

# Die Veränderungen der Bewohner von Donaukimling (Schwäbische Türkei) gegenüber der Urheimat an der Mosel und auf dem Hunsrück unter Bearbeitung der hygienischen und Ernährungsverhältnisse<sup>1)</sup>

Von ELEONORE GSELL (München-Obermenzing)

A. Unter den Faktoren, die die Entwicklung eines Volkes beeinflussen, steht neben der klimatischen und epidemischen Ausmerze und der Zu- und Abwanderung die Ernährung im Rahmen der allgemeinen wirtschaftlichen und hygienischen Verhältnisse an beachtlicher Stelle. Man kann sich vorstellen, daß ein Volksteil, der abgespalten und in ganz andere Ernährungsverhältnisse gestellt wird, in einem Zeitraum von 150 Jahren entwicklungsmäßig irgendwie anders beeinflußt wird als der zurückgebliebene Stamm.

Die Veränderungen festzustellen, die eine aus dem Mosel-Hunsrückgebiet vor 150 Jahren nach Donaukimling in Südungarn ausgewanderte Volksgruppe, deren genaue Herkunftsorte durch die Besiedlungsurkunde und blutsmäßige Bindungen durch die genauen Aufzeichnungen der Kirchenbücher bekannt sind, möglicherweise infolge obengenannter Umweltseinflüsse durchgemacht hat, war Zweck einer Gruppenarbeit in beiden Gebieten, bei der ich die hygienischen und Ernährungsverhältnisse als Veränderungsfaktoren bearbeitete.

Außer meinen Beobachtungen über die wirtschaftlichen und hygienischen Verhältnisse nahm ich mir nun vor, in unserem geplanten Frühjahrseinsatz in Donaukimling eine ziemlich große Anzahl von Familien zu untersuchen, um so eine statistisch verwertbare Zusammenstellung der verbrauchten Lebensmittel zu bekommen, die sich mit einer ebensolchen aus dem Herkunftsgebiet, das wir im Sommer zu bearbeiten uns vornahmen, vergleichen ließe.

Auch glaubte ich, das nach Geheimrat Prof. Dr. KISSKALT nötige Wiegen und Messen der Schulkinder zur Feststellung der ausreichenden Ernährung durchführen zu müssen. Durch diese beiden Methoden wollte ich einen Überblick über Qualität und Quantität der Ernährung bekommen.

Meine Vorarbeit im WS 1937/38 bestand vor allem in der Teilnahme an der Arbeitsgemeinschaft des Hygienischen Instituts München „Dorfuntersuchungen in der Bayerischen Ostmark“ unter Leitung von Herrn Dr. SCHMIDT-LANGE.

Den von Herrn Dr. BÄUMLER für die „Dorfuntersuchungen“ ausgebreiteten Fragebogen über die mengenmäßige Feststellung der verbrauchten

---

<sup>1)</sup> Für tatkräftigen Rat um das Zustandekommen der Arbeit sind wir Herrn Prof. Dr. LUXEMBURGER vom Kaiser-Wilhelms-Institut München zu aufrichtigem Dank verpflichtet.

Nahrungsmittel habe ich als Grundlage meines für ungarische Verhältnisse zugeschnittenen Schemas genommen. Vor allem habe ich mich von der einzig möglichen Durchführbarkeit der Feststellung des Jahresverbrauches überzeugen lassen.

In den 4 Wochen meines Aufenthaltes habe ich nun die wirtschaftlichen Verhältnisse durch Grundbesitz und Nebenerwerb, die hygienischen Verhältnisse im Dorf- und Hofbau, in der Trinkwasserversorgung, den häuslichen Lebensbedingungen (Wohn-, Schlaf-, Krankheits-, Koch- und Vorratshygiene) und die Ernährungsverhältnisse zu erkennen versucht. In 200 Familien stellte ich den Jahresverbrauch an Nahrungsmitteln fest. Zur Berechnung des Index der Körperfülle wog und maß ich sämtliche Schulkinder ( $n = 179$ ). Durch meinen mehrmaligen längeren Aufenthalt bei der deutschen Volksgruppe in Ungarn hatte ich schon vorher einen guten Überblick über die Verhältnisse im allgemeinen gewonnen.

Als Vergleichsdorf wollte ich innerhalb des Auswanderungsgebietes eines aus der Weinbaugegend wählen, um möglichst ähnliche Gegebenheiten vorzufinden. Das gelang einigermaßen in dem Moselort Kues, dessen bäuerlicher Teil Altkues für mich maßgeblich war. Um der verhältnismäßigen Abgeschlossenheit Donaukiulings von aller Zivilisation einigermaßen gerecht zu werden, zog ich noch in das ganz bäuerliche Dorf Monzelfeld auf dem Hunsrück, über dessen Ernährungsweise ich in 20 Familienbesuchen schon einen Überblick gewann.

### **I. Die wirtschaftlichen Verhältnisse in beiden Gebieten.**

1 a) In Donaukiuling teile ich die untersuchten Familien, die einen natürlich gemischten Ausschnitt der Gesamtbewohner darstellen, in vier Wirtschaftsgruppen

- I. Bauern mit mehr als 20 Joch (11.600 m<sup>2</sup>) Grund und Handwerksmeister.
- II. Bauern mit 5—20 Joch (2900—11.600 m<sup>2</sup>) Grund.
- III. Bauern (Kleinbauern) mit 1—5 Joch (1000—2900 m<sup>2</sup>) Grund.
- IV. Handwerksgehilfen und Tagelöhner ohne Grund.

b) In Kues-Monzelfeld

- I. Bauern mit über 4000 m<sup>2</sup> Grund.
- II. Bauern mit 3000—4000 m<sup>2</sup> Grund.
- III. Bauern mit 1000—3000 m<sup>2</sup> Grund.
- IV. Bauern unter 1000 m<sup>2</sup> Grund  
und die ganz armen Besenbinder.

In beiden Fällen umfassen die beiden ersten Gruppen den bäuerlichen Teil, die beiden letzten die Kleinbauern-Handwerker und reinen Handwerker.

Was die Wohnungshygiene betrifft, sind die beiden ersten Gruppen dem Hoftyp I und II, die beiden zweiten dem Hoftyp II und III zuzurechnen (vgl. später!).

Die Anzahl der  $m^2$  ist in beiden Fällen keineswegs als gleichwertig zu betrachten. In Donaukimling herrscht die Dreifelderwirtschaft, die ein Drittel des Landes brach liegen läßt, außerdem wird das Ackerland lange nicht so weitgehend ausgenützt wie bei uns. An der Mosel ist fast der ganze Boden mit Wein bebaut, der für den Bauern Geld bedeutet, nur ein kleinerer Teil ( $300-500 m^2$ ) wird für Roggen, Kartoffeln und Grünfutter verwendet. Auf dem Hunsrück wächst kein Wein, da gibt es nur Ackerbau.

Die Anzahl der  $m^2$  ist kein absoluter Maßstab für die wirtschaftliche Lage der Familie, da der Nebenverdienst eine große Rolle spielt. Ich habe mich bemüht, bei der Einteilung in Wirtschaftsgruppen beide Faktoren sprechen zu lassen unter der Bewertung des Aufwandes in Haus und Hof, Kleidung, Nahrung.

2 a) Vergleichen wir den beiderseitigen Lebensstandard.

Der Lebensstandard in Donaukimling ist zu verstehen aus der Entwicklung des Dorfes. Donaukimling war vor 100 Jahren ein Dorf, das unmittelbar am Donauufer lag und einen Schiffsanlageplatz besaß, was immer Mittelpunkt für Handel und Verkehr und damit Wohlstand bedeutet. Seitdem aber das Flußbett reguliert und verlegt wurde, hat sich das ganze Leben von Donaukimling nach der 4 km entfernten Nachbarstadt Paks verlegt. Der wöchentlich zweimal stattfindende Markt, der Sitz von Behörden, Ärzten, Apothekern, Rechtsanwälten hält die Bewohner von Donaukimling in ständiger Verbindung mit der ehemals ganz deutschen, heute schon fast vollständig madjarisierten und sehr stark verjudeten Kleinstadt und dahin wandert all das schwer verdiente Geld des deutschen Bauern. Auch die Fischerei, ein willkommener Nebenerwerb, fiel weg.

Da Donaukimling an dem jetzt verödeten Donauarm abseits des Verkehrs liegt, ist das wirtschaftliche und soziale Gleichgewicht innerhalb der Gemeinde erheblich gestört. Von etwa 600 Familien, die 2227 Einwohner umfassen, sind 150 reine Bauernfamilien, die aus ihrem Boden den Lebensunterhalt und die Abgaben an den Staat selbst bestreiten können,

350 Bauernfamilien mit Nebenerwerb,  
40 selbständige Handwerker und  
100 Handwerksgehilfen und Tagelöhner.

Die letzte Gruppe ist außerordentlich arm, da oft nur einige Monate im Jahr Verdienstmöglichkeit besteht.

Der Lebensstandard der durchschnittlichen (II. Gruppe) vierköpfigen Familie ist ungefähr folgender:

Grundbesitz:

Etwa 7 Katastraljoch		= 4060 $m^2$
Anbau: Weizen	2 Katastraljoch	= 1160 $m^2$
Gerste	1 Katastraljoch	= 580 $m^2$
Hafer	0,5 Katastraljoch	= 290 $m^2$

Mais	2	Katastraljoch = 1160 m <sup>2</sup>
Kartoffeln	0,5	Katastraljoch = 290 m <sup>2</sup>
Klee usw.	0,25	Katastraljoch = 145 m <sup>2</sup>
Wein	0,75	Katastraljoch = 435 m <sup>2</sup> .

Gemeindewiese dient als Weide für Vieh und Schweine, Gemeindewald zur Holzlieferung.

Der Viehbesitz eines solchen Betriebes ist etwa folgender:

Pferde	2
Rinder	2—4
Schweine	4—6
Hühner	10—40
Gänse	3—5
Enten	10—20.

Die Ertragsfähigkeit des Bodens ist folgende:

(Angabe von ALBERT SCHILLING, führender Bauer von Donaukimling)

pro Katastraljoch Doppelzentner	pro 1000 m <sup>2</sup> Zentner	
Weizen . . . . .	15—20	52—77
Gerste . . . . .	10—12	34—41
Mais . . . . .	30—40	103—138
Kartoffeln. . . . .	20—80	77—276
Wein . . . . .	3000—7000 Liter	3000—7000 Liter

Im Verkauf bekommt der Bauer von Donaukimling für:

(1 Pengö = RM —,75)

Weizen, pro Zentner . . . . .	10,— Pengö
Mais, pro Zentner . . . . .	4,50 Pengö
Wein, pro Liter . . . . .	—,25 Pengö bis —,30 Pengö
Ferkel, das Paar. . . . .	18,— bis 32,— Pengö
Hühner, pro kg . . . . .	1,— bis 1,20 Pengö
Enten, pro kg. . . . .	1,20 Pengö
Eier, pro kg . . . . .	—,04 bis —,10 Pengö
Schweine, pro kg . . . . .	—,75 bis 1,05 Pengö
Kälber, pro kg . . . . .	—,60 bis 1,— Pengö
Großvieh, pro kg . . . . .	—,40 bis —,50 Pengö

Der Weber für:

Grobtuch, je 1 m . . . . .	1,— bis 1,40 Pengö
Feintuch, je 1 m . . . . .	1,80 bis 2,— Pengö

Taglohn für	{	Landarbeiter: Männer 1,80 Pengö, Frauen 1,50, Kinder 1,20
		Bauarbeiter: 4,— Pengö
		Straßenarbeiter: 2,— Pengö.

