Vegetarisk Tidsskrift

I dette nummer bl. a.:

Nytårsfestens forløb

Vegetarisme og dyrevenlighed

Pudsepomade til snavsede samvittigheder

Vi er kirkegårde

Endelig et godt forslag

Vi kan forsikre Dem

Hvad med kalorius

Stævnemode i fjernsynsstudiet

Om hvaler kunne skrige

Kokkenkrogen

Udgiv«| al Dansk
V•aelarltU For.nl|ng

49. årgang
nummer 1-2
Jan.-Febr. 19 5 6

Ren vegetabilsk margarine

Til underretning for Dansk Vegetarisk Forenings medlemmer skal vi meddele, at Den Sanitære Fodevare fabrik, Baldersgade 14, Kbhvn. N., er den eneste, som har tilladelse til at fremstille margarine, vitaminiseret uden dyriske produkter. Margarinen leveres i pakker å ½ kg (portofrit ved aftagelse af mindst 5 pakker pr. gang) og kan foruden fra fabrikken også fås i forskellige forretninger (se annnocerne). Medlemskort (1956) må forevises. Fra provinsen opgives medlemskortets nr.

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

Foreningens næstformand: repræsentant N. Nielsen, Abakkevej 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 Børnehjems fond's kasserer:* Oluf Egerod, Bellahøj skole, Brønshøj, postkonto 2 82.

Vegetariske kursteder og restauranter i Danmark:

Vegetarisk Spisesalon, Borgporten 23, Århus.
Horselokke 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.
Dansk Råkost-vegetar skole og pension, Kongevejen, Helsingør.

Vegetariske spisesteder i NORGE:

OSLO:

Mensana, Unlversitetsgt. 20.
Elos, Kronprlnsensgt. 5.

TRONDHEIM:

Linnea Hotells helserestaurant.

Nytårsfesten

I lighed med, hvad skik og brug fordrer ved gilder af forskellig art, i hvert fald langt ude på landet — hvor »kogekonen« hales ind fra køkkenet for at modtage hæder og anerkendelse — måtte også køkkenchef Bjørn Hansen iført sin hvide uniform høre på, hvorledes fru E. Pille på festdeltagernes vegne roste den mad, han havde komponeret til os.

Vi har gennem årene prøvet os frem på mange forskellige måder, sagde fru Pille, og ikke altid været lige heldige, men takket være direktør Westerlunds interesse for vor forening og Bjørn Hansens beredvillighed var vi nu nået frem til det helt rigtige: usandsynlig god mad til lige så usandsynlig lille pris.

Nu havde vi blot et ønske for fremtidens fester, og det skulle gå ud på, at vi fortsat kunne løbe an på samme velvillighed.

Vi kan da altid snakke om det, mente Bjørn Hansen og smilte til en beskeden lille blomsterbuket.

Hvad gjorde det så, at der hist og her manglede lidt bestik og nogle måtte nyde spinatsuppen af sukkerskåle? Alle tog et nap med for at bringe festbordet i orden til det øjeblik, da maden ankom fra Skodsborg, og selv om der nok andre steder findes festligere lokaler, så må vi erindre, at sådanne kan være vanskelige at komme i forbindelse med. når vi selv medbringer både mad og drikke.

Det var Græsted Mostfabrik, som denne gang stillede den gyldne drik til rådighed, og den fandt al mulig anerkendelse.

I fjor gav formanden en rask lille anvisning på, hvorledes man Kunne benytte frøet fra bordpynten til fremstilling af egne juletræer, og i år blev der givet retningslinjer for host af egne laurbær. Ønskede man ikke at benytte det anvendte materiale som stiklinger, kunne bladene jo bruges som krydderi.

Maden blev — som nævnt — spist med god appetit og under munter passiar, og når talerne ikke blev mange, har vi en mistanke om, at det skyldtes det almindelige velvære, som følger med mæthed, der ikke er besværet af tomme kalorier.

Frk. Jørgensens nytårstale måtte beklageligvis udgå af programmet, og selv om der var forberedt endda flere erstatninger, gik vi direkte til konsulent ved Statens Husholdningsråd frk. Agnete Lundstedts »foredrag«, der samtidig med at bringe et fond af viden om rigtig og forkert ernæring var festlig underholdning. Ved hjælp af en moderne flanellograf så vi »kostens 6 grundpiller«, og hvorledes familiens enkelte medlemmer skulle have disse tildelt i forhold til alder og køn o.s.v.

Frk. Lundstedt har i det forobne år undervist mere end en million mennesker foruden radiolytterne og var endnu ikke træt tværtimod. Også denne specielle forsamling blev holdt i ånde, og det var kun svage mishagsytringer, der lød, når en stakkels sild eller andet dødeligt forvildede sig frem på flonelstavlen.

Her er en lille historie, som samtlige tilhørere har fået serveret over hele landet: Det drejede sig om æblerne og deres indhold af såvel kalorier som øvrige egenskaber. Såfremt disse blev sat op på linje med *de*

øvrige »beskyttende- stolfer. ville æblerne falde slemt igennem. Hvad ?kal vi gøre i denne sag? spurgte man konsulent Mosegaard, der udbad sig 10 minutter til at tænke i. og så kom recepten: Æbler skal *ikke* analyseres, de skal nydes med alle sanser!

Der blev stillet mange spørgsmål til frk. Lundstedt, og de blev besvarede med lune og interesse. Der blev ikke tale om, at formanden måtte beskytte hende mod »overfald«, således som frk. Lundstedt havde betinget sig.

Vi betragter det som en ære, at landets højeste kapaciteter på deres områder aldrig siger nej, når vi beder dem komme til os.

Til trods for fødselsdagsfest i hjemmet kom vore trofaste venner, søstrene Danina, og forlystede os med nordiske viser og sange.

Det var ikke noget fremragende instrument, der var stillet til rådighed, men det kommer nu i nogen grad an på, hvem der sidder ved det, og det humør, hvormed der gås til sagen, og vi fik såvel humor som alvor, og skønne billeder blev tryllet frem for vort indre øje.

Vi burde have været mange flere til at tage imod, men vi siger endnu en gang tak, fordi søstrene Danina fortsat vil komme og glæde os.

Nu havde kontorchef Stauning tryllet Cox orange æbler frem i store skåle, og næstformanden tog ordet — ikke for at holde nogen egentlig nytårstale, men for at delagtiggøre os i sine tanker vedrorende den forholdsvis ringe tilslutning til vegetariske foreninger verden over.

Så længe der kun er tale om mere eller mindre sund ernæring, vil mange være med, men melder vi os med etiske krav og hævder dyrenes ret til livet, så bliver det noget ganske andet.

Her var man altid klar over, hvilket standpunkt »Mosegaards Tidende« indtog, og det kunne måske nok virke skræmmende på en eller anden.

Hr. Nielsen havde fået flere indbydelser til at deltage i kongressen i Bombay, men der er jo et stykke vej derud. Det er derude, hvor vegetarismen har været en selvfølge — i hvert fald i visse slægter — gennem mere end 3000 år!

Som noget mere nærliggende er der kongressen i Tyskland i 1957. Anbefalede at deltage, for selv om mange af de mennesker, man mødte på disse kongresser, havde meget særprægede standpunkter, var det bedre at møde sådanne end mennesker uden standpunkter.

Mosegaard oplyste, at han aftenen i forvejen havde siddet og brygget på en overskrift: Pudsepomade til snavsede samvittigheder. Vi vil aldrig anerkende, at man kan dysse denne indre stemme ned ved at anvende elkraft eller andre metoder. Der *er* ikke noget, der hedder -human« slagtning. Det er selve begrebet slagtning, vi vil have manet i jorden, selv om også frk. Lundstedt måske kunne opfatte det som et forsøg på »overfald*.

