287

Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Det grønnes gave
Møde på Landbohøjskolen d. 8. marts

Referat af nytårsfesten

Pluk fra Gartner Tidende

Spiritus roden til alt ondt i Grønland

Bambi-hysteri

FAO og Farao

Vort daglige brød

Udgivet af Dansk
Vegetarisk Forening

47. årgang
nummer 2-3
Febr.-Marts 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.

Det grønnes gave

Film og foredrag om planterne, af hvilke vi alle er afhængige — mandag den 8. marts kl. 19,30 i Landbohøjskolens planteavlsbygning, Rolighedsvej 23, 2. sal, auditorium B.

Når bestyrelsen undertiden modtager bebrejdelser for, at der ikke afholdes møder som i gamle dage, imødegår man kritiken med henvisning til, at der dengang kom for få, selv om programmerne var gode.

Når vi nu gør dette forsøg, er det for at få konstateret, om der virkelig er et behov for sådanne møder, og derfor har vi sikret os de bedste film om emnet.

Hvorvidt konsulent Mosegaard, som vil ledsage dem med oplysninger om de kære planters liv og krav til os, kan stå mål med filmene, vil vise sig — men han har lovet at gøre sit bedste, og han er da en slags fagmand.

Mødet træder i stedet for den studiekreds, det ikke lykkedes at få i gang.

Medlemmer af beslægtede organisationer indbydes venligst. Tag venner og bekendte med. Adgangen er gratis.

BESTYRELSEN

Nytårsfesten 1954

„Spis, inden maden visner" er ved at blive den traditionelle indledning til nytårsmiddagen, der i år havde fået tilslutning som aldrig før. Mere end hundrede reformkostere af mange kategorier, hvoraf adskillige var lovlig sent tilmeldte, havde fulgt vor indbydelse og lod sig maden smage. For den smagte os virkelig godt denne gang. Æren herfor maa restauratøren sikkert dele ligeligt med fru Ellen Pille, som havde bistået med råd og dåd. Vi håber, at vi fortsat kan holde til huse i den smukke Ansgarsal.

Da råkosten havde lagt bund, sagde formanden nogle ord om anledningen til, at vi fejrer nytåret eller vel nok nærmere solhvervet, der for os nordboere har været særligt betydningsfuld, hvad man kun vil finde saare naturligt, hvis man en juleaften, umiddelbart før der kaldes ind til lys. varme og liflig mad måske endda fra fjerne egne, anbringer sig selv i en udgravning, der har afsløret lidt af en stenalderboplads' liv og vilkår.

Arstidernes skiften og himmellegemernes gang har gennem skiftende kulturer været genstand for studium og kult, og når vi nu på vejen til festen havde bemærket nytårsnyet og nogle måske ubevidst erindret sig barndommens påbud om at sikre sig brød og mønt, inden man fremstil-

lede sig for dette himmelfænomen, ja, så er det vel et levn fra sumerernes og assyrernes månedyrkelse.

Formanden bød professor, dr. phil. Richard Ege velkommen og takkede ham, fordi han ville give møde i vor kreds og optage en diskussion med os. Det er ikke første gang, professoren har haft føling med danske vegetarer, eftersom vi gentagne gange har ladet os belære såvel i Politikens sal som i radioen.

Næstformanden, N. Nielsen, fremførte som et nytårsønske, at vi også her i byen måtte få en virkelig stor restaurant af den slags, som både Oslo og Stockholm kan prale med. Det måtte kunne magtes i et land som vort, der kan byde vegetarer bedre vilkår end lande højere mod nord.

Egerod gav kvintessensen af situationen i dag, og hvorledes den antagelig ville forme sig i fremtiden, da vi simpelthen bliver tvunget over i vegetarismen, hvis vi vil undgå sultedøden. Det er vor opgave at forberede en frivillig overgang.

Og så stod idealisten Axel Pille på talerstolen, men han har brændt sit manuskript, og der er ingen notater. Vi, der hørte ham, var glade for nytårstalen, og måske kan vi overtale ham til at fremsætte sine tanker for en større kreds.

Redaktøren af VT gjorde derimod flittigt brug af sin blyant under professor Eges dygtige besvarelse af de mange spørgsmål, der strømmede ind til ham, og da emnet syntes at have bud til videre kredse, blev det til nedenstående, som allerede har været trykt i Gartner-Tidende, ligesom i frugt- og grønthandlernes blad:

Medens vi har ham her —

Da nytårsnyet tændte sit segl over hovedstaden, og tilmed et stort meteor trak sin lysende bane over det klare himmelhvælv, samledes over 100 vegetarer til en lille festlighed i den smukke Ansgarsal.

Der var indbudt til en bekeden middag, en nytårstale af red. Axel Pille, og så til indledning til diskussion om emnet: Alm. mad eller råkost. Men allerede medens man nød råkosten, ønskede prof. Richard Ege oplyst, at titlen var ændret til ovenstående samtidig med, at der blev delt sedler ud til alle, som havde spørgsmål til professoren, eller som ønskede særlige emner belyst. Disse sedler kom tilbage til professoren i et usandsynligt antal og med spørgsmål, der strakte sig over mindst 10 professorers virkefelter.

Men professor Ege tog situationen i strakt arm og formåede at samle det væsentligste til et hele. Efterhånden som aftenen skred frem, stod det klart for samtlige deltagere, hvor helt anderledes og befriende det er at have en trænet videnskabsmand på talerstolen end mange af vore egne små profeter, der trods viljen ikke altid har evnen til at give et samlet overblik over de tusindtallige problemer, som ernæringsreformatorer daglig står overfor.

Det er ikke muligt at referere således, at professorens form og særlige humor kommer til sin ret, men da det må formodes, at mange producenter, såvelsom forhandlere, af gartneriets mangehånde varer ofte står

med nogle af de samme spørgsmål på læben, men mangler svar, vil jeg forsøge at tage nogle spredte notater frem, for at en endnu større kreds kan drage nytte af professorens store viden.

Men som det sig hør og bør, skulle der først siges lidt om definitionen, et spørgsmål, som andre talere allerede havde berørt, uden at det var lykkedes at finde nogen forskel på en vegetar og en råkostler, eftersom de fleste vegetarer anvendte så mange af produkterne som muligt i mindst mulig varmepåvirket form, og hvis råkostlerne vil hævde, at de ikke er vegetarer, så må de åbenbart anvende andre fødemidler end dem fra planteriget, og iøvrigt findes der næppe rene råkostlere, måske med undtagelse af dr. Nolfi, eftersom de allerfleste anvender brød under en eller anden form, og brød er ligesom „rå" havregryn varmebehandlet, hvis noget er det.

Professor Ege kunne godt tilslutte sig den Mosegaardske definition, at katten er fuldgod vegetar, når den spiser mus, idet den virkelige betydning af vegetar (af vegetus = kraftig, sund) er, at der leves sundt, naturligt, og det er såvel sundt som naturligt for katten at spise mus. Den rent sproglige lighed mellem vegetar og vegetabiler er forsåvidt uheldig, men når blot man er enige om, hvad der menes, er sagen i orden.

Derefter slog professoren fast, at med den viden, vi i dag er i besiddelse af, er der intet som helst i vejen for, at mennesker kan leve og leve optimalt uden noget som helst tilskud fra dyreriget, eftersom samtlige de stoffer, som legemet har brug for, findes i planterne. En særstilling indtages dog af D-vitaminet, hvortil der kun findes et forstadium i legemet, men såsnart dette udsættes for lys, er sagen i absolut orden. Ergo er lys også et ernæringsproblem.

I forbindelse hermed blev det oplyst, at f. eks. B_2-vitaminet (i mælk) kan ødelægges af sollys, medens kunstlys er for svagt til at have nogen skadelig virkning på såvel frugt som grønt.