Die Ausgaben betreffen:

Frischfleisch, pro kg . . . . .	1,20 bis 1,40 Pengö
Fisch, pro kg . . . . .	1,— Pengö
Salz, pro kg . . . . .	0,40 Pengö
Paprika (rot, trocken), pro kg . . . . .	1,20 bis 2,— Pengö
Paprika (grün, frisch), 20 bis 30 St. . . . .	—,10 Pengö

Zucker, pro kg . . . . .	1,36 Pengö
Brennöl, pro Liter . . . . .	—,40 Pengö

Die Hauptausgaben sind die Steuern. Bei den meisten Familien mit Grundbesitz ist es so, daß die geringen Einkünfte aus den verkauften Feldprodukten nach Bezahlung der Steuer nur mehr für Salz, Paprika und notwendigste Kleidung ausreichen. Dies ist erst nach dem Weltkriege so schlimm geworden, als Ungarn so viel Land und Industrie verlor, die Oberschicht und der ehemals große Verwaltungsapparat aber größtenteils blieb, der durch Steuern erhalten werden muß.

b) Der Lebensstandard des Moselbewohners ist etwa folgender:

Die vierköpfige Familie besitzt:

Grundbesitz . . . . .	etwa 3000 m <sup>2</sup>
Anbau {	Wein . . . . . 2500 m <sup>2</sup>
	Feldfrucht . . . . . 500 m <sup>2</sup>
Vieh {	Rinder . . . . . 1 Stück
	Schweine . . . . . 2—3 Stück
	Hühner . . . . . —
	Gänse . . . . . —
	Enten . . . . . —

Die Geldquelle für den Winzer ist der Wein. Das Ackerfeld dient nur zum Anbau des eigenen Bedarfs an Kartoffeln und Futtermitteln und etwas Roggen. Das übrige muß der Winzer kaufen.

Auf dem Hunsrück sind die Verhältnisse etwas anders: Der Boden liefert fast alles, was zum Leben notwendig ist.

Geldquellen sind:

Roggen	Zentner . . . . .	9,— RM
Kartoffeln	Zentner . . . . .	3,— RM
Wein	Liter . . . . .	—,90 RM
Schwein	Zentner . . . . .	54,— RM
Kalb	Stück . . . . .	40,— RM
Großvieh	Stück . . . . .	400,— bis 450,— RM
Taglohn für {	Landarbeiter	4,— RM
	Bauarbeiter	6,— RM
	Straßenarbeiter	5,— RM

Vergleich: Obwohl der Lebensstandard im Siedlergebiet auf der vor etwa 100 Jahren üblichen primitiven Stufe stehen geblieben ist, kann man in wirtschaftlicher Hinsicht die von mir eingeführten Gruppen beiderseits als sich entsprechend betrachten.

## II. Die hygienischen Verhältnisse

der beiden Vergleichsgebiete hängen am meisten von der Struktur der Dörfer ab und damit von ihrer Entstehungsgeschichte.

II a) 1. Donaukimling ist seiner Anlage nach ein am Abhang der Donauberge gelegenes Straßendorf mit geringer Verzweigung, dessen Hauptstraßenzüge sich auf die umgebende Anhöhe hinaufziehen. Diese Anlage mit den größtenteils bergwärts gelegenen feuchten Hauswänden in Zusammenhang zu bringen, ist naheliegend, da durch die schmale Hofanlage Abwasser und Regenwasser vom oberen Hof zur Rückwand des unteren nicht weit haben. Die Leute beachten das weiter nicht, da dies nur im Winter und bei Regenwetter der Fall ist, man muß aber doch für die häufigen Krankheiten der Respirationswege „Spaniol“ und Pneumonie nicht nur die Infektionsmöglichkeiten, sondern auch diese feuchten Lehmmauern verantwortlich machen. Zu dem langen und schmalen Hof im Josefinischen Siedlerstil, der nach rückwärts in den Weingarten und dann in die Dreschplätze ausläuft, ist in hygienischer Beziehung noch zu sagen, daß Brunnen und Misthaufen, zwischen denen ein Abstand von 5 m polizeilich vorgeschrieben und der, wenn er nicht eingehalten wird, besonders bei den völkisch Gesinnten schwer bestraft wird, infolge ihres Alters und der Bodenbeschaffenheit doch in gegenseitige Beziehung treten, worauf ich bei der Wasserbewertung noch zu sprechen komme.

Von den Hoftypen habe ich drei für die soziale Gliederung bezeichnende herausgegriffen: Typ I, II und III, der große, mittlere und sehr kleine Hof (es ist bedauerlich, daß die fotografische Abbildung in dieser Ausgabe nicht möglich ist).

Wenn man bedenkt, daß bei den reichen Bauern, denen der Hoftyp I zugehört, das Zweikindersystem üblich ist, die armen Maurer und Weber, die einen beträchtlichen Teil ausmachen, durchwegs viele Kinder haben, da sie die Mittel zur Verhütung und Abtreibung nicht aufbringen, so wird einem klar, daß die Gegebenheiten sich umgekehrt verhalten wie die hygienischen Forderungen. Auf der einen Seite viel ungenützter Raum, auf der anderen zehn heranwachsende Kinder in zwei winzigen Kammern.

2. Für die *Wasserversorgung* des Dorfes kommen 15 Gemeinschaftsbrunnen, die jeweils von 5—15 Familien benützt werden, im übrigen die eigenen Hofbrunnen auf. Die Anlage der Brunnen (meist Schachtbrunnen, ganz wenige artesische) ist hygienisch höchst unzulänglich. Den besten Typ stellt noch der Ziehbrunnen dar, der mit Holz verkleidet ist.

Die weitaus meisten Brunnen sind ungedeckt und dem im Sommer knöcheltief liegenden Straßenstaub durch jeden vorbeifahrenden Wagen ausgesetzt. Die Auskleidung des Schachtes besteht oft nur aus Lehmziegeln, bei den wenigen verbesserten aus Betonringen. Die obere Holzverschalung ist oft so mangelhaft, daß nicht nur die Luft, sondern auch von ebener Erde aus der Brunnen verunreinigt werden kann. Vielfach trifft man noch den mehr malerischen als hygienischen ungarischen Ziehbrunnen, der eine Bedeckung von vornherein unmöglich macht.

Selten trifft man artesische Brunnen, die aber ebenso, was Bedeckung und Wasserabfluß anbelangt, alles zu wünschen übrig lassen.

Was ergibt nun die Wasseruntersuchung? Die ungarische Brunnenkommission, die 1933 von 12 Brunnen des Dorfes (5 Gemeinschafts- und 7 Privatbrunnen) Wasserproben nahm, stellte folgendes fest: An Geschmack, Geruch, Farbe war nichts zu beanstanden. Bodensatz stark vorhanden. Die Probe auf den Gehalt an *Bacterium coli* war in den meisten Fällen positiv.

Die allgemeine Keimzahl		schwankte zwischen	506,— und 776,—
Der Gehalt an	{	Chlor	schwankte zwischen 14,1 und 147,2
		Nitrat	schwankte zwischen 47,— und 850,—
		Nitrit	— —
		Ammoniak	schwankte zwischen schwacher und starker Spur
		Proteid-Ammoniak	— —
Die Alkaleszenz (in 100cm $\frac{1}{10}$ HCL)		schwankte zwischen	6,35 und 13,4
Der Gehalt an	{	Kalk	schwankte zwischen 15,4 und 34,7
		Sulfat (SO <sub>3</sub> )	wenig
		Eisen	— —

Von den 12 untersuchten Proben verbot die Kommission bei 8 die Benützung als Trinkwasser wegen des außerordentlich hohen Gehaltes an *Bacterium coli* und Salpetersäure. Für sämtliche 12 Brunnen betonte sie die Notwendigkeit der Reinigung und des Umbaues. Zur Neuanlage von Brunnen an geologisch günstigen Stellen legte man mühevoll einen Plan an, aber er wurde wegen Geldmangels nicht durchgeführt. Wegen des hohen Nitratgehaltes des Wassers nimmt man an, daß neben der Verunreinigung von oben durch Mist eine von unten durch die im Lauf der Jahre bis zum Grundwasserspiegel vorgedrungene Jauche der nahen Misthaufen stattfindet, da es gemauerte Jauchegruben nicht gibt. Infolge des schlecht durchlässigen Lößbodens sei das erst jetzt nach 150 Jahren seit der Besiedlung eingetreten. Was geschah nach Abzug der Brunnenkommission? Einige Brunnen wurden gereinigt, sonst nichts. Umgebaut wurde keiner. Daß bei den mißlichen Trinkwasserverhältnissen und der Einschleppung durch infizierte Nahrungsmittel aus der nahen Donaustadt Paks die Seuchen auf günstigen Boden fallen, ist klar.

Es kommen auch dauernde Fälle von Typhus vor, die man bei der Erwägung einer Ausmerze eines besonders dafür anfälligen Typs in Betracht ziehen muß.

In den Jahren 1936/37 waren 97 Fälle von Typhus in ärztlicher Behandlung, das sind durchschnittlich jährlich 8 Personen von 2800 Einwohnern. Wie viele sich nicht behandeln lassen, ist unkontrollierbar, es müssen aber noch ziemlich viele sein, da fast jeder, den man fragt, schon einmal Typhus gehabt hat.

3 a) Das Baumaterial der Häuser ist durchwegs Lehm, aus dem man luftgetrocknete Ziegel formt. Das Dach ist meist mit Stroh bedeckt, die Zimmerdecke besteht aus Balken und Brettern. Innen- und Außenwände des Hauses werden mindestens einmal jährlich (oft 2—3 mal) von der Bäuerin gekalkt. Der Fußboden besteht in den Stuben aus Holzdielen, in der Küche aus dem festgestampften Lehm Boden. Unterkellerung gibt es nicht.

Die Lüftung ist vor allem im Winter sehr schlecht. Obwohl die Fenstergröße im Siedlerhaus eine zweckmäßige ist, wird im Sommer wegen Hitze und Staub, im Winter wegen Wärmeverlust, besonders bei den Armen, wenig gelüftet. Zur Beleuchtung dient die Öllampe. Die Reihenfolge der Zimmer ist von vorn nach hinten: Stube, Küche, Schlafkammer. Daran schließt sich der Stall.

Das häusliche Leben spielt sich in Küche und Kammer ab, während die Stube meist unbenützt bleibt. Die Küche hat noch den alten gemauerten Herd und offenen Rauchfang, in dem Schinken und Würste hängen. Geheizt wird mit Holz und den abgekernten Maiskolben. In Stube und Kammer stehen die Betten an den Wänden entlang. Mit Strohsack und hoch aufgetürmten Kissen, dem ganzen Stolz der Bäuerin, sind sie ausgestattet. Überall herrscht peinliche Sauberkeit. Geschlafen wird durchwegs zu zweit, wenn auch in der Stube mehrere Betten leerstehen.

In den armen, kinderreichen Familien müssen oft 4 Kinder ein Bett teilen. Die jungen Burschen schlafen im Sommer im Stall und in der Scheune. Für die Eltern hat das den Vorteil der Platzersparnis und für die Jugend den der persönlichen Freiheit. Da ist es Sitte, daß die Burschen noch mit ihren Kameraden und ihren Mädchen auf der Gasse beisammenstehen, scherzen und singen. Es ist so, daß die Burschen und Mädchen schon sehr früh ihre Wahl treffen; wer mit 14—15 Jahren noch nicht weiß, zu wem er gehört, glaubt, er habe schon das halbe Leben verpaßt. Es schließt sich ja auch eine sehr frühe Heirat an, wie an anderer Stelle ausgeführt wird.

Da eine gesunde Lebensführung von dem Gleichmaß Nahrung—Ruhe—Bewegung abhängig ist, muß ich noch auf die Dauer von täglichem Schlaf und täglicher Arbeit zu sprechen kommen. Die durchschnittliche Schlafzeit beträgt

	im Winter	im Sommer
beim Bauern	9 Stunden,	6 Stunden,
beim Handwerker	10 Stunden,	7 Stunden.

Die übrige Zeit gehört der Arbeit.

Die Kinder schlafen etwas länger, müssen aber schon vom 7.—8. Lebensjahre an nachmittags und abends im Haus und Hof mithelfen, vor allem im Sommer die abendlichen Stallarbeiten verrichten. Nach dem Austritt aus der Schule, der nach 6 Klassen schon mit 12 Jahren erfolgt, arbeiten die

Kinder voll mit. Worauf wohl das merkliche Stehenbleiben im Wachstum dieser Altersstufe zurückzuführen ist.