Efter dette indslag fremsagde fru Anne-Marie Nielsen på klangfuldt norsk digte af sit hjemlands store mestre. Forsamlingen takkede, og det gjorde hendes lille friske datter også. Og så siger man, at ungdommen svigter sin forening!

Skal vi ønske, at det nye år må bringe friske impulser, og at nye friske kræfter vil melde sig til arbejdet!

Vegetarisme og dyrevenlighed

I »Vegetarisk Tidsskrift« for november-december 1955 var dyreværnsforeningernes virksomhed kommenteret ikke mindre end to gange, forst 1 referatet af »Dansk Vegetarisk Forening« årsmøde, hvor ordet dyrebeskytlelsesforeninger af en eller anden sælsom grund var sat i citationstegn og desuden ved offentliggørelsen af den resolution, som vedtoges pi fornævnte møde. I begge tilfælde kritiseredes dyrevennernes mangel på logik i særlig tilknytning til det krav, der af dyrevenlige kredse er fremsat om bedøvelse af slagtedyr forinden disses aflivning.

Nu skal det gerne medgives, at de danske dyrebeskyttelsesforenmgers stilling til civiliserede, d.v.s. vegetariske spisevaner er præget af absolut indifference, og ønsker man at stille sagen på spidsen, kan mentaliteten hos visse minde i betænkelig grad cm den, der kommer til orde , en ille ungdomsbog fra forrige århundrede med den meget sigende titel: »Vore firbenede Venner, hvoriedes man fanger, dræber og tilbereder dem«, men problemet har jo også andre aspekter. Enhver, der ønsker et blot nogenlunde tåleligt forhold til de hårde, men uimodsigelige kendsgerninger vil vide, at vegetarismens store idé er uigennemførhg de første mange år. og hvorfor lade dyr lide unødigt i dette tidsrum? Thi ingen vil vel benægte, at det er en fordel for dyrene - og menneskene - at den samlede sum af lidelser formindskes for slagteofrenes vedkommende Sådanne foranstaltninger bør dog ikke blive en moralsk hovedpude at sove videre på. men må tværtimod betyde et skridt fremad mod det endelige mål: en menneskelig tilværelse, der ikke er befængt med blodstank. Men i mellemtiden tjener det intet formål at stille sig pa et \irkelighedsfjernt og demagogisk standpunkt, der lader hånt om resultater, som for nærværende er opnåelige. Den logiske konsekvens af dyrevenlig indstilling er vegetarisme. men dette er jo for øjeblikket et rent teoretisk standpunkt, der ikke gavner dyrene det ringeste.

Sluttelig vil jeg gerne erindre om de mange andre humanitæie opgaver, dyrebeskyttelsen varetager, såsom dyrehospitaler og -ambulancer, fodring af herreløse katte, påtale af dyrplageri m m — opgaver, der dog heller ikke er ganske uden betydning. *Svend Jeppesen.*

Har han ret til at beklage sig?

En slagteriarbejder, der var i færd med at drive en orne til slagtebænken. fik ikke bragt sig selv i sikkerhed, inden dyret fik revet låret op på ham med sine hugtænder. Han måtte på sygehuset, mens ornen blev skudt, »inden den havde lavet flere ulykker«.

Burde ornen ikke have haft en slags chance over for manden, der dog havde en lang kniv til sin rådighed?

Tilfældet kan passende tjene som illustration til og led i den diskussion, som for tiden føres inden for visse ømfindtlige kredse om grisene*, lidelser fra opkædningen i bagbenet til selve dødsstødet. Det er de psykiske lidelser, forårsaget af blodstanken, som går forud, der er af større betydning, og som bringer de intelligente dyr til at gå til angreb oc kæmpe for livet.

Pudsepomade til snavsede samvittigheder

Som vi flere gange har skrevet her i VT, er man uberettiget til at siga, at Kaj Munk far jæger al naturen — det var noget, han ble®, fordi han kom i slet selskab, bl. a. med præsten i Dejbjerg.

Men når digterpræsten rigtig foldede sig ud med sine jagthistorier i aviserne, indbragte de ham harmdirrende protester fra velmenende »dyrevenner«, som fandt det ganske forkasteligt således at dræbe de uskyldige dyr — og så tilmed en præst!

Hvorvidt præsten reagerede ens i alle tilfælde, vides ikke, men det fortælles, at han engang sendte en protesterende dame en nyskudt agerhøne, der blev spist — med mange taksigelser!

Kun et eksempel på den form for logik, som præger visse »dyrevenner« i den aktuelle diskussion om visse aflivningsmetoder.

Og så længe organiserede dyreværnere tillader sig at bruge ordet *human,* der betyder menneskelig, om selve dette at dræbe for at æde — uanset om drabet sker med eller uden elkraft — så tillader vi os fortsat at sætte små citationstegn, hvor vi synes, de hører hjemme, selv om hr. Jeppesen i sit i øvrigt fortræffelige indlæg ikke synes om det.

Da lektor Hans Hvass havde beordret familiens afholdenhed fra ikke-elbehandlede grise, og andre fulgte hans eksempel, og vi havde fået udtalelsen fra årsmødet optaget i en række blade, syntes vi, at tiden var inde til at få problemet belyst også fra vor side, hvorfor vi opfordrede såvel lektor Hans Hvass som Statsradiofonien til et møde for åben mikrofon, men vi fik afslag begge steder.

Nå, det var jo også op under jul, da blodstrømmen er på sit højeste og danskernes »madglæde« svinger sig op i de allerhøjeste baner.

Men selv om vi altså vil hævde, at bekymringerne for slagtedyrenes sidste minutter — eller sekunder — kun er et opfatte som en slags pudsecreme for anløbne samvittigheder, så må selve den kendsgerning, at disse samvittigheder alligevel rører på sig, kunne opfattes som bevis på, at mennesket ikke er og aldrig bliver hverken kødæder eller altæder, eftersom den tanke, at nogen skabning inden for disse grupper nogensinde skulle nære selv de ringeste skrupler ved at dræbe for at æde, jo er absurd.

Hvem har set en kat ynke en mus?

Nej, det er selve begrebet slagtedyr, vi må angribe, og ikke foregøgle folk, at de kan nøjes med at betale aflad i form af rige gaver til dem, der råber højt om »inhumane« slagtemetoder.

I telefonbogen findes en afdeling med sådanne organisationer, der optræder en bloc, hvilket kan få et komisk skær, når det f. eks. kan konstateres, at specielt kattevæmere protesterer mod slagtemetoderne.

Ingen, der har læst VT gennem årene, kan være i tvivl om vort standpunkt og vor stilling til misrøgt og mishandling af dyr, og vi anerkender [illegible] organisationers indsats på adskillige områder, men vi mener os berettigede til at angribe ondet ved dets rod i stedet for at sjakre med pudsepomade.

Vi vil endda gå så vidt, at vi vil påstå, at selv om der ved anvendelse af moderne teknik kan nås så langt, at dyr kan aflives så godt som uden smerter eller angstfølelse, så sker der alligevel ubodelig skade, thi mennesket overtræder ikke ustraffet det gamle bud: Du skal ikke dræbe!

Det er menneskets værdighed, det gælder.

Det er *vor* pligt og *vor* ret at gøre opmærksom på det egentlige i sagen, når først begreberne er blevet så forvirrede, som de er. Ja, mennesker kan endog i »god tro« slå om sig med så forkvaklet et begreb som en »god hyrde« og stille et sådant begreb op som et forbillede til efterfølgelse, som om nogen hyrde har andre interesser end at vogte dyrene for sin egen mund, dér hvor ulven måske var mere berettiget.