Der kendes nu ca. 20 vitaminer, hvoraf B_{12} ikke hidtil er fundet i de højere planter, hvilket ikke betyder noget for den normale organisme, der selv huser en tarmflora, som producerer langt mere, end der er brug for, men hvis det sker, at disse venligtsindede bakterier angribes af fjendtlige stammer, der frarøver dem stoffet, opstår der perniciøs anæmi, der dog nu kan helbredes ved hjælp af billige piller.

En spørger ønskede en *elementær* redegørelse for syre-baseteorien, men selv en sådan kunne kræve en helaften. Det kunne straks slås fast, at det ikke drejede sig om fødemidlernes *egen* syre eller base, idet selv stærkt sure frugter som citroner ved deres forbrænding i legemet danner baser. I frugt og grønsager findes der salte af organiske syrer. Syren forsvinder som kulsyre, hvorimod baseresterne bliver tilbage, så der ikke opstår nogen risiko for, at blodet ikke kan opretholde sin neutrale reaktion.

Stærkt æggehvideholdige stoffer, og her er det ligegyldigt, om de stammer fra dyre- eller planteriget, producerer derimod syre; men en normal nyre vil uden besvær udskille de svovl- og fosforholdige stoffer, således at ligevægten bevares. Organismen regulerer så fint, at selv store afvigelser kan tåles i lang tid.

Over for den ofte fremførte påstand, at kogt mad er mere tilbøjelig til at danne syre end naturel, kunne det siges, at varme er *fuldstændig uden indflydelse på dette forhold,* hvorimod det kan tænkes, at der ved kogning kan udludes visse basiske stoffer, som går tabt for organismen, såfremt kogevandet kastes bort, hvad ingen fornuftig vegetar kan tænke sig.

Så blev der spurgt, om syreindholdet i agurk var lige så skadeligt som det i tomaterne. Hertil svarede professoren, at hverken agurk eller tomat indeholder skadelige syrer — tværtimod er de basedannende. Når der tænkes på skadelige syrer, er det oxalsyren, der findes i rabarber og spinat, og den kan uskadeliggøres ved tilsætning af kalk, men da der som regel nydes mælk til grøden, sker der ikke andet end det, at legemet unddrages den kalk, der var i mælken — eller eventuelt i andre fødemidler. Man skal altså blot sørge for lidt rigeligt indhold af kalk i føden i al almindelighed, så sker der ikke noget, selv om oxalsyre som sådan er en ret stærk gift.

Næste spørgsmål drejede sig om, hvorvidt et stort indhold af kalk i føden kunne være medvirkende til at fremme åreforkalkning, som f. t. er alle lidt ældre menneskers store skræk.

Svaret var absolut beroligende, ja, det gik næsten ud på det modsatte; at børn skal have rigeligt kalk, er en selvfølge, og når åre- og anden forkalkning optræder, skyldes det en patologisk omdannelse i karvæggene og ikke tilstedeværelse af rigelig kalk.

Man havde under besættelsen i Norge fundet næsten alt for smukke overensstemmelser mellem åreforkalkning og fødens formodede indhold of cholesterol. Nu, da man har taget forholdene op til nøjere undersøgelse, viser det sig, at nordmændene ganske vist fik småt med æg, kød og indmad under krigsårene, og da det bl. a. er disse dyriske stoffer, der indeholder cholesterol, troede man, at dette var årsagen til den aftagende åreforkalkning, men i stedet fik man masser af tran og sildeolie, der er særlig rige på cholesterol, så den tilsyneladende overensstemmelse må antagelig skyldes, at man i krigsårene ikke levede så fedt som før. Overernæring og åreforkalkning hører sammen.

Man véd endvidere, at legemet selv producerer store mængder af cholesterol, hvorfor det ikke er sandsynligt, at dette stof kan bringes i forbindelse med forkalkningen, men det kan da være en trøst at vide, at der ikke er cholesterol i planterne og ikke ret meget i mælk.

Ganske vist indeholder planterne et lignende stof; phytosterol, men dette opsuges ikke af legemet.

Hvad skal man spise for at få tilstrækkelig æggehvide?

Her drejer det sig ikke alene om et kvantitativt, men også om et kvalitativt problem. Der anvendes ca. 20 aminosyrer til legemets opbygning; heraf er det nødvendigt, at ca. 10 tilføres, idet de andre kan dannes af disse 10. Den vegetariske diæt er ikke særlig æggehviderig, hvorfor der er en teoretisk mulighed for at komme i underskud af nogle af de fuldlødige aminosyrer, men i praksis er faren for mangel på æggehvide et af fortidens mange spøgelser, der forlængst mentes manet i jorden (Hindhede), selv om der i den allersidste tid er søgt en drejning, som professoren dog ikke troede på.

Den mest ideelle sammensætning af aminosyrer findes selvfølgelig i selve mennesket, uden at professoren derfor ville anbefale kannibalisme, men menneskers og dyrs æggehvide er ret ens. Det bør dog betones, at der ikke mangler en eneste af de vigtige aminosyrer i plantefoden, og når der blot indtages en smule mere af denne æggehvide end nødvendig i dyrisk kost, så er man absolut på den sikre side. Dette forudsætter dog tilstrækkelig appetit, hvad svage mennesker ikke altid har. Rigelige mængder af grønsager i kosten giver også tilstrækkelige æggehvidemængder. Kun når diæten bliver unaturlig i retning af margarine og sukker, er der fare, men så er man iflg. forannævnte definition altså heller ikke vegetar!

Hvidløg? stod der på adskillige sedler, så mange at professoren var nær ved at få den opfattelse, at den egentlige hemmelighed i vegetarismen var hvidløg! Han havde ingen positive oplysninger om eventuelle bakteriedræbende virkninger og aflagde den personlige bekendelse, at han ikke troede på nogen vidundervirkning.

Indvirker råkost på øjnene?

Ja, eftersom A-vitaminet modvirker øjentørsot, er alle plantedele, der har dette vitamin, heldige, såfremt stoffet da er eller kan frygtes at komme i minimum, men dette stof ødelægges *ikke* ved varmebehandling, så der er altså ikke specielle fordele ved rå føde. Jo grønnere grøn en plante er, desto bedre, eftersom A-vitaminets forstadium carotin som regel følger det grønne chlorofyl.

Er vaccination skadelig?

Der *er* set alvorlige virkninger efter vaccination, men kun sjældent i Danmark, og den har gjort uendelig megen nytte. Det er jo i virkeligheden sygdom i kontrolleret form, som man påfører organismen, så den får lejlighed til at danne modstoffer.

Kan saft af æbler og gulerødder uden skade blandes sammen?

Professoren overlod det husholdningsmæssige i sagen til fru Pille, men antog, at der i spørgsmålet lå noget i lighed med den i øvrigt forkerte påstand, at levertran og citron ikke må nydes samtidig.

River man et æble, forsvinder C-stoffet næsten på minuttet, idet der af de knuste celler frigøres et enzym, der ilter stoffet. Opvarmes æblet først, dræbes dette enzym, hvorved C-stoffet kan reddes. Rå æblesaft med rigeligt enzym bør måske ikke blandes med C-stofrige safter; men specielt gulerodssaft er ikke en C-, men en A-kilde.

Det kan altså synes at være farligere at rive et æble end at koge det. Dog græd ikke, kære læser! Så vidt det i dag vides, destrueres C-stoffet — i første omgang — ikke længere end til dehydroascorbinsyre, som ikke kan påvises ved vore metoder, og som igen kan oparbejdes af organismen. Dog bør man måske ikke være helt rolig ved denne antagelse.

