På to minutter kan man fremstille en sundhedsmæssig, delikat brun sauce. Skriv efter vareliste! Spørg efter vore varer hos Deres handlende!

Den Sanitære Fødevarefabrik,
Baldersgade 14, Kbhv. N., Taga 289

ALT TIL

råkost - vegetarkost - Waerlandkost
Kompostdyrket frugt og grønt

Central 62

Råkostdepotet

Gothersgade 129
København K.

SKODSBORG BADESANATORIUM

Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.

Behandling af reumatiske lidelser, sygdomme i mave og tarm, stofskifte, hjerte og nervesystem m. m.

Forl. prospekt. Tlf. Skodsb. 200

FOLKEBLADETS BOGTRYKKERI – RINGSTED