I tilslutning til foranstående tillader vi os at citere fra dyrlæge C. Brecklings kronik i Politiken:

Her i stien ligger det færdige produkt. De sover trygt uden at ane, at morgendagen vil gøre dem til bacon. Den sorte tjæreplet mellem skulderbladene er dødsmærket. Jens har »vejet« dem med en snor med en knude på til 67,5 kg slagtet vægt! At han kan. Han har dog hverk?n gået på højskole eller på akademi. Nu kan vognmanden klare resten, et klask bag i skinken med tatoveringsstemplet, og grisen er blevet et nummer, og så en, to, tre op i vognen til de andre og videre — næste — af sted til bacongrisens usle død.

Det er ingen sag med grisene! Dem når man aldrig at blive dus med — det hele er så bekvemt og upersonligt. Bacon! Det ord kalder ikke på følelser. Så er hunden, hesten og vi andre anderledes besværlige. »Hestens Værn«, »Hundejournalen«, »Red Barnet« o.s.v., det er der slagkraft i, og det lader sig høre — meget bedre end hundrede tusinder eksportsvins hjerteskærende hyl, mens de hængende i et bagben langsomt forblødende lider en unødig pinefuld død. Grisene mangler allierede, derfor er de i skudlinjen! Dem under man ikke en elektrisk stol!

Til akkompagnement af deres skrig demonstrerer vi vor høje etik: Vi harcellerer over behandlingen af Spaniens arenatyr og grønlændernes halvvilde slædehunde — ja, Gud bedre det — men hvad om alle vi såkaldte dyrevenner — vi er jo mange, over fire millioner i dette »latterlige lille land« — lærte af svinene ikke vedblivende at lade os holde for nar og rettede projektorerne mod »de nære ting«, vor egen svinesti!

Og professor Hj. Helweg fortsætter også i kronikken: De fleste spiser gerne flæskesteg, men vil betakke sig for at besøge et svineslagteri . funktion.

Sorteper går videre

»Politiken« har modtaget følgende indlæg:

Hvor er vi mange dyreværnere i dette land! Over fire millioner, mem dyrlæge Brekling. og en kvindelig repræsentant for »Hundejournalen, henstiller energisk til samtlige bondemænd ikke at levere grise t.l slagterier, der ekspederer uden el-kraft.

Allerede tidligere har Hans Hvass udstedt familieforbud mod nydelsen

af flæsk uden el-bedøvelse, og selv »Kattens Værn« har sluttet sig til protesterne imod inhumane slagtemetoder.

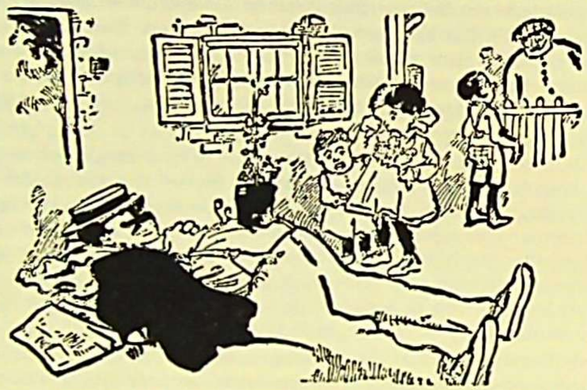
Alle er optaget af at lade sorteper gå videre, idet alle øjensynlig udnytter det aktuelle slagteproblem som en slags pudsepomade til at nette lidt på anløbne samvittigheder.

Alle elsker flæskesteg, skriver Helweg, men kun få bryder sig om at besøge et arbejdende svineslagteri.

Skal vi ikke være logiske og indrømme, at grisene — saa vel som mange andre medskabninger — ikke har ret mange virkelige allierede end dem, der hører hjemme i Dansk vegetarisk Forening.

H. *Mosegaard,*
p. t. formand.

Det var ikke Shaw



Det, som *drengen søger at forklare den noget desorienterede nabo, går* ud pd, *at papa lige har spist deres yndlingskanin, og nu er de ved at pynte dens grav.*

Og vi som troede, at det var Shaw, som havde lanceret den ofte ilde hørte påstand om, at vi er kirkegårde for døde dyr, må tro om igen.

Iflg. en lille tryksag fra New York, hvorfra ovenstående billede stammer, er det ingen ringere end Leonardo da Vinci, som fremsatte denne bemærkning, da han sammen med en ven passerede en slagterforretning.

Og han fortsatte: Vi er i sandhed skabningens herre, vor brutalitet overstiger rovdyrenes.

Men han har også skrevet dette: Jeg har fra min ungdom afstået fra brug af kød. og den tid vil komme, da mennesker således som jeg vil betragte en dyremorder, som vi nu betragter en menneskemorder.

Endelig et godt forslag

Lige så overflødigt som forslaget om at oprette et institut for alkoholforskning er, lige så påkrævet og betydningsfuldt er den betænkning, som et hurtigt arbejdende udvalg nu har fremsat med otte punkter: Et ernæringsråd. En informations- og litteraturtjeneste til brug for offentlige myndigheder og erhverv. Et toxikologisk laboratorium; i hver politikreds bliver et laboratorium, som kan udføre ikke blot bakteriologiske kødundersøgelser, men også andre levnedsmiddelundersøgelser; Der oprettes landsdels-laboratorier, som kan autoriseres til at foretage mere komplicerede levnedsmiddelundersøgelser. Mens politikredsenes laboratorier skal opbygges på allerede eksisterende kommunale laboratorier, er det tanken, at der kun skal være tre eller fire landsdelslaboratorier. Herudover er det så meningen at skabe et centralt, videnskabeligt, højt kvalificeret laboratorium, som skal stå sundhedsstyreUen bi i all*? levnedsmiddelproblemer og heraf flydende undersøgelser, tillige fungere som øverste levnedsmiddelundersøgelsesinstans samt fortsætte statens praktiske sundhedsmæssige undersøgelser. Dette laboratorium foreslås gennemført ved samarbejde med det eksisterende vitaminlaboratorium og under afvikling af det samarbejde, som staten hidtil har haft med Steins laboratorium på levnedsmiddelundersøgelsernes område.

Endelig foreslås det, at samarbejde mellem stat og erhverv på levnedsmiddelkontrollens område skal udbygges, så man tager såvel videnskabelige som erhvervsmæssige og forbi ugsmæssige hensyn.

Ernæringsrådet sammensættes af 15 medlemmer fra universiteter, læreanstalter og ministerier samt en jurist med særligt kendskab til levnedsmiddellovgivning.

Det toxikologiske laboratorium skal være veludstyret i teknisk henseende og med højt kvalificeret personale. Her skal bl. a. undersøges, hvilken indflydelse de stoffer, der anvendes som plantebeskyttelsesmidler o. l., har på dyr og mennesker.

At der på dette o. 1. felter er nok at gøre, turde være velkendt Det er dog en overraskelse for mange, at giftstoffer, som indtages af denne generation, først giver sig udslag i næste, enten ved nedsat levedygtighed eller nedsat forplantningsevne.

Nu håber vi, at forslagene snart bliver bragt til udførelse, og at de vil virke efter deres hensigt.

Vi kan forsikre Dem

Som man råber i skoven, får man svar.

VT har tidligere bragt meddelelser om. at vegetarer i visse andre land.kunne opnå fordele ved forsikring af forskellig art. Sidst rejste vi det spørgsmål: Hvilket selskab vil her i landet vise den samme villighed"

Nu er svaret indløbet, idet A-forsikrlng. gensidigt forsikringsselskab for afholdne, Gothersgade 109, København K.. Minerva 2580. tilbyder vore medlemmer 10 pet. på samtlige de forsikringer, som selskabet tegner.