Vel er dehydroascorbinsyre også skrøbeligt, men ikke i samme grad som selve C-stoffet. Rivejern, der ikke er kemisk fri for kobber eller måske andre stoffer, *kan* være årsag til en hurtigere nedbrydning af C-stoffet, end hvis der anvendes rent glas eller plastic, men det må erindres, at det kun er denne *første* nedbrydning, der er tale om, og den sker alligevel.

Hvordan forholder det sig med fuldkornsbrød og kalk?

Skal der spises korn, er de hele korn det naturligste, men vi er dovne og maler det til mel. Eventuelt sigter vi også visse bestanddele bort, men hvis vi i forvejen har nok af disse stoffer i vor føde, er det jo kun overskudet, der forsvinder.

Her i landet spiser vi meget usigtet rug, men det kan lettere gå galt i lande med stort forbrug af hvede. Det må erindres, at der i fuldkornsbrød findes fytin, som binder en del kalk, hvorfor der må tilføres mere af dette på en eller anden måde. Der tilsættes allerede nu kalk og fosfor til havregryn for at binde fytinet. Endvidere kalk og jern til sigtet mel — og fra april bliver det lov, at der også skal tilsættes vitaminer af B-gruppen. Iagttagelser i andre lande har dog vist, at det er muligt til en vis grad at „vænne" sig til fytinet.

Professoren mente ikke, at der forelå noget positivt om udvikling af giftstoffer i spirende kartofler. Derimod øges C-vitaminindholdet under spiring.

I spirende ærter dannes der et større indhold af B og C, hvorimod aminosyrerne ikke ændres.

En spørger kunne ikke forstå, hvorfor det skulle være dyrere at anvende produkterne direkte i stedet for at gå omvejen over dyrene, men professoren slog det fast som en kendsgerning, at det *var* dyrt at købe de ting, som vi virkelig satte pris på at spise: frugt og finere grønsager. Tag f. eks. mælk, der er omstændelig at producere og fordele, men alligevel kan konkurrere såvel i prismæssig som i ernæringsmæssig henseende med finere grønsager og frugt. Den dag, da gartnere og grønthandlere leverer disse ting tilstrækkelig billigt, vil deres afsætning antagelig også stige.

Da tampen nu begynder så småt at brænde, er det måske bedst at slutte mine udpluk af de mange notater, jeg gjorde, og for egen regning tilføje, at jeg tror, det er en af vejene til større afsætning, at vi alle lærer lidt mere om, hvad det egentlig er vi går og producerer, for derefter at kunne vejlede vore kunder og ved lejlighed svare på deres berettigede spørgsmål.

H. Mosegaard.

Der skal skarp lud til skurvede hoveder

Svenskerne drikker 5 gange så megen brændevin som danskerne, og det synes myndighederne åbenbart er lidt vel rigeligt, eftersom man har besluttet at forhøje prisen fra ca. 15 kr. pr. flaske til ca. 23 kr. (svenske!).

Det er med andre ord den samme form for afvænningskur, der gennemførtes herhjemme for 30—40 år siden, som nu skal praktiseres i vort naboland, hvorigennem det søges fastslået, at snaps ikke er nødvendig til hvert måltid.

Det menes dog, at prisforhøjelsen for størsteparten er dikteret mere af finansielle grunde end af sundhedsmæssige, og for at lokke svenskerne bort fra brændevinen stiller man billigt øl i udsigt.

Så promillen bliver måske den samme.

Pluk fra Gartner Tidende

Frugt og grønsager er »slankemad«

I et københavnsk dagblad fortælles, at „slankemad" har vældig sukces i USA. 35 millioner amerikanere vejer ca. 7 kg for meget, og læger, sundhedseksperter og livsforsikringsselskaber slår til lyd for en kaloriefattigere kost. Der spises diæt-konserves i USA som aldrig før i form af grønsager og frugt, friske eller henkogte — uden sukker.

Der er i år solgt henkogt „slankemad" for 700 millioner kroner, og salget stiger stadig.

Masser af danskere trænger til „slankemad". Hvor er lægerne, sundhedseksperterne og husholdningskonsulenterne, for ikke at tale om Statens Husholdningsråd, henne? Er husmødrenes vejledere blevet bjergtagne af pillemanien? Har de glemt, at frugt og grønsager giver slankhed, sundhed og velvære og dermed overskud af kraft og livslyst?

Vi har råproduktet til slankemaden, der er nok af det, og mere kan produceres.

— Det fremgår ikke klart af ovenstående, hvor meget der står for dagbladets regning, og hvor meget der kan tillægges P. Beck, der har underskrevet dette afsnit af nytårsbetragtningerne. Derimod er det de fynske gartneres førstemand, hr. Albert Larsen, der siger følgende om grønsagerne:

Når vi ser på den erhvervsmæssige produktion af grønsager, der på grundlag af arealtallene nåede sit højdepunkt i 1948 og endnu i 1950 lå ret højt, er det siden da gået jævnt tilbage for i 1953 at nå sit foreløbige lavpunkt, *idet arealet dyrket med eetårige grønsager var ca. 50 procent mindre end i 1948!*

Om bananerne udtaler hr. Ejner Larsen følgende: I december fik vi så bananer hertil i så stor mængde tillige med appelsinerne og andet mere; men det gik ikke ud over æblepriserne, slet ikke. Mon det ikke er sådan, at vi bedst konkurrerer med indførte frugter, når vi har gode, tiltalende æbler og pærer at byde forbrugerne samtidig, og de vil alle dage være billigere og lige så sunde.

— Kontorchef A. Stauning tegner sig for dette indlæg:

Gift-professoren på krigsstien igen

Professoren, der skræmte befolkningen fra at drikke æblemost, fordi der kunne være minimale mængder monobromeddikesyre i den, og som fik sundhedsstyrelsen til at gennemføre en urimelig bestemmelse, feteres af dagbladet Politiken i et stort interview ved årsskiftet. I sin usandsynlige iver for at underbygge sit eget ønske om oprettelse af et statsligt fødevarelaboratorium fremkommer professor Knud O. Møller med de sædvanlige antydninger af, at befolkningen forgiftes gennem fødevarerne. Hans eksempler — i hvert tilfælde angående grønsager og drikkevarer — er imidlertid så letbenede og fremmedartede, at man forledes til at tro, at professorens sagkundskab er knyttet til andet end det, han taler om.

Hans udtalelser om flødeis tilbagevises et par dage efter i samme blad af en sagkyndig — under henvisning i øvrigt til kontrol- og sikkerhedsforanstaltninger — som noget *vrøvl!* Politiken følger de cdiøse, i luften frit svævende udtalelser om grønsager som kilde til forgiftning op ved at bringe et billede af en gulerod og en rabarberstilk med teksten „Grønsager i søgelyset". Hvad er det for umoden journalistik — hvorfor forfølge et erhverv med halve sandheder og antydninger?

Professorens udtalelser om grønsager baseres på forhold. han har „hørt om" under en rejse i USA. Professoren fortæller en uhyggelig historie om såvel bly- som arsenikforgiftning efter spisning af grønsager — men den var altså bare fra USA. Hvad i alvorden kommer det os ved, om man i USA har haft forgiftningstilfælde (endda formentlig i en fjern fortid), når ingen herhjemme anvender blyarsenat til sprøjtning af grønsager. Professoren skaber forskrækkelse og lokker den uhildede læsers tanker hen i retning af „Sådan er det såmænd også nok herhjemme" — men det *er* det ikke; spørg bare de sagkyndige, hr. professor! De vil sikkert svare, som ismanden gjorde for flødeisens vedkommende.