Die Krankheitshygiene ist eine sehr schlechte. Bei Epidemien von Infektionskrankheiten z. B. ist man der Ansicht, daß sie erst überstanden seien, wenn alle Kinder davon befallen worden sind, und läßt unbedenklich die Kranken neben den Gesunden in einem Bett schlafen, eine Ansicht, die unsere bäuerliche Bevölkerung auch größtenteils teilt. Diese Gewohnheit birgt aber selbst bei harmlosen Krankheiten, wie z. B. Masern, die große Gefahr der Sekundärinfektionen. Die Sterblichkeit an Infektionskrankheiten ist auch eine äußerst hohe, andererseits hat dies ja auch wieder eine Auslese zur Folge, die nur die Widerstandsfähigsten übrigläßt. Ebenso unbedenklich ist man im Umgang mit tuberkulös Infizierten, die wir in großer Zahl antrafen. Daß am Boden rutschende Kinder mit dem Auswurf des kranken Großvaters z. B. in Berührung kommen, kann man sich vorstellen, wenn auch als trauriges Wahrzeichen in den armen Weberfamilien immer neben dem Webstuhl ein hölzerner mit Asche gefüllter Spucknapf zu sehen ist. Die Herbeiholung des Arztes erfolgt nur, wenn es gar nicht mehr anders geht, weil die Leute die Kosten scheuen. Mit der Krankenversicherung ist es schlecht bestellt. Sobald ein Arbeiter wegen Krankheit die Arbeit einstellen muß, wird er für ein halbes Jahr noch versorgt, dann aber ausgesteuert, mag er auch eine offene Tuberkulose haben. Dann tritt keine Fürsorge mehr für ihn ein. Für den Invaliden (Offentuberkulösen) gibt es keine andere Möglichkeit, als durch kleine Nebenarbeiten sich den Lebensunterhalt zu verdienen. Dies ist für den Heilungsprozeß wieder sehr ungünstig. Besonders die ganz alten Bazillenträger, die große Gefahr für die kleinen Kinder, werden vollkommen sich selbst überlassen. Die kostenlose ärztliche Betreuung bei Armen von Donaukimling beschränkt sich auf folgende Personen:

3 Invalide,  
5 ganz Arme,  
73 Arme.

Die Wöchnerinnenbetreuung genießen nur die Frauen von Krankenkassenmitgliedern (als solche gelten nur die jeweils in Arbeit Stehenden, was bei den vielen Maurern und Tagelöhnern aber nur 4—6 Monate im Jahr der Fall ist), und zwar in Form von

6 Wochen Schwangerschaftsgeld,  
12 Wochen Stillgeld,

im ganzen etwa 10 Pengö = 7,50 RM.

b) Was von der Körperhygiene des Bewohners von Donaukimling gesagt werden muß, ist nicht sehr erfreulich. Sie beschränkt sich auf eine tägliche Waschung von Gesicht und Händen, im Sommer auch der Füße.

Badewannen sind nicht vorhanden. Die wöchentliche Ganzwaschung wird wohl von einigen reinlichen Bäuerinnen durchgeführt, ist aber im allgemeinen eine Seltenheit.

Zahnbürsten sind entweder keine oder für die ganze Familie eine vorhanden. Die Benützung ist durchschnittlich nur eine sonntägliche und die Meistbenützenden sind die „eitlen“ jungen Mädchen. Zahnputzmittel sind nicht gebräuchlich. Auf die weitverbreitete Zahnkaries komme ich beim Vitamingehalt der Nahrung zu sprechen. Zahnärztliche Behandlung wird fast nicht durchgeführt, deshalb gibt es auch fast keinen Zahnersatz.

c) Im Gegensatz zur körperlichen ist die Hygiene des Kochgeschirres und der Vorratsbewahrung eine vorbildliche, mit Ausnahme des Umtrunkes in den Weinkellern mit einem Glas, ein Brauch, der aber bei unserer ländlichen Bevölkerung auch weit verbreitet ist.

Die Milch vor allem wird sehr sorgfältig behandelt, die Melk- und Aufbewahrungsgeschirre mit heißem Wasser gesäubert und in die Sonne gestellt.

Das Getreide kommt auf den trockenen Dachboden, die Maiskolben werden im eigens gebauten, luftigen „Kolbenhaus“ aufbewahrt. Kartoffel, Gemüse, Milch, alles was Kühle verlangt, wird in den Keller gebracht, einen Schacht in den Boden oder den rückwärts liegenden Berg, der auch im Sommer allen Ansprüchen genügt.

II b) Wie ist es nun um die hygienischen Verhältnisse im Mosel-Hunsrück-Gebiet bestellt?

1. Die Dörfer haben die bekannte, zwanglose Struktur, bei der es im Lauf der Jahrhunderte durch stetes Anbauen oft zu unschönen Bildungen gekommen ist, die in hygienischer Beziehung manchmal recht unzulänglich sind. Besonders ungünstig wirkt sich der Platzmangel in der Lage des Misthaufens aus, der direkt neben dem Stallfenster an der Straße liegt und die Jauche ungehindert wegfließen läßt. In den seltensten Fällen findet man jetzt schon Umbauten.

Das Dorfbild des Auswanderungsgebietes trägt den Stempel des Uralten, Eingeengten, während die Neusiedlung große Anlage, Bewegungsfreiheit, Sauberkeit, also im ganzen betrachtet, hygienisch günstigere Bedingungen zeigt.

2. Wasserleitung und elektrisches Licht ist fast überall vorhanden. Typhusfälle gibt es im ganzen Kreis Bernkastel jährlich unter 50.000 Einwohnern nur 3, obwohl die Seuchenzahlen hier für deutsche Verhältnisse von amtlicher Stelle als hohe bezeichnet werden (Ursache: Anlage der Misthaufen!).

3 a) Die Häuser werden aus Schiefersteinen gebaut, unterkellert und mit Schiefer gedeckt.

Die Wohnbedingungen sind sehr verschieden, es gibt auch hier dasselbe Problem, ungenützten Raum bei den Reichen, Kinderarmen und umgekehrt. Die Einrichtungen sind die bei uns gebräuchlichen, wobei eine weite Verbreitung der technischen Neuerungen der letzten Zeit, wie schönen Kochherden, auch Gruden, Waschkesseln, Rundfunkgeräten und Fahrrädern auffällt.

Eigenart der Moselfranken: Sinn für Technik, Vernachlässigung der Volkskultur (Tracht, Möbel usw.). Auch hier schlafen die Kinder oft zu mehreren in einem Bett, aber doch nur, wo wirklich Platzmangel ist.

Die Schlafzeit beträgt

	im Winter	im Sommer
bei den Bauern	9 Stunden	7 Stunden
bei den Handwerkern	10 Stunden	8 Stunden.

b) Die Körperhygiene ist bei den sehr fortschrittlichen Winzern meist schon Dank der technischen Einrichtungen (Badewannen) usw. günstiger. In den abgeschiedenen Hunsrückdörfern jedoch nähern sich die Verhältnisse denen in Donaukimling. Die Zahnkaries ist hier wieder mehr verbreitet.

c) Die Koch- und Vorratshygiene ist fast durchwegs einwandfrei. Die Moselbewohner haben ebenfalls einen sehr zweckmäßigen Kühlraum in ihrem Weinkeller. Die vorteilhafte Aufbewahrungsart der viel verwendeten Wintergemüse, im Weinkeller in Sand gelagert, verdient besonders Anerkennung.

Vergleich: Wenn wir die hygienischen Verhältnisse der beiden Gebiete vergleichen, so sehen wir, daß der Anlage nach in der Neusiedlung wohl die besseren Gegebenheiten vorhanden wären, daß sie aber im einzelnen meist durch verschiedene äußere Einflüsse trotzdem wesentlich schlechter daran ist als die Urheimat. Die Hauptmomente sind:

Die Seuchengefahr (Brunnen, Nahrungsmittel).

Die Erkältungsgefahr (feuchte Häuser, Erhitzen durch warmes Klima und unhygienisches Verhalten in bezug auf Wassertrinken).

Epidemische Infektionsgefahr (vor allem Tbc).

Die große Staubplage (Lößboden und trocken-heißes Klima).

Zusammenfassend kann man wohl sagen, auch wenn man annimmt, daß die hygienischen Verhältnisse bei uns früher auch nicht so gut waren wie heute, besonders was die ärztliche Betreuung betrifft, daß die Auswanderer in den 150 Jahren ihres Aufenthaltes in der neuen Heimat in ihrer hygienischen Umgebung keinen entwicklungsfördernden Faktor gefunden haben.

### III. Die Ernährungsverhältnisse der beiden Vergleichsgebiete.

1. Welche Nahrungsmittel werden nun verwendet und wie ist die Art der Zubereitung?

a) In Donaukimling steht beim deutschen Bauern in der Fleischversorgung das selbst geschlachtete Schwein an erster Stelle. Es wird durchschnittlich zwei- bis dreimal jährlich geschlachtet. In der ersten Zeit nach dem Schlachttag gibt es Frischfleisch, das man gebraten, als Schweinepaprikas oder als Sülze mit sehr viel Paprika genießt. Das übrige wird geräuchert, nach genauer Absonderung von Speck- und Schmalzanteil, der bei der guten Fütterung meist reichlich ist. Die geräucherten Teile verwendet man zu verschiedenen Gerichten, wie: Speck mit Eiern, Speck mit Paprikatunke, Speck gebraten mit Knoblauch und Salat, Schinken mit Paprika, gekochte Schweinsknochen mit Kartoffeln.

Auf die Wurstbereitung wird sehr viel Wert gelegt, es werden Reiszwürste, Bratwurst, Saumagen und die beliebte ungarische Salami hergestellt, die so viel Paprika enthält, daß der Wurstgeschmack in den Hintergrund tritt. Auch der Verbrauch von Salz ist sehr groß beim Schlachten, was wohl die Haltbarkeit im wärmeren Klima und auch die Anlehnung an ungarische Gebräuche zur Ursache haben mag.

Das gekaufte Fleisch ist fast durchwegs Rindfleisch, das man manchmal als Paprikas (in Fett, Paprika, Zwiebel gedünstet und mit Wasser aufgegossen) oder Gehacktes verwendet, meist aber in Wasser gekocht. Diese „Rindsuppe“ wird durch eine Mehleinlage ergänzt, während das Fleisch dann oft noch gebraten wird (Sonntagsessen).

Kalbfleisch hat der Fleischhauer nur in seltenen Fällen, dann macht man Schnitzel (Herkunft aus Wien im alten Österreich-Ungarn), Braten, Pörkölt (Eintopf mit viel Paprika). Einen Hauptanteil an der Fleischversorgung des Bauern hat auch das Geflügel. Hühner und Enten werden von den Wohlhabenden oft dreimal wöchentlich gegessen, Hühner in der Nudelsuppe, gebratenes und gebackenes Geflügel. Gänse werden nicht gegessen, nur zum Federngewinn gehalten.

Ergänzt wird der reichliche Fleischverbrauch des Bewohners von Donaukimling noch durch die Fische. Die Hechte und Karpfen aus der Donau lassen die vielbeschäftigten Leute oft zwei- bis dreimal wöchentlich den einstündigen Weg bis Paks zurücklegen, um das Lieblingsgericht zu holen, das dann als Fischsuppe, Fischpaprikas oder in Semmelbrösel und Ei gebacken auf den Tisch kommt. Fischpaprikas ist in Fett, Zwiebel und reichlich Paprika gedünsteter und mit Wasser aufgegossener Fisch, ein Festgericht, das einem bei feierlichen Einladungen vorgesetzt wird.

Die ganze Wertschätzung des Bauern gilt überhaupt nur der animalischen Kost, davon in der Hauptsache der frischen. Das Schwein wird nur deshalb so viel gegessen, weil die Aufzucht nichts kostet, während der Bauer für Frischfleisch und Fisch sein wenig Geld hingeben muß. Vegetabilien, vor allem Kartoffeln, sind mehr oder weniger gering geschätzt, was in der spöttischen Bezeichnung einer Speise von geschnittenen und gerösteten Kartoffeln und Zwiebeln als „falsche Fischsuppe“ zum Ausdruck kommt.

Der Verbrauch von Milch und Milchprodukten in Donaukimling ist leider wie überall seit Einführung des Milchvereins erheblich zurückgegangen. Es kommt häufig vor, daß die ganze Milch „ins Verein“ getragen wird, nur um ein wenig Geld zu bekommen für Salz, Paprika und Brennöl, während die kleinen Kinder mit Einbrennbrei und Kartoffeln ernährt werden. Wenn verwendet, wird die Milch zum Frühstück oft kuhwarm getrunken, öfters aufgeköcht, fast ausschließlich von Frauen und Kindern, die Männer bevorzugen Speck und Brot bzw. Kartoffeln mit Wein schon am frühen Morgen. Viel wird vollfetter Quark selbst hergestellt, als „Käs“ bezeichnet, da Limburger und Schmelzkäse fast nicht verwendet werden.

Den Fettbedarf deckt das Schweineschmalz, da die Butter seit der Milchablieferung fast völlig verschwunden ist. Von 200 untersuchten Familien haben 11 etwas Butter verwendet, also etwas mehr als 5 v. H.