Da kun afholdne kan tegne forsikringer i selskabet, hævder dette, at præmierne kan sættes lavere end i tilsvarende selskaber, som må arbejde med større risiko.

De behøver ikke at have mange forsikringer løbende, før 10 pet. overstiger det beløb, De med glæde betaler til DVF i form af kontingent eller frivillige bidrag til vort arbejde.

Husk ved alle forespørgsler til A-forsikring at meddele, at De er medlem af DVF. De kan også adressere Deres forespørgsler til os, så lader vi dem gå videre.

Undlad ikke at nævne denne tordel, som vi her har opnået, når De agiterer for ny tilgang til DVF.

Varig fred for Morten langore?

For nogle [illegible] siden forekom der tilfælde af hjernebetændelse forårsaget af [illegible] mennesket under tilberedningen [illegible] omstændighed, at mennesker i det hele taget [illegible] tændelse, måtte anses for et lyspunkt.

Nu er det [illegible] med Morten langore idet det har vist sig, at han [illegible] Brucella suis, og det er den bakterie, der fremkalder abort hos grisesøer.

Vi endda [illegible] glade for at det kun er den danske form der [illegible] tilsvarende amerikanske form hos mennesker. Fagfolk på området vil [illegible] bakterier kan ske nokassere for [illegible] for der tilrådes forsigtighed og hellere [illegible] sig noget unormalt, ligesom det tilrådes at vaske hænder.

[illegible] på forsvarlig måde og endelig ikke [illegible] grise, ja selv affaldet [illegible] forsigtighed.

Moralen turde være denne: Lad Morten i fred!

I meget gamle dage antog man, at det kun mege [illegible] følger for vordende mødre, såfremt de »forså« [illegible] »forse. sig På det lille dyr, c g [illegible]

Der arbejdes

[illegible] »fremkaldende faktor i forbindelse med [illegible] punktet her er nogle hundrede [illegible] ren o.s.v., men det [illegible] grader højere end P* samme sted [illegible] kunne sige sig selv. at [illegible] anstrengelser, idet enhver må næppe heller uden om selve [illegible] n, for hvis skyld det hele sættes i den anden temperatur [illegible] dampes ved den ene eller

Her er der kun ét slaenrrf [illegible] atter må citeres med kraft

Bort med tobakken!

Hvad med kalorius?

Spørgsmålet udgør titlen på en lille tryksag, som *uddeles til de* kunder, der besøger butikker, hvis indehavere er medlemmer af »Frugthandlerforeningen af 1889«, og af disse er der iflg. tryksagen alene i Storkøbenhavn over 1000. hvortil velsagtens kommer et anseligt antal, som ikke er medlemmer af netop denne forening.

Alene denne omstændighed kan give anledning til spekulationer over. hvor stor en omsætning der kan blive tale om til hver enkelt butik af de forholdsvis små portioner af frugt og grønt, som det drejer sig om. idel vi erindrer, at forbruget af sidstnævnte kategori er dalet med ca. 50 pet. i de senere år.

Tryksagen begynder med og gentager til slut en opfordring til at søge råd og vejledning hos frugthandleren: »Er han medlem af Frugthandlerforeningen af 1889. så taler De med en virkelig fagmand, der kan fortælle Dem, hvad videnskaben siger om rigtig ernæring og behovet for de enkelte næringsstoffer [illegible]. Som det ses. er det ikke just beskedenhed, der præger denne organisation, der påstår, at den til stadighed holder sine medlemmer å jour med alle faglige oplysninger.

Påstanden modsiges i ikke ringe grad af de brudstykkeagtige oplysninger, som findes i tryksagen, og der, hvor den burde have bilagt sine påstande med et bevis, går den direkte udenom det centrale i spørgsmålet.

Det pågældende afsnit lyder således: »Når De så nu sammenligner indholdet af kalorier, vitaminer og andre livsvigtige grundstoffer i frugt og grøntsager med andre levnedsmidlers næringsværdi, så vil De opdage, at frugtbranchen i realiteten yder mest for pengene. De vil se. at det altid både økonomisk og sundhedsmæssigt er klogt at øge forbruget af frugt og grønsager«.

Ganske bortset fra, at der ikke foreligger noget materiale til sammenligning. således som man måtte formode iflg. teksten, så tvivler vi på rigtigheden af påstanden om det økonomiske, idet selv velvilligt indstillede eksperter på området må erkende, at det er dyre kalorier, man køber i frugt og grønt, hvis man da vil have andet end kartofler og de allergroveste grønsager.

Derimod skriver vi gerne under på, at det *sundhedsmæssigt* er klogt at øge forbruget af frugt og grønsager — måske endda til trods for de høje priser.

Når vi nu tillader os at fremføre kritik, så er det for at fremkomme med et, som vi selv synes, fortræffeligt forslag: Giv jeres kunder anledning til at følge med i. hvad Vegetarisk Tidsskrift har at byde sine læsere på det ernæringsmæssige område.

Lad os forhandle om en for alle parter fordelagtig fremgangsmåde.

Iflg. Gartner-Tidende

søger en 29-årig gartner anden beskæftigelse, idet han må forlade sin nuværende ansættelse ved en frugtplantage på grund af bladan-forgiftning.

Stævnemøde i fjernsynet

Det er vel altid med en vis spænding, man går til stævnemøde — især når man ikke véd, hvem man skal træffe.

Spændingen udløstes ved, at hr. Alkærsig præsenterede forfatteren Tørk Haxthausen, der gerne ville diskutere vegetarisme med havebrugskonsulent Mosegaard.

Det sivede efterhånden ud, at forfatteren havde følt sig brødebetynget fordi han i et blad anonymt havde skrevet en vrøvleside om vegetarismen, og at bladet ikke havde tilladt en imødegåelse. (Jævnfør artiklen: Baghold, i sidste nr. af VT).

Nu ville forfatteren vide, om vi vegetarer ikke følte os brødebetyngede ved at spise »levende« kål og gulerødder, idet inderen Bose dog mente. ved hjælp af sindrige fremgangsmåder, at kunne konstatere disse væksters reaktion.

Svaret herpå var benægtende. Tværtimod nød vi den velsmagende le\ ende fode- uden at bekymre os om eventuelle dødsskrig. Meget af det, som vi under vore breddegrader måtte betjene os af. måtte dog betegnes scm surrogater. Vor læresætning var den hule hånds princip: At tatte om frugten og nyde den direkte fra træet. Vore flade negle var ikke indrettede til at rode vækster op af jorden med. I øvrigt havde ordet vegetarisme ingen forbindelse med vegetabilier eller at vegetere, men derimod med det primære i vegetus: sund, munter.

Der blev dog ikke tildelt os så megen tid, at der rigtig kom gang i foretagendet, som efter hr. Alkærsigs udtalelse gik ud på at omvende forfatteren til vegetarismen, hvilket også blev besværliggjort ved meddelsen om, at der ventede ham noget meget »saftigt« oppe i kantinen.

Det sidste var dog ikke rigtigt, idet forfatteren skulle direkte hjem i den seng, han lige havde forladt og kun formåede at holde sig klar af ved hjælp af kraftige indsprøjtninger.

Yt ^a?e, *0rin den havde Professor Rich. Ege og konsulent fru Begtrup gjort det klart for kikkelytterne, at vegetarismen blev den eneste udvei ti at undgå den mangel på føde. der er sikker, såfremt befolkningstallet øges som hidtil.