Et eksempel af samme skuffe, der formentlig skulle virke som forsinket forsvar for hans tidligere udtalelser om æblemost, er også fra USA og handler om Jamaica-ginger (en drik) — en rystende skildring af forgiftninger, der gjorde 20.000 amerikanere lamme i ben og hænder. Men hvad skal dette skrækindjagende hysteri til — som om der ikke var nok i forvejen at være nervøs og ængstelig for.

Kender denne professor med sine ensidige anskuelser dog ikke sin begrænsning — skal han have lov til at øge folks ængstelse? Skal han fortsat i sin videnskabelige ophøjethed have lov at kaste mistænksomhedens skær over hæderligt arbejdende erhverv? Er han virkelig landets toxikologiske førstemand?

Hans udtalelser — rigtigt referat forudsat — afkræfter måske ikke, at han er en fremragende farmakolog, men de tyder dog ikke på større omtanke eller særligt dybtgående kendskab til den del af emnet, der angår vort erhverv. Kan den lærde professor påvise eet eneste dødsfald eller alvorligt sygdomstilfælde, der er blevet følgen af nydelsen af fornuftigt tilberedte, erhvervsmæssigt dyrkede grønsager?

Vi véd godt, at pressen undertiden giver grønsagerne skylden, når mange deltagere i større middagsselskaber bliver alvorligt syge, men den mest sandhedskærlige del af pressen bringer oftest senere hen (med petit måske) meddelelse om, at det hverken var jordbærrene („Kilden", Aalborg), blomkålen eller andre grønsager, der var skadevoldere. Skulle den fulde sandhed være skrevet, skulle der vel have stået tværtimod — thi de personer, der netop havde spist rigeligt grønsager, var mindst syge, idet de havde fået den naturlige modgift.

Havde professor Knud O. Møller kendt et eneste eksempel herhjemme på erhvervsmæssigt dyrkede grønsager som sygdomsforvoldere, havde han vel ikke holdt sig tilbage fra at nævne det — men han nævnte intet. Derfor skulle han også som videnskabens og den fulde sandheds tjener have tilbagekaldt sine antydninger eller i det mindste understreget, at

tilfælde svarende til dem, han omtalte fra USA, ikke var konstateret herhjemme.

„Det hvide brød gav hunde hysteri — gør det mennesker irritable?" står der i overskriften. Skulle professor Knud O. Møller mon ikke hellere spise noget mere rugbrød — og naturligvis også flere grønsager?

Spiritus roden til alt ondt i Grønland

står der som overskrift, og så berettes der om en ung mand, der nytårsaften fik fat i rigelig spiritus og derefter foretog sig, hvad man nu engang foretager sig af vanvittigheder — og så er det ligegyldigt, om man er „hvid" eller „farvet".

Da vor store arkæolog og kender af eskimoerne i Alaska, dr. Helge Larsen, i anledning af den påtænkte frigivelse af spiritus i Grønland meddelte, at Alaska-eskimoerne selv havde bedt sig fritaget for den svøbe, som de havde erkendt, spiritus var for dem, og foreslog grønlænderne at gøre ligeså, misforstod man ham — endda på to måder — idet man medgav, at forbud måske kunne være nødvendige, når det drejede sig om „primitive eskimostammer".

Ved et på mange måder skelsættende møde i Det grønlandske Selskab imødegik dr. Helge Larsen disse misforståelser, idet han fremhævede, at medens man i Grønland halvvejs betragter ordet eskimo som et skældsord, så er man i Alaska stolte af at være eskimoer og fremhæver denne afstamning ved enhver lejlighed, og hvad det „primitive" angår, så er man på mange måder ganske godt med i Alaska.

Dette gælder således det sproglige, hvor så godt som alle i hvert fald i de yngre aldersklasser foruden deres eget sprog behersker engelsk i modsætning til beboerne i Grønland, hvor kun et fåtal er i stand til at betjene sig af det danske sprog, og især på de mindre pladser vil der gå lange tider, før der sker væsentlige ændringer i dette forhold, på trods af at befolkningen selv har fremført ønsket om at lære dansk, idet man deroppe indser, at det er en nødvendighed.

Når udviklingen på dette område er gået så hurtigt i Alaska, mener dr. Helge Larsen, at årsagen er den, at man resolut sendte et antal lærere derop, som ikke forstod et kuk af, hvad børnene sagde, og omvendt — men efter kort tids forløb kunne børnene med den usandsynlige evne, de er i besiddelse af i den alder, forstå engelsk.

Når man fra Grønlandsdepartementets side argumenterer med, at forholdene er anderledes i Grønland, hvor de har egne „råd" af forskellig art, hvis meninger man ikke kan gå imod, så er dette vel en kendsgerning, men konsekvensen af, at Grønland nu er en del af Danmark, må være den, at nyordninger, som skønnes ønskelige, f. eks. dr. Larsens forslag om at gøre i Grønland, som man har gjort i Alaska, gennemføres. Man må bøje sig for fornuften ligesom vi hernede; i hvert fald kan et flertal her gennemtvinge reformer — måske endda ufornuftige.

Når en grønlænder på mødet fremførte en beklagelse over, at børnene på et nærmere betegnet børnehjem deroppe helst skulle tale dansk, fordi grønlandsk efter hans opfattelse skulle opfattes som mindreværdigt, så

er dette jo også en misforståelse, idet børnehjemmets ledelse ganske sikkert har stimuleret anvendelsen af dansk ud fra den ideale betragtning, at det var til børnenes bedste, og ikke for at underkende landets eget sprog, der selvfølgelig bør bevares ved siden af det danske.

I samme takt som grønlænderne forstår at vikle sig ud af det „primitive", vil de sikkert også se helt anderleds på „race" og sprog — ligesom de sikkert også vil indse, at spiritus ikke er til deres eget bedste, men noget, som de mener at burde holde på blot for at være på højde med os andre — der på så storslået måde har bevist, at vi er nået langt ud over det primitive stadium.

Bambi-hysteri

Hvor er det rørende, at en hel befolkning kan græde i kor over, at et enkelt af skovens dyr er blevet skudt, således som de jo allesammen bliver før eller senere, men her var der tale om et ganske særligt dyr, der havde kastet sin kærlighed på menneskene — ikke fordi de syntes bedre end moderen, men fordi det i den spæde alder blev unddraget hendes omsorg.

Al denne rørelse har selvfølgelig understøttet de annoncer, som i de samme dage fortalte om Bambi's venskab med sine værtsfolk samt katten i hjemmet; men man kan ikke af den grund helt se bort fra, at såvel denne som de pågældende mennesker føler et savn ved at undvære dyret.

Det synes dog at have unddraget sig samtlige de grædende menneskers opmærksomhed, at dyr i almindelighed ikke behøver at nære den frygt for mennesket, som de nu gør, såfremt de fra barnsben af får den opfattelse, at de hører til i familien og ikke blot skal tjene til at kildre perverse ganer efter en forudgående blodig eksekution.

Der er åbenbart heller ingen, som har set det inkonsekvente i, at man til julehøjtiden gør Bambi-bogen til en bestseller samtidig med, at søstre og brødre til det tilbedte dyr i „opbrækket" tilstand hænger uden for butiksvinduerne, hvor børn i alle aldre standser op og ser forundrede ud, indtil moderen haler i dem med en afstumpet forklaring om, at de hænger der blot for at de skal sælges til middagsmad.

Kan menneskene ikke bekvemme sig til at undlade disse nedværdigende mord på sagesløse skabninger, så kunne man da i det mindste forlange, at de beholdt deres skam for sig selv og undlod at udstille de skamferede dyr, som de dog alligevel sætter en ære i at skrive bøger om og hykle venskab for m. v.

Nu var det en speciel familie, der fik glæde af et enkelt dyr, men hvor mange tænker over, at de fleste af os kunne blive beriget ved at kunne omgås dyr som kammerater i stedet for som nu, hvor de nødvendigvis må betragte os — menneskene — som det, vi er: værre end deres naturlige fjender!

