

Blätter, vom Lorbeerbaum, der in den Mittelmeerländern anzutreffen ist; Gewürznelken, die knospenden, getrockneten Blüten des Gewürznelkenbaums auf den Molukken; Pfeffer, die Frucht des ostindischen Pfefferstrauchs, die geschält den weißen und ungeschält den schwarzen Pfeffer liefert; Muskatnuß, der harte Samenkern des Muskatnußbaums auf den Molukken; Vanille, die Schotenfrucht der südamerikanischen Vanillepflanze.

Nach Braun.

40. Kaffee, Tee, Kakao.

Kaffee und Tee besitzen keinen Nährwert; sie sind keine Nahrungs-, sondern Reiz- und Genußmittel. Sie enthalten jedoch gewisse Stoffe, welche anregend und belebend auf unsere Nerven einwirken. Wenn sie zu oft oder in zu großer Menge genossen werden, erzeugen sie Nervenschwäche und Schlaflosigkeit und können deshalb besonders für die Jugend schädlich werden. Der aus Malz bereitete sog. Gesundheitskaffee ist für diese wohl zweckdienlicher. Der Kakao dagegen enthält außer den angenehm erregenden Stoffen auch noch Stärkemehl, Fett und Eiweiß und ist deshalb zugleich nahrhaft. Bei uns sind diese Genußmittel erst während des 17. Jahrhunderts bekannt geworden.

Beim Einkauf des Kaffees sieht man darauf, daß die Bohnen hart, schwer und gleichmäßig in Form und Farbe sind. In kaltem Wasser sollen sie untersinken, dürfen dabei aber dasselbe nicht färben und nicht auseinanderfallen. Man kauft nie fertig gemahlene Kaffee, weil derselbe häufig verfälscht ist. Mischt man zwei verschiedene Sorten Kaffee, so wird das Getränk schmackhafter. Deutschland verbraucht von allen europäischen Staaten den meisten Kaffee, jährlich nämlich fast $2\frac{1}{2}$ Millionen z; das macht auf den Kopf beinahe 5 Pfd.

Der Tee ist ein Aufgußgetränk wie der Kaffee. Wir bereiten uns solchen aus den Blüten der Linde, Kamille u. a., aus den Blättern von Salbei, Minze u. s. w. Diese Teesorten sollen einen heilsamen Einfluß auf kranke Personen ausüben. Der auch vom Gesunden geschätzte, ein erheiterndes und belebendes Getränk spendende Tee besteht aus den Blättern des chinesischen Teestrauchs. Man unterscheidet grünen und schwarzen Tee. Beim Einkauf achtet man darauf, daß die Teeblätter dicht gerollt und ohne Stiele sind. Echter Tee darf kaltes Wasser nicht gelb färben. Die feinste Sorte ist mit zarten, weißen Blättchen, den sog. Blüten, untermischt.

Der Kakao ist wegen seines Gehalts an Eiweiß nahrhaft, andererseits aber auch wegen seines Fettes schwer verdaulich. Man entzieht ihm daher dasselbe und stellt dadurch den sog. entölten Kakao her. Derselbe bildet, mit seinem Hafermehl vermischt, als Haferkakao ein schätzbares Kräftigungsmittel für Kinder und Kranke. Der mit Wasser aufgekochte Kakao ist leichter verdaulich als der mit Milch zubereitete. Für Kinder ist Kakao aber unter allen Umständen zuträglicher als Tee oder Kaffee. Leider