H\or utroligt det end lyder, skal samme fjernsyn i en udsendelse for born have bragt idylliske billeder Jra en svinesti, hvor de små grise slog krøUer på halen mens de diede deres mor. Dog sluttede man ikke her. men te

hlev JSm op ?ta?en, 4ll de kom Pa vægten og derefter på en brutal måde Til ge m ? V ØBn ?' der skulle tøre d<TM Pi slagteriet.

manden Tt? u SCener ' drama els videre torlob så man vognmanden og den ikke helt radmagre, men selvglade gårdmand drikke en

I Amerika

har man in fang gelse ved hiætn af^ vildgæs ' ne* og underkastet dem en undersø- istrå e; de^ltunne tælles op^U 23'blyn^Ji ^ S,g, ^ e H fugl. yhagl eller andre sorter af metal i en enkelt

Meddelelse fra kassereren

Kontingentet for 1956 bedes venligst indbetalt på medfølgende giroblanket eller på den måde. De måtte finde belejligst. Da fremstilling og forsendelse af bladet andrager mere end kontingentet, er vi afhængige af, hvor store gavebeløb der indgår udover kontingentet.

Medlemmer, som allerede har indsendt kontingentet for 1956. bedes ikke tage forargelse over blanketten, som nødvendigvis må indlægges i alle bladene. Kassereren.

Om hvaler kunne skrige

Hvad ville der egentlig være sket. hvis en hval kunne skrige? spurgte lægen mr. Lillie kaptajnen på den fangstbåd. som efter timers kamp med harpuner og sprænglegemer endelig havde fået en mægtig hval langs skibssiden.

Kaptajnen svarede hurtigt: Det var der ingen, som havde kunnet holde til!

Så lurvede er mennesker altså, at de benytter sig af den omstændighed, at deres ofre ikke kan skrige. Og alt dette blot for. at vi kan sætte billig margarine på bordet.

Dr. Lillie beskriver derefter nogle træk på denne hvaljagt. som ikke er uinteressante i al deres grusomhed. Det viser sig nemlig, at de hvaler, det lykkes at dræbe ret omgående, holder sig friske i flere døgn, uden at kødet får bismag, hvilket betyder mægtige summer i penge, mens kødet af dyr. som er jaget og plaget med adskillige harpuner og granater, der ved deres sprængning i dyrenes indvolde bringer bakterierne herfra rundt med blodstrømmen, går i forrådnelse efter få timers forløb, hvorved der forårsages et tab — i penge selvfølgelig — på flere hundrede millioner kroner årligt.

Men også mængden (og kvaliteten) af den olie, som kan udvindes af sejgpinede og halvrådne dyr. er mindre — og husk, at det er denne olie, som i almindelighed udgør en betydelig part af den almindelige margarine.

Vi vegetarer må være taknemlige for. at man har åbnet os adgang til margarine, som er tilvirket af planteolie og derfor ikke har krævet den sum af lidelser, som selv mennesket — det grusomste af alle rovdyr ikke kunne udholde at være vidne til. såfremt hvaler kunne skrige.

Vegetarsostre på 100 og 103 år

Måske det er første gang. at to søstre overhovedet når en så høj alder Desto mere bemærkelsesværdigt er det. at de begge har været vegetarer i ca. 70 år.

De går fortsat lange veje til kirke og deler menighedsblade omkring Den 100-årige har i 66 år spillet piano i søndagsskolen og fort-sætter dermed.

Den vegetariske forening i Manchester, som selv går i sit 108 ar. h. - haft lejlighed til at gratulere sine aldrende medlemmer

Radioaktiv stråling og kræft

Dr. H. V. Brandsted peger i sin bog på de farer, som truer ikke alene det enkelte individ fra disse mere eller mindre ukendte stråler, men også slægtens liv, idet arvegenerne er særlig udsatte.

. kan S Mede, S mege* let tænkes, at en almindelig gennemlysning af kvinder med røntgenstråler kan få katastrofale folger for det foster, som de — måske uden selv at vide det — bærer på.

ur kivT™fo I h'] baEe S3tte Unge piger ,U at male selvlysende tal på onstod der / J J tænke oV6r del »5 idsede« Palerne i munden, opstod der dødelige sygdomme længe efter.»

I mine h / d
store tal^for'k⁰/ .ft" fmdes ^adioaktivt uran, er der bemærkelsesværdigt store al for kræft, spec.elt lungekræft, blandt arbejderne.

Profes e ard, der har
A m e r i t a T é r ^ l e T S l " d e r e t diSSe og Anende sporgsmål i forandnnser af »i " T * bek >™"t for udviklingen, specielt for de beskæftigede ved emæssig natur, som kan opstå hos de personer, der er
briter M Jtf mværker – ="">drc steder, hvor der arbejdes med
m — e r s l ' ^ e r t i : ha^; *ItTJT* ^ U d t a "
er ria n»,s ude når sat de børn i verden, som de onsker. Der toger ægtePar har beskæ«igelse i .risikable« afdemente. Som de første atombomber afstedkom, kan
Med de erfaringer in det ganske roli si
m « e d e n ? e n g ^ "S™ *. Uter ikk* vil efterlade
esk r orm, 31 enS eksistens kan fortsætte. Alligevel fortsætter man med at gere bomberne endnu kraftigere!

Ny lov i Amerika

Den såkaldte MiUer-lov, der træder i kraft i dette forår skal sikre
fo r^U6 f^neT ik liefrl frUgler, g" ^= >andb™gsprø^Wer.
I r skyUelsesstoff«^T f f T " * ^ hvor meget af '"skellige be-
tzszsszzz på atgroder e,ier l m _ k « • «
ur eder øster
mæ^STdefikteTke^dOT ^ *nS,,eU«e gartnere og land-
Ker der er *noget, nar blot de folger de anvisnintedt ve
tklig startes ^er en k Cn h™** af de f^skeUige kemikalier. Samdet er af hensyn til f^Paßner, ^ lagGr Slgle på at <*** ^ om, al til produkterne oeo^ olkes undheden, der arbejdes, og at købernes tillid Samme grad Som ^temmelserne overholde,.

Baggrund for d e s e
HammarlunT i Gartne'r-T^de^ beSlemmolser l USA skriver Lars kalleforbrug på alle arter af afw T naturligvis det meg cl store keml" get tilbage på dette område*, uf / landet er vl (heldigvis!) nosamme rolle hos os Sundh h 3 dl skaded yre ne knapt spiller den ønsker om lign ende har do* °«»* ^er i landet tiske muligheder for don ir l i men savner l "Jebllkket de prakstemmelserne on ro Som ska* sJkre overholdelsen af be-

Kost og kræft

Vel er det rigtigt, når en videnskabsmand kan hævde i radioen, at der har hersket såvel fanatisme som en hel række andre -ismer i forbindelse med kost og kræft, men der kan også spørges, hvorvidt samme videnskab har været helt fri for fanatisme, når den ofte nok har fremhævet, at der ingen forbindelse var?

Nu medgiver man dog, at visse svulster kan skyldes mangel på B12 vitaminet, ligesom der oftere end før nævnes noget om svigtende balance i såvel hormoner som fermenter, der atter *kan* skyldes manglende stoffer i ernæringen.

I det hele taget synes man ikke længere at være så bombesikker på. at den moderne industrialiserede føde er helt så uskyldig i den svøbe, som følger med industriens udvikling.

Lad tekniken bygge maskiner og hvad den nu finder på. men hold fingrene fra den levende organisme og dens naturbestemte føde. Brug hellere kræfterne i forsøg på at bringe menneskets ernæring så nær det naturlige som muligt.

Kun et par promille til bekæmpelse af promillen

I betragtning af, at svenskerne normalt ofrer 1400 millioner kroner om året på indkøb af alkoholholdige drikke, er de 2 millioner, der ofres på propaganda imod drikkeriet ikke noget imponerende beløb, og selv om der for disse penge kan købes en masse iøjnefaldende plakater m. v., synes anstrengelserne ikke at have fort til det ønskede resultat, idet anholdelserne for fylderi steg endog meget stærkt efter motbokens endeligt.