Som det sig hør og bør, måtte Bambi selvfølgelig falde for et krybskytteskud, for ellers havde der jo ingen dramatik været med i spillet, og der var måske gået et oplag mindre — men så længe den slags dyr rent slagtemæssigt plaffes ned, „brækkes op" og hænges på kroge på

muren til beskuelse af børn og voksne, er der ikke meget hold i føleriet. Hele komedien er tværtimod med til at understrege hulheden og hysteriet.

Måske en nøgtern læser vil indvende, at vi i vort tætbebyggede land ikke har plads til et sådant dyreliv, selv om det kunne være aldrig så morsomt at gå og kæle med dem om søndagen; men heroverfor kan det dog lige anføres, at vi til den nødvendige ernæring af vore 4½ millioner mennesker og dem, som vi p. t. eksporterer fødevarer til, ikke behøver at dyrke mere end ca. 10 pct. af det areal, som nu er under plov. Der kunne da blive ganske gode reservater for såvel dyr som mennesker.

Måske denne tilstand er forbeholdt en fjernere fremtid, men allerede nu må vi, om ikke af andre grunde så rent æstetiske, kunne kræve Bambis medsøstres blodige lig fjernet fra gaderne — og rul også gardinerne ned for slagternes makabre udstillinger!

FAO og Farao

Da sidstnævnte i sin tid ængstedes af sine natlige syner, kom Moses ham til hjælp, både ved at tyde disse syner og træffe forholdsregler til at modvirke den hungersnød, som ville indtræffe efter de første 7 fede år.

Vor tid har skiftet de to herrer ud med FAO, som for nogen tid siden holdt møde i Rom. Ikke færre end 500 personer fra 68 nationer holdt råd om, hvorledes man skulle opføre sig — dels når sulten plager i en verdensdel samtidig med, at overskudslagrene er ved at sprænge alle rammer i andre dele af verden — dels at finde udveje til, at de, som råder over maden, kan få den godt betalt, selv om de sultende ikke ejer noget at betale med.

Man drøftede følgende 3 planer — eller mangel på plan:

1) Oplagring i forskellige egne af verden af internationalt administrerede levnedsmiddel-reserver — tilstrækkelige til at imødegå en normal(!) hungersnød.

2) Oprettelse af et internationalt nødhjælpsfond, for hvis midler der i påkommende tilfælde skal købes levnedsmidler.

3) Oplagring af levnedsmiddelproducerende landes overskudsproduktion i nationalt administrerede lagre, der skal stilles til rådighed ved enhver forekommende hungersnød i verden.

Nu har der i 3 år været tærsket langhalm på problemet om sådanne „fødevarebanker", uden at der dog foreligger noget positivt om, at den „normale" hungersnød, som fortsat hersker f. eks. i Østen, er søgt afhjulpet på en blot nogenlunde effektiv måde.

Man kan næsten sige tværtimod, eftersom det indrømmes, at der i dag er mindre mad pr. individ end ved krigens afslutning.

Sagen er nemlig den, at selv om de 500 mænd dernede i Rom var i besiddelse af usandsynlige mængder af mad og tilsvarende med penge, så ville opgaven alligevel være uløselig — om ikke af andre, så af rent transportmæssige grunde.

Nej, maden skal gro på stedet, hvor menneskemillionerne lever — og det bliver vore dages Moses-opgave at søge at få disse mennesker til

selv at dyrke det fornødne. Og som vi så ofte har peget på, sker dette ikke ved at sende dem traktorer, mejetærskere og andet nymodens djævelskab på halsen, fordi de endnu ikke er modne til at tage imod disse gaver.

Det er manden med frøkorn til frembringelse af menneskemad, der trænges til.

Gaver

G. Clausen 2,00, Niels Andersen 3,00, R. Fjeldborg 3,00, Fr. Pedersen 2,00, Nis Sauer 2,00, J. P. Langelund 2,00, Hans W. Mortensen 2,00, Finn Zinklar Zinglersen 3,00, Ingeborg Andersen 8,00, H. N. Fokdal 2,00, Ane Nielsen 5,00, Magda Nielsen 3,00, Oluf Egerod 13,00, Thomas Lindstrøm 2,00, Johs. Jespersen 2,00, Sv. Aa. Gydesen 3,00, H. Fogedgaard 3,00, Helge Friholm 3,00, Anna Larsen 3,00, Alfred Petersen 3,00, Steen Zinklar Zinglersen 3,00, Helene Ærø 3,00, V. Thygesen 3,00, Jensen 2,00, H. Højbøge 3,00, Hans Brandt Hansen 3,00, O. Taus 1,00, P. I. Jøker Nissen 3,00, Tage V. Schjeldahl 2,00, Jens Jensen 2,00, Erl. S. Tobiassen 2,00, Sidney Laursen 6,00, Den sanitære Fødevarefabrik 10,00, Helga Bach Hansen 1,50, Louise Hansen 6,00, E. Pedersen 5,00, Edith Malchau 3,00, Helge Friholm 3,00, Karen Kristensen 5,00, Johanne Nielsen 3,00, Kirstine Schröder 3,00, Ellen M. Jensen 3,00, H. Friis Møller 2,00, A. B. Vagtberg Nielsen 1,00, Johs. Blaumfeldt 1,00, Mathilde Mortensen 2,00, P. I. Nissen Jøker 3,00, H. Hansen 3,00, Ejnar Sølvhøj 2,00, Kr. Bjørnholt 2,00, Ejnar Ørnsholt 2,00, prof. A. Pedersen 25,00, E. Carlsen 3,00, fru Koijmanns, Holland, 10,00, J. Brøchner Andersen 2,00, G. Tidemand 2,00, P. Østrup 3,00, A. Poulsen 3,00, I. Norgran 3,00, Frida Amorsen 15,00, J. A. Dige 5,00, Harry Wognsen 3,00, Emil Solkær 2,00, Magda Nielsen 3,00, Dixen 4,00, Trine Olsen 3,00, Terny A. Petersen 2,00, C. Nielsen 12,00, C. K. Gravesen 3,00, Jørgen Bruun 3,00, Ane Nielsen 5,00, Jens P. Langelund 2,00, Tora Bruun 3,00, H. Brandt Hansen 3,00, V. Thorslund Thygesen 3,00, L. Voigt 1,00, C. Olesen 0,50, Fjeldborg 3,00, Helmer Fogedgaard 3,00, Fernanda Hansen 3,00, Alfred Petersen 3,00, Bent Juhl 17,00, Hans W. Mortensen 2,00, Georg Clausen 2,00, Chr. Zinck 2,00, Henry Andersen, USA, 1,00, Gartnernes Andelssalgsforening 52,00.

Medens kassereren er meget glad og taknemlig for de mange gaver, som i høj grad er med til at afstive foreningens og bladets økonomi, så er han ikke nær så imponeret over den fart, hvormed nogle medlemmer følger vor opfordring til at indsende kontingent for indeværende år.

Gør det nu! Benyt den giroblanket, der var indlagt i forrige nr., eller send en check, derved skåner De os for en masse arbejde med at fremsende postopkrævninger samtidig med at De sparer differencen mellem indbetalings- og opkrævningsporto. Er giroblanketten blevet borte, så rekvirer en ny eller benyt de almindelige, der ligger på ethvert posthus. Vort gironummer er 256 56.

Vor forening er, hvad dens enkelte medlemmer gør den til!