Die Gefahr dieser Neuerung in bezug auf Versorgung mit Vitamin A, besonders in den armen Familien, die keine Hühner halten und deshalb auch fast keine Eier verwenden, wird klar, wenn man an das Beispiel Dänemarks denkt, das im Weltkrieg seine Butter an die kriegführenden Völker lieferte und seine Säuglinge mit Magermilch ernährte, unter denen dann infolge des Vitaminmangels eine „gesteigerte Morbidität und gehäufte Xerophthalmie“ auftrat (STEPP, KÜHNAU, SCHROEDER in „Die Vitamine und ihre klinische Bedeutung“). Der Verbrauch von Rinderfett und Margarine in Donaukimling ist unbedeutend.

Unter Mehl versteht man beim Kimlinger von vornherein Weizenmehl. Der Anbau von Roggen ist ganz gering. Die Frage nach der Verwendung von Roggenmehl lehnt auch jede Bäuerin mit Entrüstung als etwas Minderwertiges ab und zeigt sofort ihr „feines weißes“ Brot. Die Erzählung vom Roggenanbau in Deutschland ruft ein heftiges Mitleid mit dem armen Land hervor, das nicht einmal weißes Mehl habe. Das Wesentliche für die Ernährung ist nicht die Art des Getreides, da der Weizen sogar etwas mehr Vitamin B<sub>1</sub> enthält, sondern die in der neuen Ernährungswissenschaft (vergl. STEPP, KÜHNAU, SCHROEDER, VOGEL-Dresden, SCHEUNERT-Leipzig, HEUPKE-Frankfurt) für Verdauungsregelung und Vitamin B<sub>1</sub>-Versorgung als sehr bedeutungsvoll bezeichnete Art der Ausmahlung. Nach SCHROE-

DER-München ist in dem Mehl, zu dem nur 60 v. H. des Kornes verwendet sind, praktisch fast kein Vitamin B<sub>1</sub> mehr enthalten.

Die Ausmahlung des Weizens in Donaukimling ist folgende:

31 kg I. Klasse (Mehl für die Küche),  
 31 kg II. Klasse (Mehl zum Brotbacken),  
 26 kg Kleie,  
 12 kg Maut für den Müller.

Obwohl das Brotmehl etwas gröber ausgemahlen ist als das Mehl für die Küche, dürfte doch nach der Aufstellung von Stepp:

Vollkornbrot pro 100 g enthält Vitamin B <sub>1</sub>	220
Schwarzbrot pro 100 g enthält bei 82 v. H. Ausmahlung	170
Graubrot pro 100 g enthält bei 75 v. H. Ausmahlung	100
Weißbrot pro 100 g enthält bei 60 v. H. Ausmahlung	mehr als 40 (Weizen).
Roggenbrot bei weniger als 82 v. H. Ausmahlung	0

das Brot der Kimlinger mit 62 v. H. Ausmahlung etwa dem angeführten Weißbrot mit nur 40 Gehalt an Vitamin B<sub>1</sub> entsprechen. Dieser Wert stellt nur knapp den 5. Teil des B<sub>1</sub>-Gehaltes von Vollkornbrot (220) dar, das heute als unbedingt notwendig zur B<sub>1</sub>-Versorgung angesehen wird. Auf die Übernahme dieser Funktion durch den 2. Hauptträger von B<sub>1</sub>, die Kartoffel, komme ich bei diesem Kapitel noch zu sprechen.

Die Verwendung des Küchenmehls ist eine vielseitige. „Mehlspeis“ gibt es oft, wenn auch nicht sehr gerne gegessen, ein mangelhafter Ersatz für Fleisch. Sie besteht aus schmalen, abgekochten, dann in Schmalz gebackenen Nudeln, die nur aus Mehl, Wasser und Salz hergestellt sind und durch irgend eine Beigabe schmackhaft gemacht werden. So gibt es z. B. Griesmehlspeis, Mohnmehlspeis, Eiermehlspeis, Käsmehlspeis, Boxhörndlmehlspeis (geriebenes Johannisbrot) und Nußmehlspeis. An sonstigen Mehlspeisen gibt es Pfannkuchen, Eierschmarrn, Mehlbogatsch (massive, in Schmalz gebackene Stücke), Lekvartaschkel (mit Eingemachtem gefüllt), dann die in Österreich-Ungarn so beliebten Strudel, die man auf mancherlei Art füllt: Apfelstrudel (Weichsel-Trauben-Kirschenstrudel), Mohnstrudel, Kässtrudel, Gelberübenstrudel). Auch die mehligten Suppeneinlagen werden verschieden gestaltet: Suppennudeln, -fleckel, -riebel und sind so reichlich, daß sie einen Hauptbestandteil der Mahlzeit ausmachen. Sonntags gibt es Nuß- und Mohnkuchen und zu den heiligen Zeiten bei den Wohlhabenden Torten- und Kleingebäck nach ungarischen Rezepten unter Verwendung von viel Nüssen, Mohn und Zucker.

Die Mehlspeisen werden also sehr vielgestaltig und mit großem Geschick zubereitet. An Eiern wird oft gespart, weil man sie verkaufen kann, dagegen wird das Schweineschmalz immer ausreichend verwendet.

Der äußerst geringe Zuckerverbrauch ( $\frac{1}{2}$  kg kostet etwa —,55 RM) beschränkt sich auf das Süßen des wenig getrunkenen Eichel- oder Gersten-, fast nie Bohnenkaffees und die sonntäglichen Kuchen. Die wöchentliche Mehlspeise wird mit wenig Zucker bereitet.

Da Honig den teureren Zucker gut ersetzen könnte, galt mein Erstaunen immer der Interesselosigkeit gegenüber der Bienenzucht, die nur mehr ganz wenig betrieben wird. Die Leute sagen, früher wäre das anders gewesen, aber seit dem Kriege könnten sie sich nicht mehr mit Dingen beschäftigen, die nicht unbedingt nötig seien, da sie alle Kraft für das tägliche Brot und die vielen Steuern verwenden müßten. Von 200 untersuchten Familien haben 6 Honig verbraucht.

Die *Kartoffel* ist seit neuester Zeit ein Hauptnahrungsmittel, besonders für den armen Teil der Bevölkerung. Die Zubereitung erfolgt größtenteils mit der Schale, entweder gedämpft oder einfach ins Rohr gelegt und dann teilweise mit der Schale gegessen. Das dürfte für die Vitamin  $B_1$ -Versorgung bei dem mangelhaften Gehalt des Brotes nicht unwichtig sein. Nach den Forschungen von SCHEUNERT-Leipzig wird der Bedarf an  $B_1$  durch täglichen Verbrauch von 0,75 kg Kartoffeln vollkommen gedeckt. Der Kimlinger ißt durchschnittlich 0,5 kg täglich und es ist anzunehmen, daß der fehlende Betrag durch den  $B_1$ -Gehalt von Brot, Milch und anderen Nahrungsmitteln gedeckt wird. Trotzdem ist die Zahnkaries, die nach den Forschungen von SCHROEDER-München und PETERSEN-Kopenhagen den Vitamin  $B_1$ -Mangel zur Ursache hat, sehr weit verbreitet. Der  $B_1$ -Verbrauch, der ja durch die Anteilnahme des Vitamins an intermediären Zuckerstoffwechsel mit vermehrter Kohlehydratzufuhr steigt (STEPP), ist eben bei dem großen Verbrauch von Weißmehlspeisen besonders in fleischarmen Jahreszeiten und bei den Armen ein zu großer, als daß er von der Kartoffel hauptsächlich gedeckt werden könnte. Zudem hat GARAMVÖLGY bei unbemittelten Einwohnern ungarischer Dörfer, die nur von Kartoffeln und Weißmehlprodukten lebten (also trotz der Kartoffel), echte Beriberi beobachtet. Da auch Alkohol den  $B_1$ -Verbrauch erhöht (STEPP), muß der teilweise sehr reichliche Weingenuß als ein Faktor betrachtet werden, der die  $B_1$ -Versorgung nicht ausreichend erscheinen läßt.

In verschiedenster Weise wird die Kartoffel verwendet, gebraten, gedämpft kommt sie schon morgens auf den Tisch, geröstet und als Salat des abends. Mittags gibt es die Kartoffel verkocht zu Suppe, Nockerl, Nudeln, Knödeln, Paprikakartoffeln, „Grenadiermarsch“, „Flutten“, „Herzdrücker“, Fingernudeln, „falsche Fischsuppe“, saure Kartoffeln mit Knödeln, Geröstel mit Fleischresten, Bogacsi, Kartoffelpfannkuchen, zwetschgen- und marmeladefüllte Knödel aus Kartoffelteig. 20 verschiedene Formen konnte

ich feststellen, in denen die Bäuerin es versteht, ihrer Familie immer wieder die Kartoffel aufzutischen.

Die Eier werden als Rühreier, gekocht oder zu den Mehl- und Kartoffelgerichten verwendet.

Das Gemüse sollte bei der Ausnutzbarkeit des ungarischen Bodens viel mehr angebaut werden. Da ist wieder der alte Grund: Die Leute haben keine Zeit. Ausnahme ist die Zwiebel.

Die Zubereitungsart besteht durchwegs im Dünsten, und zwar werden in das heiße Fett zuerst ein bis zwei Eßlöffel roten Paprikas gegeben, der erst etwas aufziehen muß, bis man das Gemüse dazugibt. Nach dem Aufgießen kommt der Paprika nach oben und gibt die beliebte rote Farbe. Die Kochzeit ist nicht länger als 40 Minuten, also eine für die Erhaltung des Vitamins C vollkommene, brauchbare Zubereitungsart.

Sämtliche Gemüse werden so gekocht, Bohnen, Kürbis, Sauerkraut, Kohlrabi, besonders beliebt ist ein Eintopf mit ausgebratenem Speck, Weißkraut, grünem Paprika und Tomaten, das sog. „Rátpaprikas“. Salat und Gurken werden wie bei uns gegessen, kleine Gurken und grüne Paprika legt man in sehr scharfen Essig und konserviert sie so in großen Flaschen und Fässern für den Winter.

Die Obstverwertung ist eine äußerst mangelhafte. Obwohl Obst genug zur Verfügung steht, wird erstaunlich wenig eingekocht, was wieder die Unmöglichkeit, sich den teureren Zucker zu kaufen, zur Ursache hat. Einkocht werden: Zwetschgen, und zwar läßt man sie kochen bis das „Lekvárt“ eine fast feste Beschaffenheit aufweist, weil das haltbarer und zur Verwendung von Mehlspeisen und Kuchen bequemer sein soll. Außerdem macht man Apfelgelee und eine Mischung von Trauben und Quitten. Bemerkenswert ist das Sammeln von Hagebutten und ihre Verarbeitung zum „Hetscherlilekvárt“. (Vergl. den Vorschlag von Herrn Prof. Dr. STEPP zur Herstellung einer Hagebuttenmarmelade für die Versorgung mit Vitamin C in den C-armen Monaten! Da die Hagebutte eine der C-reichsten Früchte ist, würden täglich 1—2 Eßlöffel einer kalt bereiteten Marmelade zur Deckung des Vitaminbedarfs ausreichen.) Die in Donaukimling verbrauchten Mengen sind aber sehr gering und außerdem wird das Hagebuttenmark gekocht.

An Frischobst werden Äpfel, Birnen, Zwetschgen, Marillen, Kirschen gegessen, soviel möglich ist in der Zeit der Reife; was zu viel ist, bekommen die Schweine. Von den Trauben werden schon lange vor der Lesezeit die reifen herausgeschnitten und gegessen. Der Hauptverbrauch fällt natürlich in die Lese. Eine Aufbewahrungsart, die sehr günstig ist, ist üblich. Man hängt die Trauben an Schnüren auf den Speicher, wo sie sich den ganzen

Winter halten, zwar allmählich ihr Wasser verlieren, aber trotzdem schmackhaft bleiben. Über die Verwendung von Mohn und Nüssen zu Mehlspeisen und Kuchen habe ich schon berichtet. Sie werden im Mörser zerstoßen und mit Zucker vermengt.

Bezüglich des Weins steht der Kimlinger Bauer auf dem Standpunkt, da er fast nichts dafür bezahlt bekommt (—,15 bis —,20 RM für den Liter), tue er gut daran, ihn selbst zu trinken. Die Sorten sind größtenteils sehr gut, nur in der Pflege herrschen etwas merkwürdige Anschauungen: Man legt weniger Wert auf Güte und Reinheit als auf die schöne Farbe. Mit dem dunkelroten Wein der blauen Otellotraube wird der helle, schon aus 6 Sorten bestehende noch gemischt, bis auch er eine schöne Farbe hat. Außerdem wird fast immer Wasser zugegeben, manchmal auch „Soda“ (= CO<sub>2</sub>-Wasser).

