

DIÄTETIK IM TIROLER KOCHBUCH, ANNO 1714

Simone Kempinger

DAS WERK

Das „Tiroler Kochbuch“ ist eine Handschrift aus dem Jahr 1714. Sowohl Erstbesitzer als auch Verfasser sind bisher unbekannt. Der Arbeitstitel des Werks wird damit begründet, dass der aktuelle Besitzer aus Tirol stammt und der Inhalt viele geographische Hinweise auf den Raum Tirol, Südtirol und Bayern enthält. Beispielsweise werden explizit „Pozner Kütten oder Türoller Wein“ erwähnt. Die soziale Einordnung in den niederen Adel erfolgte aufgrund der verwendeten Zutaten. Darauf weist der häufige Gebrauch der für diese Zeit sehr kostspieligen Zutaten wie exotischen Gewürzen und Früchten, große Mengen importiertem Zucker, sowie eine erstaunliche Vielfalt an vielen verschiedenen Fleisch- und Fischarten hin.

CHARAKTERISTIK DER HANDSCHRIFT

- 📖 155 Blätter, recto und verso beschrieben
- 📖 rund 800 Rezepte
- 📖 aus mindestens zwei Vorlagen
- 📖 Seiten in etwa A4 Format
- 📖 kleine, aber regelmäßige deutsche Kurrentschrift (siehe Schriftbeispiel)
- 📖 keine durchgängige Nummerierung der Rezepte
- 📖 alle Rezepte mit Titel
- 📖 Rezepte blockweise nach Themen gegliedert

FRAGESTELLUNGEN

- 📖 Wer waren Auftraggeber und Verfasser?
- 📖 Zu welchem Zweck wurde es abgeschrieben?
- 📖 Woher kamen die Rezepte? Wissenstransfer
- 📖 Wie häufig wurden die Rezepte wirklich gekocht?

DIÄTETIK IM TIROLER KOCHBUCH

Ausgesprochene diätetische Hinweise und ärztliche Ratschläge sind im Buch nur spärlich zu finden. Es sind jedoch sehr viele Rezepte verzeichnet, welche auf Grund ihrer Zutaten durchaus einen diätetischen Hintergrund aufweisen.

MEDIZINISCHE ANSÄTZE

Im Beispielrezept „Ein Guetten Weinpörl safft Zumachen“ wird empfohlen den Saft Kranken zur Linderung von Fieber sowie zur Stärkung des Herzens und des Magens zu verabreichen. Weiters soll er eine positive und stärkende Wirkung auf Schwangere haben. Als Hauptzutaten werden frühreife Weintrauben und Zitronen verwendet. In der Humoralpathologie werden Weintrauben die Qualitäten heiß und feucht zugesprochen. Ihre Eigenschaften eignen sich daher gut um Fieber entgegen zu wirken. Weiters werden Weintrauben reinigende und entgiftende Eigenschaften zuerkannt. Aufgrund des hohen Glucosegehalts sind sie auch hervorragende Energiespender, dies trägt dazu bei, einen durch starkes Schwitzen ausgelaugten Körper wieder zu reaktivieren. Trauben werden nicht nur gegen Fieber, sondern auch zur Abhilfe gegen Pocken, Masern empfohlen.



Ein Guetten Weinpörl safft Zumachen.

*Mar. soll die 20 weinpörl r.emben, wan sye gleich auß dan Kain.b khömen, / Und aubeben ein wenig waich zuwerden, die soll man Um abbrocken / Und den Safft herauß pressen, aer. soll man yber nacht stehen lasßen, / daß er sich sezt, darnach fein gemach abseichen, vnd durch ein wollener. / Sakh giesßen, wan man des Saffts ein Maß hat, so soll man nemen / ein Mittermäsßigen Citron, Von aer selben, soll man die grobe rindt / an ein Ribeißen herab reiben, auch gar bis auf daß Saur, hernach / ein wenig yber prennen. daß här.dtig daruon Kombt, hernach sambt den / Saurn in den weinpörl safft. Von den Citroni woli herauß Kombt, hernach / starckh durch ein Turch Truckhen, zu einen halben maß safft ein .tl Zuckher / nemen, vnd dikhlich siedten lasßen, **ist in allen Kranckheiten ein guette / labung. absonderlich den schwangeren Frauen, vnd in den durstig hizigen fieber, auch ein störckhung des Magens, vnd herzens.***