Vort daglige brød

Der er sket det ganske interessante, at et stort blad, som ellers ikke er bekendt for ved enhver lejlighed at gå ind for udprægede sundhedssynspunkter, pludselig har kastet sig over de kemikalier, som alle vidste blev blandet i brødet, specielt det hvide brød, og samtidig formået en enkelt af de store bagerier til for fremtiden at bage brød af „kemikaliefrit" mel.

Tiltrods for at der ikke en eneste gang sivede noget ud om, hvad det pågældende bageri hed, siges det, at samtlige brødfabriker er fulgt efter for ikke at miste de kunder, som spurgte efter „sundhedsbrødet" eller „vitaminbrødet" eller hvad man nu fandt på at kalde det.

Tilfældet viser, hvilken magt der kan ligge i den propaganda, et stort blad sætter ind på et tilfældigt område — mærkeligt nok ikke på de helt store kampfelter: tobak og spiritus, men her er jo også større pengesummer på spil. Brødet bærer som bekendt ikke mange annoncer.

I et radio-interview med civiling. Randlev er det senere blevet oplyst, at det ikke så meget drejer sig om en egentlig forbedring af selve melet, der tages sigte på ved den påtænkte tilsætning af vitaminer, men dette betragtes som en bærer af de stoffer, som man mener det vil være klogt at give befolkningen, fordi de savnes i den alm. kostplan. Hvad de stærkt omtalte tilsætninger til melet angik, sagde civilingeniøren, at det var en hel del snak om få kendsgerninger tilsat en ubehagelig smag af reklame. Der var aldrig fra sundhedsmæssige synspunkter rejst indvendinger mod de kemikalier, der bragtes i anvendelse for at få bedre hæveevne. Det var blegningen af melet, som det i denne henseende drejede sig om, og her kunne husmødrene få, hvad de ønskede, eftersom kunderne altid har ret, men det var et forbavsende lille antal, der ønskede ubleget mel.

Fruen i huset

som engang imellem causerer i Politiken, er denne gang lidt i vildrede med, hvorvidt man kan stole på ernæringsvidenskabens landvindinger eller ej. Hidtil har man betragtet smør, ost, æg og mælk som næsten hellige sundhedskilder, og dog er de nu i søgelyset som mistænkte for at kunne være medvirkende til at fremkalde åreforkalkning.

„Fruen i huset" erkender, at der er opstået forvirring i det lille køkken. „Vi kvinder ser mismodigt på den mad, der kommer på bordet, og er så småt begyndt at drøfte muligheden af at blive vegetarianere. Som fanatisk vegetarianer må man kunne undgå åreforkalkningen, men måske styrter man sig ud i andre farer? Det er faktisk blevet besværligt at leve livet rigtigt — både i overført betydning og i dette ords egentlige forstand." — —

Lad det ikke blive ved de små drøftelser om at blive vegetarianere (det er lettere at skrive vegetarer), der er sikkert ingen risiko ved den sag! Samme frue i huset har også engang luftet sin mangel på logik ved at gå ihærdigt ind for nogle haletudser, medens makrellen gled ned, hvilket sønnen i huset fandt lidt ulogisk.

Nu er Susanne ude i Berlingske med en tilsvarende historie, hvori det berettes om et par børn, der er inviteret til middag hos en tante, som serverer andesteg for dem, og for at forklare, hvad det egentlig drejer sig om, nævner hun ordet Anders And med det resultat, at de begge giver sig til at tude. Det nytter absolut ikke noget, at tanten forsøger at forklare, at det aldeles ikke drejer sig om netop denne and, da børnene jo så er berettigede til at formode, at det så må være en af de kære og kendte slægtninge af denne eventyrfigur.

Hvor er dog børn fulde af logik, og hvor lidt er der dog tilbage hos de voksne!

Rent æstetisk

er det måske ikke særlig kønt, siger kredsdyrlæge Philip Hansen, at se kyllinger blive malet ihjel i roeknuseren, men der er heller ingen, der bryder sig om at se kyllingerne med afrevne hoveder. Denne sidste metode er sammen med drukning anerkendt af myndighederne til aflivning af de usandsynlige mængder af overtallige hanekyllinger, som efter den nu praktiserede konssortering er dømt til døden.

Det er diverse „dyrebeskyttelses"foreninger, som har anklaget en proprietær på Fyn for at have puttet et par hundredtusinde små pip'er i roeknuseren i stedet for at stå og trække hovedet af de stakkels små, en for en.

Proprietæren undskylder sin fremgangsmåde med ,at roeknuseren roterer med 5600 slag i minutet, og at dyrene på den måde må antages at få hjerneskallen knust, og derved følelsesløse langt hurtigere end ved den ellers praktiserede hovedaftrækning.

Og så står rettens repræsentanter altså på åstedet sammen med diverse dyrlæger, af hvilke een udtalte sig som ovenfor citeret.

Hvad dommen i dette tilfælde kommer til at gå ud på, er ret underordnet, idet *alle* parter i sagen er dømt på forhånd, ikke mindst den egentlig skyldige: forbrugeren.

Og så tillader man sig at bruge ordet: æstetisk!

Og dyre„beskytterne" taler om mer eller mindre „human" aflivning af de stakkels små, som om der kan være noget som helst humant i denne forbindelse — ligegyldigt om det er hovederne, der trækkes af nogle hundredtusinde småkræ, eller disse pulveriseres i roeknuseren.

Nej, det er i sådanne tilfælde, at den manglende logik og inkonsekvens kommer rigtig frem. Den eneste logiske form for dyrebeskyttelse må begynde med at sige nej til enhver form for „fabrikation" af levende liv blot for at destruere dette ved starten eller senere til anvendelse på såkaldte *spise*borde.

Mon ikke sådanne tilfælde kan give mindre vanesløve mennesker stof til eftertanke?

Skulle rettens repræsentanter finde på at erklære princippet med roeknuseren for *lige* så lovlig som de to andre — hvad meget let kan tænkes — så står dyre„beskytterne" med en flov smag i munden og må er-

kende, at de er galt afmarcherede, i hvert fald de af dem, som ikke er virkelige dyrebeskyttere, d. v. s. vegetarer.

Tænk Dem blot sådan en lille flok på fire hundredtusinde pippende småvæsener, hvoraf måske de to hundredtusinde skal have hovedet trukket af — eller druknes — eller eventuelt drysses ned i roeknuseren, og prøv så på at forbinde noget som helst æstetisk med hele dette foretagende, der overvåges af en måbende hob af „beskyttere" og værnere af retten og retfærdigheden.

De første er selvbestaltede og kan gå hjem efter udført dåd, da sidste får løn for deres indsats og kan gå hjem og pleje deres samvittighed, som det må formodes de har vanrøgtet en smule.

Forbrugerne, for hvis skyld det hele er sat i scene, kan i deres stupiditet fortsat glæde sig til næste gang, der er kyllinger på bordet.

Hans hellighed på krigsstien

Fra Rom er der udgået en kraftig bandstråle mod en fransk velhaver, der skal have afholdt et endog særdeles stort gilde med uhyre opbud af æde og navnlig drikke.

De summer, som blev anvendt til formålet, var så formidable, at paven fandt ud af, at et usandsynligt antal fattige mennesker kunne have levet højt i lange tider, såfremt de blot var kommet med i betragtning, men da de nu ikke stod på listerne over de indbudte, finder den høje og fredselskende prælat det rimeligt, om de ved lejlighed indbyder sig selv — altså en slags opfordring til revolution.

Men velhaveren er slet ikke så let at ramme selv med en pavelig bandstråle, idet han kan henvise til, at pavens underordnede er blevet adspurgt i forvejen, og de har fundet formålet: reklame for forøget turistbesøg og et større forbrug af den vin, som landet har i overskud, og som jo iflg. pavens egne udtalelser er af så overordentlig næringsmæssig og diætetisk betydning — for at være af så tungtvejende art, at de på forhånd har medgivet deres velsignelse.