Herhjemme bruger vi »kun* ca. 1 milliard om året, men det bliver dog mere pr. hoved, hvilket nok skyldes en højere beskatning.

Dette beløb, selvom det er aldrig så stort, svarer dog ikke til, hvad der samtidig skal afses til kong nikotin her i vort røgfyldte land.

Såfremt der skal være mening i tingene, og det bør der være, må beløbet til bekæmpelse af begge onder forhøjes væsentlig i begge lande, men der kunne dog gøres en begyndelse med et par millioner om året for at være på højde med broderfolket, hvad alkohol angår, og et par andre millioner til bekæmpelse af tobak.

Det er kun ca. 100 år siden, det var forbudt at ryge tobak f. eks. i Fr.berg have. Den tid kan komme igen.

I Sverrig

er man oprørt over den nonchalance, der fra myndigheders og forhandleres side er udvist m. h. t. de østers, der bragte så mange prominente svenskere en ubehagelig gulsot på halsen.

Blandt patienterne er den berømte hjernekirurg Olivecrona, hvis mange patienter nu må afvente hans helbredelse.

Der er en aktion i gang med det formål at lade staten betale for folderne af den skæbnesvangre »nydelse«.

I Magasin Eva

har fjernseerne haft lejlighed til at hilse på forstanderinde for Eliaskirkens børnehave, Ingeborg Christensen, der fortalte om, hvor glade børnene var for friske frugter og grønsager i stedet for slik. Også hvedekorn med masser af mælk glider ned i så store mængder, at spørgsmålet om søde sager slet ikke bliver aktuelt.

I stedet for den obligate bolchedåse til fødselsdage ankommer fødselaren med en pose frugt, saa børnenes spisevaner ikke kan undgå at smitte af på hjemmenes dito. Skal der endelig slikkes, henlægges denne idræt til søndagen. Det er jo i forvejen skik i mange hjem, at denne offer- og helligdag fejres på særlig måde, f. eks. ved at sætte rigeligt med døde dyr på bordet.

Tandlægen Inger Tage Larsen, der har inspiceret de 35 børns tænder, erklærer, at disses sundhedstilstand er over gennemsnittet.

Et udmærket eksempel til efterfølgelse.

Der var vist også engang, man opfattede skolefrokosten som andet og mere end en forsyning med nødvendige kalorier m. v. Gode spisevaner har betydning ikke alene for børnene, men *også* for forældrene. Det synes desværre, som denne gode hensigt er ved at fortabe sig, idet børnene nu beder sig fritaget for at spise på skolen, eftersom de der\ed udsætter sig for at blive hånet af de kammerater, hvis forældre mener, de nok skal klare den sag selv. Selv en så prisværdig stillingtagen kan altså være med til at skabe uheldige skillelinjer imellem børnene.

Det s. . . . .ol

I en af Palle Brandts interessante reportager fra Grønland blev der givet løfterige tal om rigeligheden af forholdsvis gode kul på begge sider af Waygattet. men arbejdstempoet 1 brudet lider uhyre under den indflydelse, som frigivelsen af spiritus har medført, og så vil den blåøjede pastor Andersen endda mene. at kravet om afholdenhed bør komme fra grønlænderne selv.

Nej, det bør komme fra os. Først og fremmest må vi stille kravet til os selv og derigennem medvirke til at gøre det mindre fint at drikke

Bambi-familie fredet ved særlig sogne-lov

Et helt eventyr opleves i disse dage i byen Darum ved Esbjerg. Et tamt dådyr ved navn Bambi, der blev fundet som hjælpeløst kid af vognmane Vind, blev flasket op af dennes børn og har siden færdedes f ri i huset og naturen, nedkom for 11 dage siden med to kid. der nu sammen med moderen tumler sig i hønsegården. Faderen til kiddene befind Cr " T ! Vejen bypark _ hvor Bambi har været anbragt nogle uger. Hele sogn K* § til kiddene, og at befolkningen har c fattet _ rTlthpn h T med levende interesse ses af. at man i Darum sogn simIerskim, 1 JaeU o Ven om o S fred * t dådyr hele året for at ikke en jæger skulle komme til at skyde Bambi.

For kun een kr. spiritus om dagen

Det var meget ufint af den mand, der lod skinne igennem, at jetpiloterne ikke var absolut modstandere af alkohol, og for at bevise, at der ikke var noget i vejen hverken med soberhed eller ansvarsfølelse, foretog man en undersøgelse af kantinens omsætning, hvoraf det fremgik, at der kun blev »nydt« for I kr. spiritus om dagen — i snit altså.

Men tal kan være farlige.

Skal vi være pæne og formode, at kun hveranden af piloterne har interesse for spiritus? Så bliver det straks for 2 kr. til de resterende, og da det samtidigt oplystes, at der ikke måtte indtages alkohol 24 timer før de pågældende skal i luften, og vi forudsætter, at de flyver hveranden dag, så er »rationen« oppe på det, som kan fås for 4 kr. foruden det, som indtages ved hyppige raids til andre kantiner eller forlystelsesetablissementer, hvoraf der synes at være dukket adskillige op, efter at heden har fået andre bevingede skabninger end Blichers og Aakjærs fjedrede venner.

Find hellere på andre metoder til at »bevise«, at vore piloter er absolut ædrue, når de er i luften.

En uheldig spritbilist kan da fortsat »analyseres«, men af de ca. 80 flyvere, der til dato er omkommet med samt deres ikke helt billige maskiner, er der vel næppe så meget tilbage, at deres minde kan renses for enhver mistanke.

Om sorte negle og lunger

— Næh — sagde han — hvis en lille unge har sorte negle, saa taber hun øjeblikkelig al charme for mig, ligegyldigt hvor bedårende hun end er. Og så så han overordentlig hygiejnisk ud. Men det generede ham åbenbart ikke at ryge tyve cigaretter om dagen og følgelig have lunger så sorte som tjære.

Små børns sorte negle (med mindre de er alt for fjorgamle) hører til kategorien *ærligt* snavs, som min gamle lærerinde sagde, og hvortil hun regnede mekanikeres olierede betræk og gartneres jordede ditto. Derimod kan tjæresorte lunger ikke komme ind under samme begreb.

Lidt møglogi

Værdien af al den staldgodning, som produceres her i landet, er lflg. forstander Karsten Iversen 500 millioner kroner eller 9 kr. pr. ton. Hvormange af disse millioner, der virkelig bliver udnyttet af afgrøderne, afhænger i høj grad af, hvorledes gødningen opbevares og udbringes. Ved opbevaring fra april til decbr. mister gødningen således halvdelen af sine værdistoffer i hvert fald i de regnrigeste dele af landet.

"For dem. der ikke pløjer staldgødningen ned straks efter udkørslen. må det være en trøst, at kvælstoffet før eller senere atter vender tilbage med regnvandet til jorden Det går op i en højere udligningsfond — og kan senere købes tilbage 1 form af salpeter fra Norge.-

Rygning på hospitaler

VT har tidligere beskæftiget sig med det forkastelige i, at tobaksrygning tolereres på hospitalerne, selvom der finder visse begrænsninger sted. Nu har også tidsskriftet Ryg mindre bragt spørgsmålet frem.

Det beretter således, at en patient med lungebetændelse blev anbragt på en 20 sengsstue, hvor der var rygetilladelse 2 gange 1 time — samt rygning i smug om natten.