Branntwein und Bier spielen keine Rolle.

Unter den Gewürzen steht der Paprika an erster Stelle. Man liebt ihn wegen der schönen Farbe und weil man durch die Schärfe nachher so gut Wein trinken kann. Meine Erzählungen von Suppen und Gemüse, die nicht rot sind, haben lebhaftes Erstaunen ausgelöst. Wie häßlich müssen sie aussehen!

Die Kimlinger lieben den Paprika so, daß man fast vermuten könnte, er habe bei ihnen die Vorliebe für Gemüse, die in der alten Heimat — wie später beschrieben — vorhanden ist, übertönt. Vielleicht ist es instinktiv das Bedürfnis nach Vitaminen, das aber der getrocknete pulverisierte Paprika in keiner Weise mehr zu befriedigen vermag.

b) Im Mosel-Hunsrück-Gebiet sieht das Ernährungsbild etwa so aus: Das selbst geschlachtete Schwein bildet ebenfalls den Hauptbestandteil der Fleischversorgung. Auch die Verwendungsarten sind dementsprechend unter Ausschluß der Paprikazubereitung. Dasselbe gilt für das Frischfleisch.

An Wurstwaren nimmt man die mannigfaltigen Arten, die es bei uns zu kaufen gibt, was man in Donaukimling gar nicht kennt.

An Fischen werden die in den letzten Jahren mehr verbreiteten Seefische viel gegessen, außerdem etwas Fischkonserven und viele Heringe, aus denen man mit Rahm und Zwiebeln einen guten Salat zu bereiten versteht.

Mit Milch und Butter steht es durch unsere Molkereien ähnlich wie in Donaukimling. Die Leute geben die Vollmilch ab und holen einen Teil der Magermilch wieder, aus der sie dann einen fett- und vitaminarmen Quark zum Brotaufstrich bereiten. In Donaukimling ist das nicht üblich, da verwendet man Quark, der aus sauer gewordener Vollmilch hergestellt ist.

Vollkäse werden im Mosel-Hunsrück-Gebiet mehr gegessen.

Den Fettbedarf decken hier verschiedene Arten: Butter, Schweine-schmalz, Rinderfett, Margarine, etwas Palmin und viel Öl. Dieses wird größtenteils selbst erzeugt (aus Rüben und Raps) und viel zum Kochen verwendet. Kartoffeln z. B. röstet man immer in Öl.

Als Brotmehl (Ausmahlung nach unseren Vorschriften) verwendet man hier ein aus Weizen und Roggen gemischtes, bei dem der Roggenanteil vorwiegt.

Der Weißmehlverbrauch in der Küche ist im Gegensatz zu Donaukimling ein äußerst geringer, da man es nur zum Fertigmachen der täglichen Gemüse nimmt. Mehlspeisen wie Pfannkuchen, Krapfen, Waffeln oder Mehlklöße sind eine Seltenheit, die kaum einmal wöchentlich auf den Tisch kommen zum großen Unterschied gegenüber Donaukimling.

Den Zucker nimmt der Moselländer in dem zweimal täglich getrunkenen Kaffee, außerdem in sehr großen Mengen im Eingemachten.

Honig wird weniger als Brotaufstrich genommen, hauptsächlich, wo das Eingemachte nicht ausreicht, die gekaufte Volksmarmelade.

Die Kartoffel ißt man auch hier sehr viel, doch meist zum Gemüse und Fleisch gedämpft oder noch öfter ohne Schale in Öl geröstet. Die Zubereitungsart kommt nicht im Entferntesten an die mannigfache Verwendungsweise heran, die in Donaukimling die Kartoffel zum Hauptgericht macht.

Auch die Eier werden in den allgemein geläufigen Formen genossen.

Das Gemüse ist im Gegensatz zu Donaukimling ein Nahrungsmittel, auf das hier größter Wert gelegt wird. Gemüse gibt es das ganze Jahr hindurch fast jeden Tag. Im Frühjahr wächst Spinat, Mangold, dann grüne Erbsen, Bohnen, Kohlraben, Rosenkohl, Blumenkohl. Rote Rüben, Möhren, Wirsing, Weißkraut und Winterkohl werden sorgfältig im Keller im Sand aufbewahrt. Salat gibt es das ganze Jahr hindurch, vom Feldsalat über den Kopf- und Endiviensalat bis zur Zichorie. Gurken und Tomaten werden viel als Salat gegessen, kleine Gurken auch für den Winter in Essig gelegt. Die Zubereitungsart des Gemüses ist Dünsten mit Wasseraufguß, Zubereitungszeit ebenfalls nicht länger als 40 Minuten. Für Vitamin C-Versorgung ist also bei täglichen Gemüsemahlzeiten (fast immer mittags und abends) wohl ausreichend gesorgt.

Linsen, Erbsen, getrocknete Bohnen gibt es meist zweimal wöchentlich (z. B. Linsensuppe und gezuckerte Waffeln).

Das gut gedeihende Obst wird ebenfalls bestens verwertet. Man kocht erstaunliche Mengen ein, neben Äpfel und Zwetschgen, Marillen und Kirschen auch Brombeeren, Blaubeeren, Heidelbeeren, Johannisbeeren; Hagebutten werden nicht verwendet.

Trauben werden nur bei der Lese gegessen, da für den Winter jede Traube, ebenso wie jeder Tropfen Wein Geld bedeutet. Was an Vollwein (7 v. H. Alkohol) getrunken wird, ist meistens das, was nicht mehr im verkäuflichen Faß Platz findet, außerdem trinken ihn die Männer im Gasthaus. Für den Tisch macht man sich den sogenannten „Haustrunk“, einen Aufguß von Wasser auf die Preßrückstände, den man mit Zucker gären läßt, was ein wohlschmeckendes Getränk mit 3—4 v. H. Alkohol ergibt. Den Bodensatz im Weinfäß läßt man zu Branntwein brennen.

An Gewürzen wird nur Salz gebraucht, Pfeffer fast keiner.

Bohnenkaffee findet mehr Verwendung als in Donaukimling, doch meist gemischt mit Kornfrank. Neben wenig schwarzem Tee trinkt man erfreulicherweise sehr viel selbstgebauten Pfefferminz- und Schafgarbentee, auch Brombeerblätterttee und sogenannte Dannesseln gegen Erkältung.

c) Durchschnittlicher Küchenezettel für 3 Tage in den beiden Vergleichsgebieten.

#### Donaukimling.

##### Gruppe I und II:

1. Tag { 1. Frühstück: Speck, Brot, Wein (Mann); Milch, Brot (Frau und Kinder).  
2. Frühstück: —  
Mittagessen: Kartoffelnudeln mit Paprikatunke.  
Vesper: —  
Abendessen: Geräuchertes und Kartoffeln, saure Gurken, Wein.

2. Tag { 1. Frühstück: Speck und Schälkartoffeln, Wein.  
2. Frühstück: —  
Mittagessen: Kartoffelsuppe mit Fischpaprikas, Wein.  
Vesper: —  
Abendessen: Salami und Kartoffeln, Wein.

3. Tag { 1. Frühstück: Schinken mit Paprikatunke, Brot.  
2. Frühstück: —  
Mittagessen: Apfelstrudel.  
Vesper: —  
Abendessen: Speck mit Ei und Kartoffeln, grüner Salat.

##### Gruppe III und IV:

1. Tag { 1. Frühstück: Kartoffeln mit Paprika und Salz.  
2. Frühstück: —  
Mittagessen: Kartoffelnockerln.  
Vesper: —  
Abendessen: Speck und Brot.

2. Tag { 1. Frühstück: Brot und Zwiebeln.  
2. Frühstück: —  
Mittagessen: Griesmehlspeis.  
Vesper: —  
Abendessen: Brot, grüne Paprika mit Salz.

3. Tag { 1. Frühstück: Einbrennsuppe.  
2. Frühstück: —  
Mittagessen: Kartoffelsuppe und Mehlbogacsi.  
Vesper: —  
Abendessen: Speck und Brot.

### Mosel-Hunsrück-Gebiet.

#### Gruppe I und II:

1. Tag { 1. Frühstück: Kaffee mit Milch, Butterbrot und Marmelade.  
2. Frühstück: Wurstbrot.  
Mittagessen: Gemüse, Kartoffeln, Fleisch, Hastrunk.  
Vesper: Kaffee mit Milch, Butterbrot und Marmelade.  
Abendessen: Bratkartoffeln und Salat, Eier.

2. Tag { 1. Frühstück: Kaffee mit Milch, Butterbrot und Marmelade.  
2. Frühstück: Butterbrot.  
Mittagessen: Linsensuppe und Waffeln.  
Vesper: Kaffee, Butterbrot und Marmelade.  
Abendessen: Bratkartoffeln mit Salat, Wurst, Hastrunk.

3. Tag { 1. Frühstück: Kaffee mit Milch, Butterbrot und Marmelade.  
2. Frühstück: Wurstbrot.  
Mittagessen: Suppe, Fleisch, Gemüse, Hastrunk.  
Vesper: Kaffee mit Milch, Butterbrot und Marmelade.  
Abendessen: Heringsalat, Kartoffeln, grüner Salat, Hastrunk.

#### Gruppe III und IV:

1. Tag { 1. Frühstück: Kornfrank-Kaffee mit Marmeladebrot.  
2. Frühstück: Margarinebrot.  
Mittagessen: Suppe, Gemüse, Kartoffeln.  
Vesper: Kaffee, Margarinebrot und Marmelade.  
Abendessen: Bratkartoffeln und Salat.

2. Tag {  
 1. Frühstück: Kornfrank-Kaffee und Marmeladebrot.  
 2. Frühstück: Margarinebrot.  
 Mittagessen: Sauerkraut und Speck.  
 Vesper: Kaffee und Marmeladebrot.  
 Abendessen: Kartoffeln, Salat, Eier.

3. Tag {  
 1. Frühstück: Kornfrank-Kaffee mit Marmeladebrot.  
 2. Frühstück: Margarinebrot.  
 Mittagessen: Linsensuppe und Waffeln.  
 Vesper: Kaffee und Margarinebrot.  
 Abendessen: Heringsalat und Kartoffeln.

2. Mengenmäßige Aufstellung der verbrauchten Nahrungsmittel eines Jahres in den beiden Vergleichsgebieten.

Die Personen sind als Vollpersonen gewertet:

0— 4 Jahre = 0,25 Vollpersonen  
 4— 7 Jahre = 0,50 Vollpersonen  
 7—13 Jahre = 0,75 Vollpersonen  
 von 13 Jahre ab = 1 Vollperson.

In Donaukimling wurden 200 Familien untersucht:

I = . . . . .	141	} 752 Vollpersonen.
II = . . . . .	222	
III = Handwerker	250	
Bauern . . . .	46	
IV = . . . . .	143	

Die III. Gruppe ist geteilt in Handwerker und Bauern angeführt, jedoch wegen der geringen Zahl der Bauern nicht sehr einleuchtend.

Im Mosel-Hunsrück-Gebiet wurden 61 Familien untersucht:

I = 92	} 293 Vollpersonen.
II = 78	
III = 76	
IV = 47	

Durchschnittswerte:

Ein Huhn = 2 kg	0,990 l Öl = 1 kg
1 Ente = 3 kg	2 Stück Salat = 1 kg
18 Eier = 1 kg	5 Stück Maiskolben = 1 kg
0,995 l Milch = 1 kg	

a) Nahrungsmittelverbrauch in Donaukiömling pro Vollperson und Jahr.