Det skal blive interessant at se, om paven æder sin egen bandstråle i sig igen.

Dr. Erik (Antabus-) Jacobsen

har været i Sydamerika på FNs regning for bl. a. at undervise eksperter i brugen af antabus. Ved hjemkomsten udtalte han, at det var meget vanskeligt at ændre folks drikkevaner, hvilket med tydelighed fremgik af hele samtalen, der hovedsagelig drejede sig om, hvilke spirituøse drikke han selv og de øvrige specialister satte størst pris på.

Det er altså endnu ikke lykkedes for ham selv at ændre sine egne drikkevaner, ligesom det heller ikke synes at være gået op selv for specialisten, at alkohol er alkohol, ligegyldigt om den indtages i form af champagne eller hjemmelavet „cognac".

Det personlige eksempel, enten det nu er positivt eller negativt, vil jo alle dage være af en vis værdi.

I tilslutning til en artikel om de danske mandel-indkøb i Malmö bragte Politiken følgende indlæg:

Også spot og skade til vegetarerne

Vi vegetarer under de danske købmænd al den fortjeneste, de med rimelighed kunne have fået ved at sælge alle de lækkerier, som de nu må overlade til deres kolleger i Malmö, men vi er dog tilbøjelige til at mene, at de egentlige skadelidte, dem der må lide spot og skade, er vegetarerne, der gerne ville have adskillige af de omtalte ting ind under begrebet føde mere end delikatesse eller endog luksus.

Så længe landets valutabeholdning var i den allersørgeligste forfatning, fandt vi det rimeligt at afvente den dag, da der blev penge også til *vore* fornødenheder; men vi har været vidne til, at der kan ødsles millioner og atter millioner ud til rene nydelsesmidler, oven i købet af dem med udprægede giftvirkninger, uden at man har imødekommet vore ofte nok fremførte ønsker om at slippe for økonomiske straffedomme, fordi vi nu engang anser det for sundest at ernære os af de naturprodukter, vi er skabt til.

Danmark er, så vidt vides, det eneste land, der under og efter krigen har indført rationeringer, som ikke har villet tage hensyn til vegetarerne. I modsætning til vore venner i udlandet, der endog blev begunstigede, måtte vi ikke alene undvære de kalorier, som kun udleveredes på kort af en eller anden slags, men vi har også gennem vore skatter været med til at billiggøre det flæsk, som andre har mæsket sig med. At det ikke var små summer ,ses deraf, at vi alene *efter* kapitulationen har betalt over 100 kr. pr. person til dette formål.

Nu synes vi, målet må være fuldt, og vi takker Politiken for, at man gør opmærksom på dette skæve forhold.

H. Mosegaard.

Sundhedspolitiet

til hvem vi rettede et høfligt spørgsmål i sidste nr. af VT, har ikke fundet det ulejligheden værd at svare os, men det vides, at politidirektør Jersild til et hovedstadsblad har udtalt, at medens der ikke var fundet monobromeddikesyre i de prøver af æblemost, som man havde undersøgt, var der konstateret svage spor i øl.

Dr. med. Erik Begtrup har til et andet blad udtalt, at det for ham at se er ret usandsynligt, om de anvendte mængder i visse fabrikater af æblemost skulle være skadelige, og advarer mod at gøre såvel denne som lignende fabrikater dyrere til skade for forbruget.

Det er vanskeligt i den slags sager at tage afgjorte standpunkter, siger den bekendte mavespecialist, for hvor er grænsen? Vi tilsætter f. eks. benzoësyre til frugtgrød og syltetøj i stedet for store mængder af sukker, og vi sætter kalk til havregrynene. Der er vist ingen læger, der har haft besøg i anledning af æblemosten, siger Begtrup, der også har øjnene åbne for den manglende logik i, at det ikke også er forbudt at sælge drikkevarer, der indeholder giftstoffet alkohol.

Stakkels forældre

som ikke kunne forstå, hvorfor deres 1½ år gamle barn blev blå over det hele og syntes døden nær, men da den tilkaldte læge fik at vide, hvor meget rombudding man havde givet det, gik vejen til hospitalet for udpumpning.

Kære venner og medmennesker!

Nu vil jeg som nyt medlem af jeres udmærkede forening henvende mig til jer. Er der slet ingen, der har tid til at gøre noget for den smukke sag? Hvor er der mennesker med hellig ild og iver i deres hjerte? Er det meningen, at foreningen langsomt skal sygne hen? Vi må så hurtigt som muligt komme sammen og drøfte sagerne. Enighed gør stærk, glem ikke det! Tænke sig de tusinder, ja, for ikke at sige millioner stakkels dyr, der bliver slagtet hver dag! Vi, som har forståelsen, har et meget stort ansvar. Er vi da blevet så tankeløse, ligegyldige og ufølsomme, at vi slet ikke har tid tilovers for, hvad der er ret og rigtigt. Vågn op og slutter kreds! Samarbejde er den eneste rigtige vej. Hvor der er en vilje og en overbevisning, er der også en vej. Vi skal allesammen gøre vort og ikke lade hr. Mosegaard gøre alt. Hvorfor er vi i foreningen, hvis vi ikke føler, vi må gøre noget? Unge mennesker! kom frem, gør en indsats for fred og lykke her på Jorden! Det hjælper ikke med spredte gløder, de må komme sammen og danne et bål, som skal rense og bortbrænde alt falsk! Hver dag, der går, er en dag mere fuld af lidelse for mennesker og dyr. Venner! lad os for Guds skyld ikke vente længer! For at møde fred og venlighed må vi være fredelige og venlige. Vi har ansvaret hver især! Lad os hjælpe og være gode mod hverandre. *F.*

Vegetarungdommens internationale lejr i 1954

tænkes arrangeret i et vegetarisk feriehjem i de franske Pyrenæer fra den 1. til den 14. august. Ophold + kost for mindre end 200 kr. Skøn beliggenhed. Glimrende udflugtsmuligheder. Anmeldelse inden udgangen af februar. Nærmere hos næstformanden.

Selverkendelse

Strandjægerne er et folkefærd helt for sig. De har åbenbart mødt så megen uvilje i befolkningen, at de ikke nu vover at fremsætte forslag om nedskydning af de svaner, som det for ikke så særlig mange år siden lykkedes at få fredet også her i landet, men mener, det må kunne gennemføres at indfange disse fugle, der åbenbart er dem lige så mange torne i øjnene som der overhovedet findes liv, der ikke må plaffes ned, og derefter skulle de simpelthen *slagtes*.

Man erkender vel sagtens hermed, at slagterne er en slags honnette personer i forhold til jægerne, der vel inderst inde anser sig selv som de ærkesyndere, de ofte gøres til af mennesker, hvis logiske evne ikke er særligt udviklet.

Såfremt zoologer eller andre virkelig kyndige skulle komme til det resultat, at vi ikke har råd til at yde disse stolte fugle en smule vinterophold og måske udstrække gæstevenskabet til, at forholdsvis få par yngler ved vore strande, ja, så kan de akkurat lige så godt aflives ved skydning som ved indfangning og slagtning; men denne dom vover sikkert ingen ansvarlig at fælde, i hvert fald ikke foreløbig.

I gamle dage fandtes der rakkere, eller hvad nu disse „uærlige" folk kaldtes, som fik overladt det, som „ærlige" mennesker ikke kunne påtage sig. Vi må nå dertil, at såvel jægeren som slagteren anbringes i samme bås, helst samme celle, og det sker den dag, da ingen ønsker at besudle sit *spise*bord med stumper af døde dyr.