På St. Hans er det rent galt, idet selv patienter med svimmelhedsanfald ligger og ryger i sengen — endda i brandfarlige træbarakker.

Bladet har talt med hospitalsborgmester Julius Hansen, der erklærer, at tobak.-rygning for mange er blevet en last. Det ses tydeligt om morgenen i sporvogne, hvor unge kvinder er de mest ivrige.

Borgmesteren kan ikke forstå, at nogle læger kan tillade rygning på deres afdelinger, idet han går ud fra, at når folk er så syge, at de må ligge på hospital (til ca. 65 kr. pr. døgn), bør man ikke ryge. Han lovede at tage sagen op til overvejelse, eftersom det cirkulære, der er udsendt. er 5 år gL — og ikke bliver overholdt, idet flere læger giver tilladelser, som strider mod ordlyden.

Såvel på gamle som nye hospitaler indrettes der nu specielle rygestuer. Det gælder jo om at følge med tiden.

P. s. Lige nu meddeles det. at en ældre herre er brændt ihjel i sin seng på Bispebjerg hospital.

Som de gamle sjunge —

To »unge mænd« - eller uopdragne knægte - har ment. at skydevåben burde bruges, når man nu havde fået fat i dem. Resultatet blev såret og lemlæstet vildt og tamdyr i flæng, og da en mand gik til politiet med en anmeldelse, var det kun naturligt, at han fik sine cykeldæk og slanger ?karet i stykker — man har vel knive, for at de skal bruges.

Da de håbefulde poder kun er 17 år, kan de kun idømmes bøder, som de selvfølgelig hverken vil eller kan betale.

Det er ikke just respekt for livet, der indpodes i nutidens ungdom.

Opgave

Hvem finder en anden og mere »vegetarisk« betegnelse for — kød — forbindelse — kød — blødkød O.S.V.?

Hvorledes i den Slags for os i hvert fald uæstetiske, led sættes i forbindelse med huller og kærnehuse? På et æble?

At er lig kødfarvet dat. *carneus)* lader sig erstatte med blegnæbet. vet om pigtrådsnet med noget saftigt og helst ikke for dyrt? — som trænger til oksekødfarvet laksefarvet o.s.v. Det er altså arvegods, som end vi vegetarer? erstattet, og hvem er nærmere til at starte en reform

Eventuelle forslag bedes sendt til bladets redaktion.

Der er forskel på 2- og 4-benede svin

Grise reagerer mindre kraftigt end mennesker, når de indtager større mængder alkohol, fremgår det af en beretning fra forsøgslaboratoriet. Kemiske analyser af den anvendte roeensilage viste et stort indhold af alkohol, men ved blodprøver på Retsmedicinsk Institut var det ikke muligt at påvise alkohol i blodet. Den store mængde alkohol i ensilagen fremkom ved sukkerroernes gæring. Det øger foderværdien, og promillerne synes ikke at have haft nogen skadelig virkning på grisenes trivsel.

Endvidere har man fundet ud af, at det gamle ord »man skal ikke give sin so flæsk«, stadig er rigtigt. I 13 forsøg med i alt 414 grise har man anvendt teknisk svinefedt til fodring. Det påvirkede flæskets kvalitet i uheldig retning.

Af andre epokegørende fund i svineforskningen kan nævnes, at dødeligheden hos ganske unge diegivende svin blev nedsat kendeligt, naar de kom under bestråling af infrarøde, varmegivende stråler. Sådanne lamper trækker pattegrisene bort fra søerne, som derved hindres i at ligge deres afkom ihjel.

Man har altsaa en *svineforskning,* der tager sig af mange *ting, også* ernæringsmæssige, med næsten et halvt tusinde indvider.

Hvad har vi tobenede?

Manglen på mandler

Det er i Amerika, man har pengene, og med dem kan de derovre skaffe sig i hvert fald det meste af. hvad de ønsker sig.

Nu er mandelhosten slået fejl i Amerika, og derfor køber de selvfølgelig alt op. hvad der er høstet i de mandelproducerende lande i Europa.

Vi må derfor indstille os på. at der ikke bliver ret meget tilovers til os, og at priserne, der var høje nok i forvejen, bliver fordoblede.

Selv ikke en Sverigesrejse kan redde os i denne situation.

I Ebeltoft

måtte selve epidemisygehuset give op og lukke, idet en stor del af patienterne og personalet blev angrebet af musetyfus.

Også på anstalten Andersvænge ved Slagelse er det rent galt. ikke alene med de kære Salmonella-bakterier, men også med paratyfus. Dernede hævder man, at anstalten ikke råder over tilstrækkelige vandmængder til at kunne holde den nødvendige hygiejne-standard.

Lutter Luther-ord

Ved et mode i Svendborg citerede valgmenighedspræst Oscar Geismar følgende hidtil ikke meget kendte udtalelse af Morten Luther:

Der er noget af rovdyret i os: ulven æder får — vi også. ræven æder gåsen — vi også. gedden æder fisk — vi også, svinet æder skidt og møg, og vi æder bagefter svinet — og skidt og møg bliver det altsammen i osf

V. T. 15. jan. 1926.

Bridge i KB-hallen

Bridge kræver for mange tobak, og der er sørget for små rullende tobakssalg, for særlige turnerings-askebægre, som man efter endt brug kan tage med hjem som souvenir, samt for en stab af studenter fra Egmont-kolle[illegible] d€n oPgaVe at Sprøjte an ti-tobaksrøg-vædske ud i lokal[illegible] if mm 6 ^ kongelighed for alle og i særdeleshed for ikke-rygende spillere. *(Berlingske Tidende).*

Køkkenkrogen

Mandekål,

d r e n ; ^om næ ten alle kan tåle liltrods for at der ikke bortkastes en dråbe af de værdifulde kogevand.

d i l r ? . h t ^ l er ganSke Simpelt den, at kålen - velrenset og af- en iernfr U ^o kog€s, men ste ges, hvilket lettest praktiseres i en jerngryde e. l. og med rigeligt fedtstof i bunden.

Den øvrig[illegible] smaesK\ntfor tilbe^dnin S kan tilpasses individuelt. Der er rigeligt med [illegible] r oS Sa e *donne stegte kål, og der advares mod yderligere [illegible] f 14

Sammen Tf Derimod Uan lWt fløde være plads-

OoTkTfl , anSke kart0fler er man dekål en herreret.

vej til udlandet*" Værøt l radioen gentagne gange og har også fundet

E entlig burde denne rcl være selvskreven ved vore nytårsfester, men den se"npr sig bedst for de hjemli ge gryder.

K l [illegible] delrtoVgrankåtefok "U Skal beta,eS me„em 1 og 2 kr0nCT ,or "£ M"

H. M•

Gulerodssalater.

Den enkleste form er:

evet gulerod t

Citron-marinade!^31 ^ ,Bl,ende mariMder:

appelsin-marinade,

eddike-marinade,

eddike-olie-marinade.

Som variationer foreslås-

1. revet r

2 MK, 0Se S 51 (t eks 1 "»-holdet 1:2),

3 tallet m Sl UkeUer U forhoW et 2 : 1) + lidt peberrod.

4 »M BrønkU » '»'holdet 3 : 1),

«• æbler og rosiner,

5. hakket champignon (i forholdet 3:1) og lidt persille.

Btomkdlssaloter.

I en tid, hv[illegible] en råkostsalat^ blomk^len er ^ forslår et lille blomkålshoved langt i GwftakAreYw'« ti *itallensk* blomkål.

og hakkede radish tn porrGnnse forholdet 5:1) pyntet med persil e Groftskåret ellfr ^ ræddike> 1 citron og evt. lidt mayonnaise.

og sukker; nvnt«*«; roJCt blomkål blandet med flodeskum. tilsat citron syrnes med tomat.