Bezeichnung der Nahrungsmittel	(n=141)	(n=222)	(n=250)	(n=46)	(n=143)	
	I. Gr.	II. Gr.	III. Gr. H	III. Gr. B	IV. Gr.	
Kilogramm						
<b>Tierische Nahrungsmittel:</b>						
Fleisch { gekauft .....	9,42	5,11	5,34	4,48	2,72	
{ selbstgeschlachtet.....	77,60	56,62	41,27	41,08	30,40	
Geflügel { Hühner .....	20,00	11,12	6,50	7,94	5,90	
{ Enten .....	8,58	5,16	2,58	6,60	1,59	
Fische .....	7,77	6,06	3,15	3,36	1,81	
Eier .....	8,00	5,10	3,90	8,34	2,72	
Milch .....	75,00	83,00	62,00	97,00	55,00	
Käse (Quark) .....	7,00	4,31	3,46	2,97	1,60	
Butter .....	unbetr.	unbetr.	—	—	—	
Schmalz .....	13,34	12,67	14,14	8,73	10,88	
<b>Pflanzliche Nahrungsmittel:</b>						
Mehl.....	148,90	159,70	184,40	146,50	170,90	
Kartoffeln .....	207,09	197,97	196,20	263,04	202,44	
Hülsenfrüchte: Bohnen .....	5,51	6,87	7,63	8,82	6,75	
Gemüse { Salat .....	2,00	2,74	1,79	1,54	1,49	
	Gurken .....	9,88	7,10	6,08	4,09	5,57
	Tomaten .....	5,84	6,66	4,54	4,80	7,10
	Zwiebel .....	8,17	7,98	6,23	6,10	6,97
	Kürbis .....	1,18	2,00	1,23	0,76	2,65
	Mais .....	4,30	3,50	5,02	5,80	5,25
{ Kraut .....	13,55	8,86	11,72	14,31	11,46	
Obst { Äpfel .....	7,24	7,88	4,66	4,16	3,65	
	Birnen .....	6,04	6,32	3,15	6,08	7,07
	Trauben .....	17,44	12,87	9,95	11,63	7,53
	Zwetschgen .....	10,12	8,98	6,64	12,38	9,39
	Marillen.....	4,57	4,60	1,16	1,30	2,86
	Kirschen .....	6,50	4,05	1,29	3,20	1,90
	Melonen .....	4,28	6,39	4,80	3,27	5,44
	Mohn .....	1,17	0,88	0,57	0,95	0,77
{ Nüsse.....	4,45	4,31	3,11	1,42	1,64	
Zucker .....	4,63	3,38	2,63	2,78	2,09	
<b>Genußmittel:</b>						
Wein (1) .....	227,00	145,00	78,60	143,00	139,00	
Salz .....	6,93	6,65	6,73	6,70	6,96	
Paprika .....	1,52	1,52	1,16	0,90	1,08	
Essig .....	unbetr.	unbetr.	unbetr.	unbetr.	unbetr.	
Kaffee (Bohnen) .....	0,25	unbetr.	unbetr.	unbetr.	unbetr.	
Tee (russ.) .....	0,125	unbetr.	—	—	—	
Tabak (siehe unten!)						

Raucher sind 75 v. H. der Bevölkerung. Davon:

50 v. H. schwache Raucher (25 g Tabak pro Woche),

25 v. H. starke Raucher (50—75 g Tabak pro Woche).

b) Nahrungsmittelverbrauch im Mosel-Hunsrück-Gebiet pro Vollperson und Jahr.

Bezeichnung der Nahrungsmittel	(n = 92)	(n = 78)	(n = 76)	(n = 47)	
	I. Gr.	II. Gr.	III. Gr.	IV. Gr.	
	Kilogramm				
Fleisch { gekauft.....	42,77	16,25	14,91	13,77	
Fleisch { selbstgeschlachtet .....	25,71	22,77	28,50	3,84	
Wurst .....	12,34	10,13	11,17	8,87	
Fische { frisch .....	5,43	4,70	4,75	3,70	
Fische { Konserven .....	2,90	0,77	0,61	—	
Fische { Heringe.....	11,70	4,63	5,31	3,17	
Eier .....	6,16	8,78	11,50	1,30	
Milch .....	177,00	148,00	213,00	85,00	
Käse { Vollfett.....	0,90	1,50	1,20	2,40	
Käse { Quark.....	12,54	29,41	13,43	5,80	
Butter .....	15,23	14,29	10,06	2,87	
Sonstige tierische Fette { Schmalz .....	4,25	2,08	3,72	3,71	
Sonstige tierische Fette { Rinderfett .....	2,11	1,78	2,03	2,87	
Mehl { Roggen .....	115,15	95,89	91,57	138,50	
Mehl { Weizen .....	10,50	28,50	13,76	6,10	
Kartoffeln .....	293,45	307,70	407,20	258,10	
Hülsenfrüchte { Linsen .....	2,90	2,60	3,00	3,40	
Hülsenfrüchte { Bohnen.....	6,30	8,80	6,60	4,20	
Hülsenfrüchte { Erbsen .....	2,50	3,10	2,00	3,40	
Gemüse { Salat .....	19,50	25,10	19,00	8,50	
	Gemüse { Gurken .....	9,89	3,00	2,00	2,90
	Gemüse { Tomaten .....	2,50	2,68	2,30	1,74
	Gemüse { Zwiebel .....	6,60	6,00	5,00	5,00
	Gemüse { Spinat .....	2,40	2,30	2,20	1,10
	Gemüse { Sauerkraut .....	12,30	24,50	20,50	4,90
	Gemüse { Weißkraut.....	12,10	22,50	12,80	?
	Gemüse { Wirsing .....	11,00	16,10	11,90	6,80
	Gemüse { Rote Rüben .....	3,00	2,50	2,70	1,30
	Gemüse { Möhren .....	6,10	12,00	9,00	5,00
	Gemüse { Winterkohl .....	?	?	?	?
Obst { Blumenkohl .....	?	?	?	?	
	Obst { Äpfel .....	37,10	27,00	26,90	15,60
	Obst { Birnen.....	7,00	4,30	3,30	—
	Obst { Trauben (Mosel) .....	3,80	3,00	4,30	—
	Obst { Zwetschgen.....	10,30	4,10	4,20	3,40
	Obst { Kirschen (Mosel) .....	3,30	2,50	0,70	—
	Obst { Nüsse.....	0,50	0,70	—	—
Obst { Blaubeeren (Mosel) .....	0,80	—	0,30	—	
	Obst { Brombeeren .....	1,30	0,90	1,00	0,50
Honig .....	unbetr.	unbetr.	unbetr.	unbetr.	
Zucker .....	14,13	11,36	11,60	7,25	
Vollsmarmelade .....	—	5,36	3,38	10,90	
Pflanzliche Fette { Margarine .....	0,91	1,86	11,03	12,80	
	Pflanzliche Fette { Öl .....	6,60	7,15	7,55	5,41
Wein 7. v H. in Litern .....	19,50	15,00	19,30	—	
Haustrunk 1—4 v. H. .....	72,80	?	70,00	43,60	
Salz .....	10,00	9,10	9,30	6,40	
Kaffee (Bohnen).....	1,80	2,80	1,30	0,80	
Tee (russischer) .....	unbetr.	unbetr.	unbetr.	unbetr.	
Tabak: 75 Raucher: 50 g Woche					

Zusammengefaßte Aufstellung der Nahrungsmittel der beiden Vergleichsgebiete (Verbrauch in kg pro Vollperson und Jahr).

Bezeichnung der Nahrungsmittel	Donaukimling		Mosel-Hunsrück-Geb.	
	G. I+II	G. III+IV	G. I + II	G. III+IV
Fleisch .....	96,80	78,20	64,94	40,03
Fisch .....	6,91	2,80	15,06	8,77
Eier .....	6,55	4,99	7,47	6,40
Milch .....	79,00	71,00	162,50	149,00
Käse .....	5,65	4,01	22,17	11,37
Butter .....	—	—	14,71	6,46
Fette (tierische) .....	13,—	11,25	5,11	6,17
Mehl .....	104,30	167,23	125,02	124,96
Kartoffeln .....	202,80	220,56	300,57	332,65
Hülsenfrüchte .....	6,19	7,73	13,10	11,30
Gemüse .....	41,88	38,16	101,03	61,91
Obst .....	59,04	39,95	53,30	31,10
Zucker .....	4,—	2,50	12,74	9,92
Fette (pflanzliche) .....	—	—	8,26	18,39

c) Vergleichsaufstellung nach Dulon „Über die Ernährung bäuerlicher Familien“. Betrieb 61 (Schlesien) 1934/35, Vollpersonen, Jahr.

Bezeichnung der Nahrungsmittel	Mengen jährlich je Vollperson kg	Eiweiß täglich je Vollperson g	Fett täglich je Vollperson g	Kh. täglich je Vollperson g	Kalorien täglich je Vollperson
Milch .....	339,60	33,04	14,20	43,10	446,00
Käse .....	5,29	2,50	0,20	0,60	14,20
Butter .....	10,51	0,20	24,10	0,10	225,80
Sonstige tierische Fette .....	3,86	0,40	8,90	—	84,40
Fleisch und Wurst .....	13,58	5,60	10,20	—	118,00
Eier .....	3,17	0,90	0,90	0,10	13,40
Fische .....	1,34	0,50	0,40	—	6,20
Tierische Nahrungsmittel .....	—	43,50	58,90	43,90	908,00
Brot .....	1,13	0,20	—	1,80	8,40
Mehl .....	142,13	39,20	44,00	287,80	1381,50
Hülsenfrüchte .....	0,89	0,50	—	1,20	7,70
Kartoffeln .....	144,23	7,10	0,80	73,50	339,90
Gemüse .....	15,29	0,70	0,10	2,00	12,00
Obst .....	0,93	—	—	0,30	1,40
Zucker .....	7,51	—	—	20,60	84,50
Pflanzliche Nahrungsmittel .....	—	47,70	5,30	387,20	1835,40
Nahrungsmittel insgesamt .....	—	91,20	64,20	431,70	2743,40
davon ausnutzbar .....	—	76,40	61,00	415,90	2585,70

Erläuterung: Die mengenmäßigen Erhebungen sind nach den zuverlässigen mündlichen Angaben und den gelegentlichen Aufzeichnungen über Ernteertrag und Verkauf berechnet. Was nicht verkauft wird, wird verzehrt. Der Abfall bei der Zubereitung ist nicht abgezogen. Die Menge des gekauften Fleisches ist nach den Angaben der Bäuerin verzeichnet.

Ein Eingehen auf Kalorienberechnung würde bei meiner doch viel ungenaueren Untersuchungsart zu keinen richtigen Ergebnissen führen. Ich kann deshalb nur von einem Vergleich der beiderseits verwendeten Nahrungsmittel aus auf eine ausreichende oder nicht ausreichende Ernährung schließen.

d) Versorgung mit den wichtigsten Nährstoffen:

**Eiweißversorgung in Donaukiömling:**

Durch die großen Mengen von Fleisch, die man verzehrt (durchschnittlich 87 kg pro Vollperson im Jahr, das sind täglich 238 g), ist der Eiweißbedarf bestimmt schon gedeckt. Man kann wohl sogar von einer zeitweisen Eiweißüberernährung sprechen. Eine ungünstige Bedeutung ist wohl der Tatsache zuzusprechen, daß 60—70 v. H. des verwendeten Fleisches konserviertes Schweinefleisch sind, vor dem die Leute auch oft einen Widerwillen empfinden, das sie aber doch essen, weil sie es eben haben. Bei der tierischen Eiweißzufuhr sind noch Fische und Quarkkäse zu nennen. Milch und Eier fallen fast völlig aus. Von den pflanzlichen steht an erster Stelle das reichlich verwendete Mehl und die Kartoffeln. Auch die durchschnittlich 6—7 kg jährlich verwendeter Hülsenfrüchte (Bohnen) fallen ins Gewicht, in geringem Maße noch der Mais (15 v. H. Eiweiß).

**Eiweißversorgung im Mosel-Hunsrück-Gebiet:**

Der Fleischverzehr im Mosel-Hunsrück-Gebiet ist ebenfalls hoch, beträgt aber doch nur zwei Drittel von dem in Donaukiömling. Dazu kommt ein großer Anteil an Fischen, besonders Heringen. Eier und Milch spielen ebenfalls eine Rolle, auch Käse (Vollfett- und Quarkkäse) werden 4—5mal soviel verzehrt. Von Mehl (Brot) wird das Eiweiß in geringerem, von der Kartoffel in noch größerem Maße geliefert als in Ungarn. Wichtigen Anteil nehmen die im Mosel-Hunsrück-Gebiet doppelt so viel verwendeten Hülsenfrüchte (Linsen, Bohnen, Erbsen). Auch die im Mosel-Hunsrück-Gebiet doppelt so hohe Gemüsemenge spielt für die Eiweißlieferung eine Rolle. Der Bedarf an Eiweiß ist auch im Auswanderungsgebiet reichlich gedeckt. Im Fleischverzehr macht das konservierte Schweinefleisch nur etwa 40 bis 50 v. H. aus, gegenüber 60—70 v. H. in Donaukiömling.