Køkkenkrogen

Af Frugthandlerforeningens tryksag om julesalat

Fra oktober til april, når det er ved at blive småt med grønsager fra haverne, kommer julesalaten og er en uvurderlig hjælp for husmoderen ved tilberedelsen af lækre og afvekslende retter.

Julesalat, chicory eller endive, som den også kaldes, er ikke alene en af de lækreste og mest nærende grønsager, ualmindelig rig på vitaminer, men er også diætføde, hvis styrkende egenskaber forunderligt stimulerer appetitten og helbredet.

Men er julesalat ikke bitter? Absolut ikke, hvis den behandles med fornøden omhu; en sådan behandling er ikke indviklet og gør, at julesalat er en gemyse, som kan tilberedes med meget lidt besvær.

Skyl julesalaten omhyggeligt, men lad den ikke ligge i vand længere end højst nødvendigt. Hvis De vil opbevare julesalat til senere brug, bør De lægge den i et fugtigt klæde. Denne forholdsregel gør, at julesalaten beholder sin friskhed, og forhindrer, at lyset og luften gør den grøn.

Brug kun træ- eller plasticskeer og ingen af metal. Brug ved kogning altid husgeråd af sten (ildfaste fade) eller aluminium, aldrig jerngryder eller emaillerede kasseroller.

Kog julesalaten uden vand, undtagen hvis der er tale om store mængder, og tilsæt da kun nogle få spiseskefulde. For at bevare julesalat hvid som elfenben skal De komme citronsaft i.

½ kg julesalat er almindeligvis tilstrækkeligt til 3—4 personer. Den kan serveres på to måder: enten rå i en salat eller kogt.

I rå tilstand bruges den især i salater, enten alene eller sammen med grøn salat, rødbeder eller hårdkogte æg, i en dressing.

Brug en rustfri stålkniv. Flæk julesalaten og snit hver halvdel i små stykker. Skyl den hurtigt og tør den i et klæde for at fjerne al fugtighed. Smag den til med krydderier, som De ville til en almindelig salat.

Ved at følge disse enkle forskrifter vil De få en gemyse med en fin smag, der ser særdeles tillokkende ud, og til overflod har et indhold af mineralsalte og vitaminer, der overstiger mange andre grønsagers, der kræver en meget længere og mere kompliceret tilberedelse.

En krydret salat: De skærer julesalaten i skiver og tilbereder følgende dressing: 1 hårdkogt æggeblomme trykkes gennem en fin si, 2 hakkede løg (event. hvidløg), lidt kørvel, salt, sort peber, 3 spiseskefulde olie (event. oliven) og 1 spiseskefuld vineddike tilføjes; det hele piskes sammen, og julesalaten blandes i.

Julesalat med rødbeder: En marinade af 1 skefuld eddike, 1 skefuld sur sennep og 3 skefulde olie, lidt salt og peber pisket godt sammen. Heri blandes lige dele fint snittet julesalat og kogte, syltede rødbeder, skåret i strimler.

En fransk salat: Julesalat og syltede rødbeder snittes og blandes i en mayonnaise smagt til med Ravigotte-sennep og event. lidt piskefløde. Farves lyserød med rødbedesaft.

Julesalat med appelsin: I en marinade bestående af saften af en citron, 1 spiseske puddersukker og 4 spiseskeer fløde blander De ca. 200 g fintsnittet julesalat og 2 skrællede appelsiner, som er skåret i småstykker. Rå hakket grønkål drysses over, og De har en sund, velsmagende og meget smuk salat.

— Skal De koge julesalat, smøres kasserollen med smør eller margarine. Arrangér julesalaten i kasserollen. Opløs 1 teskefuld salt i 2 spiseskefulde vand, tilsæt saften af en citron og hæld det over julesalaten. Læg en tallerken ovenpå for at presse den ned og lad den koge under låg i ½ time.

Denne udmærkede ret kan serveres, som den er, med rørt smør, skæres i stykker i en stuvning krydret med muskat eller Worchester-sauce eller tilberedes på anden måde. Her er et par eksempler:

Julesalat på flamsk manér: Skyl julesalaten og tør den godt af. Lad en klump smør smelte og blive gylden i kasserollen og læg de hele julesalater tæt ved siden af hinanden heri. Tilsæt salt, peber og lidt sukker og lad dem småkoge 20—30 minutter under låg, til de er møre. Saucen kan event. i sidste minut jævnes med lidt mel.

Gratineret julesalat: De skyller og koger 1 kg julesalat. Lav en stuvning af 1 spiseske smør, 1 spiseske mel, ¼ l varm mælk og jævn den med 2 spiseskeer reven schweizerost. Smag den til med salt og peber og hæld en del af stuvningen i et smurt gratinfad. Læg så julesalaten i og dæk den med resten af stuvningen. Drys det hele over med reven ost og rasp, læg smørklatter hist og her ovenpå, bag det i ovnen, til det er brunt og servér den umiddelbart.

Plads søges

Kultiveret, ansvarsbevidst, yngre ugift mand med lidt nedsat arbejdsevne, men energisk og med interesse for og lidt kendskab til gartneri, biodynamisk, bi- og hønseavl, søger plads. Gode anbefalinger haves. Moderat lønkrav. *Ole Peter Nielsen,* Asmild Kloster Landbrugsskole, Viborg.

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.

RÅSTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, Svendborg)

Modtager gæster til ferie, hvile og behandling

Anna Ullerup Haahr - Svendb. 755

"LETTERS OF A SEEKER in search for truth."

Free specimen copy from Ernest Breuer, Gateways, Normanton-on-the-Wolds, Plumtree, Nottingham, England.

Dansk råkostskole
Kongevejen 76, Helsingør

FORLANG PROSPEKT

Børnepensionen „Solhaven"

Telefon Espergærde 262

modtager børn fra 3—10 år

Man kan leve af grønsager - men ikke uden!

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

ALT TIL
råkost - vegetarkost - Waerlandkost
Kompostdyrket frugt og grønt

Central 62

Råkostdepotet

Gothersgade 129
København K.

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

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

Ægte bi-honning
Alt i vegetariske retter fra Skodsborg Sanitære Fødevarefabrik.
Firkornsbrød - grahamsbrød - honningvin - alle fine marmelader - kiks og bisquits - syltede fersken og abrikoser.
Honning-depotet
Nr. Søgade 39.
Central 8176 - Palæ 8176.

Cirkulin hvidløgperler
Et ægte råkostprodukt —
indeholder *kun* råt hvidløg med alle dettes egenskaber usvækkede i behold. Anvendes som permanent kosttilskud: 3 × 2 perler indtages daglig ved måltiderne.
Pris for en pakning med ca. 180 perler: kr. 3,00
= en måneds forbrug.
Forhandles af Råkostdepotet, apoteker, materialister o.s.v.
Nærmere oplysning hos importøren:
Dr. HANS LÜTZHÖFT
Zeuthens Allé 14, Hellerup, HE 4219.

Fyn har hele tiden
været med — — og Skodsborgs produkter får man nu som før i
TORVEGADES OSTEHUS
ODENSE :: TLF. 883

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

KEMIKALIEFRIT OG UBLEGET HVEDEMEL

er nu på lager i en fin og letbagelig kvalitet ..... pr. kg 1,00
Natur-ris - upolerede ris - urtetheer - Råko, morgenmåltid - *grønsagssaft* efter Elna Regner Andersens opskrift.

Varerne forsendes over hele landet på betryggende måde.

ERNST HANSEN
Nørregade 28 . tlf. 242 . Odense

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.

Dansk Vegetarisk Forening's
litteratur

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

„Råkostopskrifter"... 0,25
(10 stk. 2,00).

Portofrit — betaling kan sendes i frimærker.

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.

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

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

FOLKEBLADETS BOGTRYKKERI - RINGSTED