Sellerisalat.

Rå revet selleri i marinade af olie + citron.

Selleri og æble (i forholdet 2 :1) i en af de følgende marinader:

citron-marinade,

appelsin-marinade.

eddike-marinade

eller flødeskum.

Julesalat.

1. Julesalat og grapefrugt (i forholdet 2:1) (evt æbler), sukker, *ingen* marinade.
2. Julesalat og rødbeder (i forholdet 2:1) i *olie-eddike-marinade.*

Fru Mosegaards snitte

har kostet os et ikke ringe beløb, idet en smart husholdningsdame satte »opskriften« i en avis, hvorfra den vandrede rundt til næsten alle danske aviser, og vi abonnerer på udklip.

På et stykke fuldkornsfranskbrod med smør anbringes et hjerteblad fra en grønkålsstok, lidt kærneløse rosiner og honning.

Dame

til pasning af hjem med to børn (4 og 6 år). Kost og logi og 250 kr Et barn ingen hindring. Billet mrk. Herlev« modtager VT's kontor.

Husholderske - London

Medlem af London Vegetarian Society mr. Adolf Morath. 14 Cornwall Gardens, South Kensington. London S.W.7, søger en perfekt husholderske. ikke over 30 åbr. Husstanden består foruden af mr. Morath. der er teknisk fotograf, af 3 tyske assistenter, kvindelige. Der tales såvel engelsk som tysk. Hjælp ved rengøring. Ansøgning bedes vedlagt fotograf.

Enepigrc

søges til selvstændig plads i vegetar- og råkosthjem. straks eller senere. Familien består af 3 voksne. Ingen fyring eller storvask — Fru inc L. *Larsen,* Slotsvej 19, København Charlottenlund.

En stuepigre ogr en kokkepige.

søges til april eller maj. Anbefaling ønskes — *Anna Ullerup Haahr,* Raastrup Kursted. Svendborg.

Afholdwliotcllct - Vosrerfari.sk Kokken

Værelser, enk. 6 kr.. dobb. 12 kr Ingen drikkepenge Telefon 2 77 25 Nørre Allé 30. Århus.

„Dansk Råkost-vegetar skole og pension

Kongevejen. Helsingør *FORLASG*

PROSPEKT

•VEGETARISK KØKKEN«

ODENSE — Kongensgade 39²

Byens sundeste mad

OVE *JACOBSEN*

Foreningen til Værn for Værgeløse Dyr

opretholder i samarbejde med politimyndighederne et dyre-internat for hjemløse dyr. Modtager og undersøger dyr-Plagerianmeldelser. ^kontingent 5 kr., medlemsbladet »Dyrets Værn« tilsendes medlemmerne gratis.

I n^rjeoldlser, modtages af internatet Peter Bangsvej 32, Go. 4329

Man kan *leve af* grønsager - men *ikke uden!*

1 . .. . .IIIIIII.. .. . .Hl)

Skodsborg produkter!

De kan altid være sikker på de bedste varer, når De væ'ger 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 minuter kan man fremstille en sundhedsmæssig, delikat brun sauce. Skriv efter vareliste! Spørg efter vore varer hos Deres handlende!

Den Sanitære Fødevarefabrik

Baldersgade 14, Kbhvn. N., TAga 289

minim ii minium iiiiiiiiiiiiiingiiiniinii nm milium¹¹¹'

<£ᵒᵗ ^etes 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 ef besøg - ingen købetvang - eller ring til os.

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

u K O N S U M "
' CHR. PEDERSEN
Telf. Luna 2502 r'
• Rolighedsvej 9 . København . Telf. Luna 2502

Søgrer Ile Jivllc

og afspænding under rolige forhold, da er KOSMOS FERIEHJEM på Billingen i Sydsverige det rette sted for Deres ferie. Biologisk vegetarkost. Rytmisk gymnastik. Foredrag over Martinus' åndsvidenskab. Pensionspris 10—13 svenske kroner. Adresse: Varnhem.

Maanedens fagbøger

H. Paludan:
Tidens Stueplanter.
Pris kr. 5,35.

Aim. dansk Gartnerforenings Bogforlag,
Anker Heegaardsgade 2.
København V.

PROVINSENS

største specialforretning for *RAKOST, VEGETARKOST, REFORMKOST, URTETHE* m.m. klarer Deres indkøbsproblem ved vore daglige forsendelser over hele landet.

Franco bestillingskort og gratis opskrifter og brochurer tilsendes gerne på forlangende.

Ernst llanscii
otabl. 1877

Nørregade 28 . ODENSE . Tlf. 242

RÅSTRUP KURSTED
(ved Christiansminde, Svendborg)

modtager gæster til ferie, hvile og behandling

Anna Ullerup Haahr - Svendbg. 755

Svensk Llni
holder maven i orden

RegeJnia-f'lg *af foring* opnaas nu uden *brug af afføringsmidler veo hjælp af det nye svenskr* præparat LinJ som er et *af horfro og* laktofie *præpareret næringsmiddel der* rpcniiorpr paa *naturlig maade*



Llnl har en vidundertig virkning paa maver. der *riller. og er *let at tage•* 1 spiseskefuld af pulveret et *glas varmt vand nm* morgenen *Kan »gsaa stros paa tyk-* Ir *mælk* *I!er tilsættes b erod salater, *desserter etc.* - Svensk Lim faa hos materiallster *og 1* specialforretninger eller bestille? direkte (tferno *frimærker)* hos *generalatrentur for* nanmark *F F Gonget & Co.*, EvanstoneveJ 12. Kohenhavn-HeUeruo tlf Ryvang *9112*
Pris dr *kartnn* kr 3 *H5*


UVOl
Hvidløgs-bær
giver sundhed og velbefindende. Indeholder dec fri ske hvidlogs bese ånddele. Uden smag og lugt. ^ 2 5
180 sck.— nok af en mineds forbrug
Kurpakning med 540 sck. kr. é,00
FÅS hoS kebmmd og materialister

Fis også I Råkostdepotet

Align video display edge here.

SKODSBORG BADESANATORIUM

Fysisk-diætetisk kuranstalt med medicinsk klinik.

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

Fori, prospekt. *Tlf. Skodsb. 200*

Dansk Vegetarisk Forening's

litteratur

C. V. Pink: „Hvad moder *og* barn bor 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.

Lær esperanto,

tlL and et ®prog 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.

Skodsborg Restauranten

er stedet, hvor Deres sundhed opbygges gennem

vegetarisk mad

råkost — diæter

Frokost - middag - å la carte

Aben mandag—torsdag incl. kl. 11—19

Lukket lordag.

Telefon PAlæ 8855

St. Kongensgade 36—38, tnez~

Det *ny*

»Sol og Sundhed«

Det kendt danske nudistblad er nu betydeligt" forbedret — og De bør sikre De (frimærk?r)Ct Prøvenumm^ - Kr. 1,50

SOL OG SUNDHED,

Dynkarken 2 . Århus

ALT TIL

råkost - vegetarkost - Waerlandko st*

Kompostdyrket frugt og 9Tor it

Central 62

Råkostdepotet

Gothersgade 129

Kobenhavn K-

Vegetarer på Fyn!

DC går Skori^rig for Sæves efter Skodsborgs produkter i

TORVEGADES OSTEHUS

ODENSE :: Tlf. 883

Køb og foren

for **1** tep'St Porcl."™' mærkater. De 1 pakk" * 3o stk.

^ 2,50 kr. Frirna>ru Jn£ens emblem („Vegetarnålen") l<an igen kob«

er kan modtages som betaling.

FOLKEBLADETS BOGTRYKKERI - RINGKJØ