Die Fettversorgung in Donaukiömling, die in allen Wirtschaftsklassen — das Ergebnis von Gruppe III Bauern ist auch durch die geringe Zahl der Untersuchten nicht erklärbar — ziemlich einheitlich ist, kann quantitativ als gerade noch ausreichend betrachtet werden, weil durch den hohen Fleischverzehr der des Fettes erhöht wird, der sonst hinter dem von Prof. WIRZ (Reichsparteitag 1936) als zweckmäßig erklärten, von 50—60 g weit zurückbliebe. Infolge der guten Schweinemast ist schon anzunehmen, daß die fehlenden 20 g täglich durch Speck und fettes Fleisch ergänzt werden. Die Zusammensetzung ist eine höchst ungünstige und einseitige. Es wird lediglich Schweineschmalz verwendet, Butter fast keine.

Die Fettversorgung im Mosel-Hunsrück-Gebiet ist eine 2—3mal so hohe, hat den Vorteil einer vielseitigen Zusammensetzung, neben Schweine- und Rinderfett auch Butter, die bei den Armen zwar durch Margarine er-

setzt wird, muß aber mit 82 g pro Tag als wesentlich zu hoch angesehen werden, zumal noch das Fett im Schweinefleisch dazukommt.

Die Kohlehydratversorgung in Donaukimling ist mit 160 kg jährlich bestimmt so, daß sie das Kostmaß von Voit von 500 g täglich weit übertrifft. Sie wird hauptsächlich getragen von Mehl, dann von Kartoffeln. Auch das Gemüse spielt eine Rolle. Eine besonders ungünstige Seite ist die geringe Verwendung des Zuckers, den MACLEOD „fuel of Life“ nennt. Wenn wir den Verbrauch von Zucker und Honig in Deutschland von 1909—1913 von

18,02—24,3 kg pro Kopf und Jahr

vergleichen und bedenken, daß 100—150 g täglichen Zuckerverbrauchs für empfehlenswert gehalten werden (Prof. Dr. GRAFE, Würzburg), so sieht man den Unterschied zu Donaukimling in dem Verbrauch von durchschnittlich nur 3 kg jährlich. Dieser Mangel kann auch durch die Riesenmengen von Mehl und Kartoffeln nicht ersetzt werden, da der Unterschied in der Resorptionsgeschwindigkeit der Mono- gegenüber den Polysachariden doch ein zu bedeutungsvoller für die Ernährung ist. Andererseits ist natürlich zu bedenken, daß eine Landbevölkerung die schnelle Resorption nicht so nötig hat wie ein Geistesarbeiter.

Die Kohlehydratversorgung des Mosel-Hunsrück-Gebietes ist ebenfalls eine reichliche. Es übertrifft da der Verbrauch an Kartoffeln den an Mehl (Brot). Was als sehr günstig anzusehen ist: Die Menge des verwendeten Gemüses ist doppelt so hoch wie in Donaukimling (Vitamine); Zuckerverbrauch fast 4mal so hoch.

Das Verhältnis von Eiweiß- und Kh-Verbrauch betreffend, möchte ich folgende Gegenüberstellung von WIRZ, Deutsches Ärzteblatt Nr. 39, 1937, anführen:

Fleisch	Korn
1816: 14 kg pro Kopf und Jahr	250 kg pro Kopf und Jahr
1936: 56 kg pro Kopf und Jahr	86 kg pro Kopf und Jahr.

In unseren Vergleichsgebieten dagegen:

	Fleisch	Korn
Donaukimling	70 kg pro Kopf und Jahr	162 kg pro Kopf und Jahr (Weizen)
Mosel-Hunsrück-Geb.	52 kg pro Kopf und Jahr	125 kg pro Kopf und Jahr (Weizen und Roggen)

Unterschied in der kalor. Ernährung der einzelnen Gruppen:

Den genügenden Gehalt an Eiweiß, Fett, Kohlehydraten der Kimlinger Ernährung kann man für die beiden ersten Gruppen wohl zugeben. Wenn man die beiden letzten zusammennimmt, so stellt man fest, daß wohl ein spürbarer Rückgang der Nahrungsmittelmengen zu bemerken

ist, vor allem was Fleisch- und Zuckerverbrauch betrifft. Doch steht der Unterschied in der Ernährung in keinem Verhältnis zum Unterschied im Besitz, da die Bauern mit viel Land so mit Steuern überlastet sind, daß sie sich nichts kaufen können; dazu ist auch der Tagelöhner viel eher geneigt, sein eben verdientes Geld auszugeben, weil er weniger aufs Spiel setzt als der Bauer, der sich seinen Boden erhalten muß.

Im Mosel-Hunsrück-Gebiet ist ein wesentlich größerer Unterschied in der Ernährung der einzelnen Gruppen festzustellen, weil hier Landbesitz mit dem Zuwachsen von Lebensmitteln gleichbedeutend ist, die für den, der sie kaufen muß, doch wesentlich teurer sind.

Trotzdem ist die Ernährung in allen 4 Gruppen laut der in folgenden Zahlen gemachten Angaben ausreichend:

	Fleisch		Fett		Mehl	
	I + II	III + IV	I + II	III + IV	I + II	III + IV
Donaukimling	96,80	78,20	13,00	11,25	104,30	167,23
Mosel-Hunsrück-Geb.	64,94	40,03	28,13	31,00	125,02	124,96

kg pro Kopf und Jahr

e) Der Gehalt der Ernährung in Donaukimling an den wichtigsten Vitaminen.

Vitamin A: Da die Hauptlieferanten Butter und Eier fast völlig fehlen, glaube ich hier einen sehr wichtigen, durch die Ernährung bedingten ungünstigen Entwicklungsfaktor zu sehen. An ein Zurückbleiben der Körpergröße muß man unbedingt denken, wenn man überlegt, daß das Vitamin A einen Wachstumsfaktor enthält.

Die verheerende Wirkung des A-Mangels in der Säuglingsernährung habe ich auf Seite 571 an Hand des Beispiels von Dänemark erwähnt. Es ist anzunehmen, daß für die hohe Säuglingssterblichkeit in Donaukimling auch diese schlechte Versorgung mit Vitamin A verantwortlich ist (FEER). Auch die teils sehr schlechten Zähne stehen damit in Zusammenhang, da für deren Aufbau die Anwesenheit von Vitamin A notwendig sein soll (STEPP).

Vitamin B<sub>1</sub>: Die Unzulänglichkeit der Vitamin B<sub>1</sub>-Versorgung habe ich durch den mangelhaften Anteil der Ernährung an Vitamin B<sub>1</sub>-Trägern (Vollkornbrot, Kartoffeln, Hülsenfrüchte) einerseits und die Überlastung mit B<sub>1</sub>-verbrauchenden Kh (Weißmehlspeisen, Wein) andererseits auf Seite 571 ff. begründet. Dieser Mangel ist wohl auch, wie die Forschungen von PETERSEN-Kopenhagen bei den Eskimos Ost- und Westgrönlands ergeben haben, für die in Donaukimling so weit verbreitete Zahnkaries verantwortlich zu machen.

Der Gehalt der Nahrung an Vitamin C ist in Donaukimling in außerordentlichem Maße der Jahreszeit unterworfen. Im Sommer ist der Bedarf trotz Interesslosigkeit dem Gemüse gegenüber reichlich gedeckt durch den grünen Paprika, der ja nach den Veröffentlichungen von v. SZENT

GYÖRGY sehr große Mengen Vitamin C enthält. Außerdem wird im Herbst Obst in reichlichem Maße gegessen.

Die Zeit des Paprikagenusses dauert aber nur etwa 6—8 Wochen. Die Konservierung in Essig für den Winter ist eine geringe, zudem nimmt der Vitamin C-Gehalt durch den Essigzusatz ab. Der sehr viel (1,3 kg pro Kopf und Jahr) verwendete, getrocknete und pulverisierte rote Paprika ist als C-Lieferant nicht mehr zu rechnen, wohl aber als ungünstiger Reiz für Magen-Darmschleimhaut und das Nierensystem.

Als Vitamin C-Lieferant spielt eine wichtige Rolle die Zwiebel, die man in großen Mengen (7,1 kg pro Person und Jahr) verbraucht, vielfach roh genießt mit Salz, Paprika und Brot. Die Vorliebe dafür ist wohl mit dem Hunger nach Vitamin C zu erklären.

Im Winter und Frühjahr ist es mit der C-Versorgung schlecht bestellt. Da es Gemüse und Salat nicht gibt, müssen lediglich Sauerkraut und die in Essig gelegten Gurken und Paprika dafür aufkommen. Gemüse wird nicht aufbewahrt, Obst nicht eingekocht. Daß da ein erheblicher Mangel an Vitamin C auftritt, ist wahrscheinlich. Skorbutische Erscheinungen konnte ich nicht beobachten, wohl ist aber hierbei an die vielen Infektionskrankheiten zu denken, unter denen Kinder und Erwachsene zu leiden haben und die ja einen gesteigerten Vitamin C-Bedarf nach sich ziehen. CZERNY bringt Scharlachentstehung mit Ernährungsfehlern in Zusammenhang; von SZENT-GYÖRGY spricht die Entstehung von Infektionskrankheiten durch Mangel an Vitamin C aus. Vielleicht finden wir hier einen Hauptgrund der zahlreichen Pneumonien, wenn wir die Erkältungsmöglichkeiten: Arbeit im heißen Klima mit Abkühlung in den teils feuchten Lehmhäusern noch dazunehmen (Pneumoniekranker braucht 10fache Tagesdosis von 50g Vitamine C). Der C-Mangel ist auch von Tragweite, wenn wir bedenken, daß nach den Forschungen an der Kötschau-Klinik, Nürnberg, der Lungentuberkulose sehr große C-Mengen benötigt. Mit dieser Krankheit scheint nämlich ein großer Teil des Dorfes verseucht zu sein.

Vitamin D: Rachitis gibt es kaum, wohl durch die lange Ernährung mit Muttermilch und viel Sonne.

Der Gehalt der Ernährung im Mosel-Hunsrück-Gebiet an den wichtigsten Vitaminen.

Vitamin A: Durch den besonders in den beiden oberen Gruppen reichlichen Buttergenuß und den größeren Verbrauch von Eiern und Milch ist ein Vitamin A-Mangel nicht anzunehmen. Anders ist es bei der IV. Gruppe, die die Butter durch vitaminfreie Margarine ersetzt.

Vitamin B<sub>1</sub>: Durch die Verwendung von fast ausschließlich Schwarzbrot, zu dem das Mehl nach unserem gröberen Mahlverfahren hergestellt ist, durch den reichlichen Verbrauch von Kartoffeln und Hülsenfrüchten

(1—2mal wöchentlich Erbsen, Linsen, Bohnen), halte ich einen Vitamin B<sub>1</sub>-Mangel für unwahrscheinlich. Zudem ist der Weißmehlverbrauch ein äußerst geringer, da es Mehlspeisen nur ganz selten gibt; es wird also nicht soviel B<sub>1</sub> beansprucht. Über die Ausdehnung der Zahnkaries konnte ich kein einwandfreies Bild bekommen.

Vitamin C: Wenn eine ausreichende Versorgung auch über die Wintermonate überhaupt möglich ist, so ist sie im Mosel-Hunsrück-Gebiet einwandfrei vorhanden. Der Anteil von Gemüse und Obst an der Ernährung ist ein sehr großer, die Aufbewahrung des Gemüses und Bereitstellung des grünen Salates für das ganze Jahr, ebenso das Einkochen des Obstes (durchschnittlich 30—33 l pro Familie) nur vorbildlich.

Vitamin D: Fälle von Rachitis kommen vor. Über die Häufigkeit kann ich nichts Endgültiges sagen. Sie werden mit Lebertran geheilt.

Zusammenfassung: Wir finden also, daß nicht in kalorischer Beziehung, sondern in der Art der Zusammensetzung und dem Gehalt an den drei wichtigsten Vitaminen A, B<sub>1</sub>, C die Donaukimlinger Ernährung teils jahreszeitlich, teils immer der der Urheimat weit unterlegen ist. Dann muß man die kürzere Schlafzeit und die längere und schwerere Arbeit (da nur primitive Hilfsmittel) hinzufügen, was also das Verhältnis von Nahrung — Ruhe — Bewegung, sehr ungünstig verschiebt, aber den Kalorien- und Vitaminbedarf erhöht.

