

# Die Fische in der „Groß-Schützenser Gesundheitslehre“

Die Sekte der Wiedertäufer, vom Volke „Habaner“ genannt, fand nach 1520 in der Umgebung von Nikolsburg eine sichere Zukunftsstätte und wurde von den Liechtenstein sowie den Fünfkirchnern in jeder Weise unterstützt. Sie waren tüchtige Bauern und Handwerker, die in gemeinschaftlicher Arbeit die Felder und Weingärten bestellten und den Gewinn auf die Familien aufteilten. Ihre Wundärzte waren wegen ihrer Kenntnisse gesucht, die sie sich durch eifriges Studium aneigneten. Ihre „Gesundheitslehre“, die ein unbekannter Habaner niederschrieb, ist ein schöner Beweis ihrer praktischen Arznei- und Heilkunde, die von dem wichtigsten Grundsatz ausging: „Es ist besser, durch eine vernünftige Lebensweise der Krankheit vorzubeugen, als sie zu heilen.“ Daher finden wir in dem Buche genaue Vorschriften über die Lebensmittel Fleisch, Fisch, Obst, Wein, Honig und Gewürze, über ihre Zubereitung und Verwendung in der Küche, über ihren Nährwert sowie über den Nutzen und Schaden für den menschlichen Körper. Der Verfasser ist gut unterrichtet über die Anschauung der griechischen, jüdischen und arabischen Ärzte; denn er verweist wiederholt auf Hippokrates, Galenos, Avicenna, auf Ragi von Bagdad (verst. 932) und Isaak ben Soleiman (verst. 940). Vielleicht besuchte er die damals berühmten Hochschulen in Salerno, Padua und Bologna. Für seine Glaubensgenossen sollte das Buch ein Nachschlagewerk sein, damit sie durch eine vernünftige Lebensweise gesund bleiben.

Was sagt er nun in der „Heilslehre“ über die Fische? Es ist ein Kunterbunt von Wahrheit und Irrtum. Hören wir!

Das Buch rechnet Fische nicht zum Fleisch und betont immer ihren geringen Nährwert. Die Seenfische sind besser als die, welche in Teichen und in fließenden Gewässern leben; denn die Seenfische haben einen sehr guten Geschmack und einen größeren Nährwert; auch die im Meer und in den fließenden Gewässern sich aufhalten, sind für den menschlichen Genuss von großem Vorteil. Die großen Tiere sind nicht immer die besten für die Küche, wohl aber die kleinen. Ein Fisch soll nicht zu groß sein, nicht zu fett, nicht zu schleimig, keinen üblen Geruch haben und keinen süßlichen Geschmack. Gebratene Fische sind nicht mit einer Schüssel zuzudecken, weil sie dann für den menschlichen Genuss nicht zuträglich sind; dies gilt auch für geröstete Fische. Schon das Zudecken mit einem Buch kann schädlich sein. Nach großer Bewegung, nach einer schweren Arbeit und körperlichen Anstrengung vermeide man, einen Fisch zu essen, weil die Feuchtigkeit im menschlichen Leib zerbrochen wird. Nach dem Urteil der indischen Ärzte bekommt jener, der Milch zu Fischspeisen trinkt, den gefürchteten Aussatz. Der Genuss von Bauch und Kopf eines Fisches kann gefährlich werden, dagegen sind der Schwanz und das Rückgrat ausgezeichnete Speisen. Der schlechteste und gefährlichste Teil ist aber der Nabel.

Die Fische in den Feldbächen sind die gesündesten. Den besten Geschmack haben die Aschen, die deshalb von den Grundherren sehr geschont werden. Gekochten Aal genießt man mit Wein, Spezereien und mit Knoblauch, der sehr bekömmlich ist; im Mai vermeide man ihn aber, da er in diesem Monat für den Menschen sehr gefährlich sein kann. Aale geben wenig Nahrung, reinigen die Kehle und machen eine klare Stimme. Im Wein gekocht, schmeckt Aal gut und hat seine Schädlichkeit verloren. Wird er im Wasser gesotten, so muss man dieses wegschütten; nie unterlasse man, beim Essen einige Stücke Knoblauch zu verzehren. Barbenroggen ist giftig. Menschen mit heißer Natur sollen fleißig Fische essen, weil diese kalt und feucht sind. Die beste Zeit für die Bereitung der Fischspeisen ist der Sommer. Für Choleriker sind sie zu empfehlen, nicht aber für den Melancholiker. Das

Fischfleisch muss hart sein. Im allgemeinen tun die Menschen gut, wenn sie selten zur Fischnahrung greifen. Gesalzene Fische, die schon alt sind, muss jeder ablehnen, weil sie viel Durst machen. Loben kann man dagegen gesalzene Fische mit einem weichen Fleisch. Wer viel Fische verzehrt, vergesse dabei nie den Essig.

Vorzüglich schmecken die kleinen Fische aus fließenden Gewässern, die auf dem Grund viel Steine und Kiesel haben; auch solche sind ausgezeichnet, die viel Schuppen, aber wenig Schleim haben und sich schnell bewegen. Die Milch in den Fischen taugt nicht für den menschlichen Genuss und kann sogar gefährlich sein. Faulende Fische sind ungesund, ebenso gebratene Fische, die „an einer feuchten stat“ gestanden sind. Nur warme Fische dürfen auf den Tisch kommen.

Krebse sind schwer verdaulich, geben aber viel Nahrung. Manche glauben, dass sie dem Magen nicht gut tun. Schnecken sind schädlich, blähen und schaden den Adern des Magens. Schwarze Schnecken können gefährlich sein, nicht aber weiße; beim Kochen müssen sie sich öffnen.

Diese Gesundheitslehre nahmen die Habaner mit, als sie vertrieben wurden; jenseits der March fanden sie in St. Johann und Groß Schützen eine zweite Heimat. Hier wurde dieses seltene Buch in der Schlossbibliothek aufbewahrt.

Quellen:

Gerhard Eis: Die Groß-Schützenser Gesundheitslehre, Brünn 1943

Veröffentlicht in: „Österreichische Fischerei“, Heft 7, S. 154