### 3. Besondere Zuwendungen.

a) Die Säuglingsernährung in Donaukimling wird vor allem bestimmt durch die Muttermilch. Es herrscht da ein zwangloses, ganz natürliches Ethos des Stillens, das dem Kind so lang als irgend möglich die Brustmilch zu gewähren sucht. Die Bäuerin will dadurch eine nächste Schwangerschaft verhindern. So ist es keine Seltenheit, wenn das zweijährige Kind den Fußschemel bringt mit der Aufforderung: „Mutter, setz dich!“ In einem Fall wurde ein Kind drei volle Jahre lang gestillt. Trotzdem beträgt die durchschnittliche Stilldauer, die sich aus der Stillzeit von 413 Kindern ergibt, nur 10,53 Monate. In 73 Fällen waren die Mütter durch Krankheit oder sofortige Arbeitsaufnahme in ihrer Stilltätigkeit behindert:

25 durch Lungenkrankheit,

24 durch Ausbleiben der Milch (Frühehe, schwere Arbeit),

3 durch Typhus,

8 durch sofortigen Arbeitsbeginn als Tagelöhnerin.

Eine Einschränkung der Stilldauer findet fast bei allen Frauen der Kleinbauern- und Handwerkergruppen statt, da die meisten neben ihrer Arbeit noch in den Taglohn bei Wohlhabenden oder in der Nachbarstadt Paks gehen.

Flaschenkinder werden folgendermaßen ernährt:

Bis zum Alter von 3 Wochen Kuhmilch, zur Hälfte verdünnt mit schwarzem Tee!

Bis zum Alter von 2 Jahren Grießbrei, Einbrennbrei (Fett, Mehl, Wasser).

Bis zum Alter von 2 Jahren ab Erwachsenenkost.

An flüssigen Nahrungsmitteln werden sonst noch verfüttert: Eichelkaffee, Gerstenkaffee, Milch mit Wasser und Zucker, Milch mit Kümmelaufguß, Kamillentee, Buttersuppe.

An festeren: Mehlbrei, Kartoffelbrei, Milch und Brot, Kartoffeln.

Die Ernährung mit Gemüse und Obst ist nicht üblich. Flaschenkinder und Kurzgestillte essen von 1 Jahr ab ganz, Langgestillte zusätzlich mit am Tisch der Großen.

Die Säuglingsfürsorge besteht darin, daß an 12—16 Säuglinge je 1 Monat lang 2mal wöchentlich 0,5 kg Zucker kostenlos abgegeben wird.

Die Kinderernährung unterscheidet sich fast in nichts von der der Erwachsenen, nur daß sie zum Frühstück häufiger Milch und Brot mit der Mutter essen, während der Vater und größere Söhne das Schweinefleisch bevorzugen. Den Weingenuß kann man von 2—3 Jahren an rechnen. Es gibt zwar jüngere Mütter, die das zu verhindern suchen, jedoch die Großeltern geben den kleinen Kindern immer Wein in der Ansicht, daß er groß und stark mache.

Die Rachitis kommt kaum vor, was wohl der Muttermilch und der sonnigen Hofanlage zu verdanken ist.

Die Mitarbeit der Kinder im Betrieb erfolgt vom 8.—10. Lebensjahr ab, was kleinere Arbeiten in Haus und Hof und im Sommer das ganze Füttern und Tränken des Viehs betrifft. Nach dem Austritt aus der Schule, der nach 6 Klassen schon mit 12 Jahren erfolgt, werden die Kinder selbst zur schwersten Feldarbeit voll und ganz herangezogen, was in einem Stehenbleiben des Wachstums in diesem Alter zum Ausdruck kommt.

Zur Feststellung, ob die Ernährung der Kinder eine ausreichende ist, habe ich sämtliche Schulkinder gemessen und gewogen und nach der Methode von Kech-Köhnle, die Alter, Größe und Gewicht in Beziehung bringt, die Variationskurven aufgestellt. Eine Unterernährung für die entsprechende Körpergröße geht daraus nicht hervor, wohl weil die Kinder das sommerliche Obst und Brot in großen Mengen essen. Ob aber die gebotene Ernährung eine günstige oder ungünstige ist, darüber geben die Wachstumskurven allein besser Aufschluß.

Rücksicht auf besondere Schwangerenernährung wird nicht genommen.

Eine Untertagsverpflegung des Arbeiters muß bei fast allen ärmeren Familien berücksichtigt werden, deren Väter und große Söhne oft stundenweit zum Arbeitsplatz gehen, wo sie als Maurer oder Straßenarbeiter tätig

sind. Ihre Ernährung besteht durchwegs aus Speck und Brot oder Schmalz und Brot, zeitweise mit grünem Paprika. Das warme Mittagessen wird dann erst zum Abend gekocht.

b) Im Mosel-Hunsrück-Gebiet beträgt die durchschnittliche Stilldauer 6,15 Monate. Die Säuglingsfürsorge und Mütterschulung ist eine sehr ausgedehnte, Ernährung und Pflege äußerst fortschrittlich. Die Nahrungsmittel für die Säuglinge sind: Milch und Haferschleim, Haferzwieback, Nährgries, Reismehl, Nestles Kindermehl, Mondamin, Maizena, Gemüse, sogar Bananen werden viel gegeben.

Die häufigere Rachitis (Bauweise, Sonnenmangel) wird mit Lebertran bekämpft.

Die Kinderernährung wird bis zum Alter von 1½ Jahren durchgeführt, dann setzt die vernünftige, an Gemüse und Obst reiche Erwachsenenkost ein. Verwendung von Kakao und Pudding ist reichlich. Den Weingenuß (Haustrunk 3—4 v. H.) kann man etwa vom 3. Lebensjahr an in Betracht ziehen, doch verschwindet er in dem frühen Alter immer mehr. Die Mithilfe im Betrieb setzt hier mit dem 10.—12. Jahr ein, volle Arbeit nach Verlassen der Schule, mit 14 Jahren.

Rücksicht auf besondere Schwangerenernährung ist bei dem hohen Gemüseverbrauch wohl nicht nötig. Die Untertagsverpflegung des Arbeiters besteht aus Butterbrot und Wurst, bei den Armen oft nur aus Margarinebrot.

Vergleich: Wenn wir nun die entwicklungsfördernde oder -hemmende Eigenschaft der Kinderaufzucht in den beiden Gebieten vergleichen, so sehen wir: In der Versorgung mit Muttermilch ist der Donaukimlinger Säugling weit überlegen, was die sehr sorgfältige, künstliche Ernährung im Auswanderungsgebiet mindestens aufwiegt (siehe Rachitis).

Die Variationskurve, die ich aus technischen Gründen hier nicht wiedergeben kann, zeigt, daß im ganzen gesehen das Gewicht im Verhältnis zur Körpergröße über dem deutschen Durchschnitt liegt. Es besteht aber kein Anlaß, dies auf besonders guten Ernährungszustand zurückzuführen, sondern ist wahrscheinlich der Ausdruck des geringen Größenwachstums. Eine geringe Abnahme der Körperfülle ist bei Knaben mit 9, bei Mädchen mit 10 Jahren zu bemerken (arbeitsbedingte Wachstumshemmung).

C. Schlußzusammenfassung: Wenn ich mir nun noch einmal die Frage vorlege, inwieweit die wirtschaftlichen, hygienischen und Ernährungsverhältnisse für die Auswanderer günstige oder ungünstige Entwicklungsfaktoren gewesen sind, so muß ich bedenken, ob die Verhältnisse im Laufe der 150 Jahre seit der Auswanderung auf beiden Seiten immer so waren, wie sie heute sind. Von Donaukimling steht fest, daß die wirtschaftlichen und damit die Ernährungsverhältnisse vor dem Krieg etwas besser waren.

Andererseits habe ich mir im Auswanderungsgebiet berichten lassen, daß zu Großväterzeiten die Lebensweise noch eine einfachere war, daß man künstliche Dinge, die heute viel verwendet werden, wie Fischkonserven, Kakao, Pudding eben noch nicht gekannt hat, weshalb aber die Ernährung nicht unbedingt schlechter gewesen sein muß.

In den Grundzügen kann man jedoch wohl den heutigen Stand als maßgeblich für die Zeit der Auswanderung annehmen.

So muß man abschließend feststellen, nochmal erinnernd an die Vergleichsergebnisse der einzelnen Abschnitte, daß die Auswanderer in ihrer neuen Heimat in bezug auf wirtschaftliche, hygienische und Ernährungsverhältnisse keine entwicklungsfördernden Umstände vorgefunden haben, sondern daß diese Umstände harte Proben der Widerstandsfähigkeit gestellt und dazu beigetragen haben, den Donaukimlinger Menschen so zu formen, wie wir ihn heute finden.

### Schluß

Die Donaukimlinger, die in kleinen Gruppen aus verschiedenen Teilen Westdeutschlands kamen, stellen heute nach 150 Jahren gemeinsamen Zusammenlebens in der neuen Heimat eine Bevölkerung eigener Prägung dar. Von der Herkunftsbevölkerung unterscheiden sie sich besonders durch geringere Körpergröße, breitere Kopfform, dunklere Haar- und Augenfarbe.

Diese Veränderungen bedeuten äußerlich eine Angleichung an die in Ungarn eingesessene Bevölkerung. Als Ursache dafür läßt sich jedoch eine Vermischung sicher ausschließen, vielmehr müssen wir für das heutige Erscheinungsbild in erster Linie die Auslese verantwortlich machen. Aus der Untersuchung der Sterblichkeit ergab sich eine ungewöhnlich starke Ausmerze gegenüber der Urheimat. So kann die gefundene Veränderung der Körpermerkmale als der Ausdruck für das große Opfer angesehen werden, das die Siedler ihrer neuen Heimat bringen mußten. Auch in der Verschiebung der Erbanteile der einzelnen Herkunftsgegenden kommt die Auslese zum Ausdruck.

Neben der Veränderung des Erbbildes müssen wir wenigstens bei der Herabminderung der Körpergröße eine ziemlich weitgehende individuelle Anpassung annehmen. Sowohl für diese Einschränkung der Variationsfähigkeit wie für die Ausmerze lassen sich die andersartigen, meist ungünstigeren äußeren Einflüsse anführen, d. h. der Umweltfaktor der schlechteren wirtschaftlichen, hygienischen und Ernährungsverhältnisse. Trotz der großen Sterblichkeit und starker Fortwanderung erwies sich die biologische Kraft der Donaukimlinger als so groß, daß sich die Bevölkerungszahl in den 150 Jah-

ren ihrer Geschichte verdreifachte. Die seit 1880 deutlich beginnende Geburteneinschränkung läßt bei einem Fortschreiten dieser Entwicklung den Bevölkerungsbestand als bedroht erscheinen. Hier wird nur die bereits heute bemerkbare völkische Erneuerung einen Wandel schaffen können.

Als günstig muß schließlich bei der Beurteilung der Zukunft angesprochen werden, daß durch die starke Auslese ein tüchtiger Menschenschlag gezüchtet wurde, der für die dortigen Verhältnisse als gut angepaßt gelten kann.

## Verwendetes Schrifttum

1. DULON: „Untersuchungen über die Ernährung bäuerlicher Familien.“ Beiheft zur Zeitschrift „Die Ernährung“. Leipzig 1937.
2. Zeitschrift „Die Ernährung“. Leipzig 1936, 1937, 1938.
3. HEMPKE: „Das Brot in der Volksernährung.“ Zeitschrift „Leib und Leben“. Dresden, Juli 1938.
4. KÖTSCHAU: „Die Ernährung, die größte Arznei unserer Heilkunde.“ Hippokrates, Stuttgart 1938, Heft 38.
5. SCHEUNERT: „Broternährung und Vitaminversorgung.“ Zeitschrift „Zeit und Leben“. Dresden, Juli 1938.
6. SCHROEDER: „Über den Vitamin C-Bedarf und seine Deckung durch die Nahrung.“ Hippokrates, Stuttgart 1928, Heft „Die Ernährung als Ursache der Zahnkaries“. Zeitschrift „Leib und Leben“. Dresden, Juli 1938.
7. SEYDERHELM: „Die Hypovitaminosen.“ Leipzig 1938.
8. STEPP, KÜHNAU, SCHROEDER: „Die Vitamine und ihre klinische Anwendung.“ Stuttgart 1937.
9. TORNAN: „Beiträge zur Ernährungsstatistik“, Beiheft zur Zeitschrift „Die Ernährung“. Leipzig 1938.
10. VOGEL: „Schwarz oder Weiß? Ein Beitrag zur Brotfrage.“ Zeitschrift „Leib und Leben“. Dresden, Juli 1938.

Die vollständige Gruppenarbeit ist im Archiv für RBWK, Reichsstudentenführung, München, Karlstr. 16, einzusehen unter der Nr. 525.