INCIPIT EPISTULA ANTIMI VIRI INLUSTRI AD THEUDORICUM REGEM FRANCHORUM

Ratio obseruationis uestrae pietatis secundum praecepta auctorum medicinalium ut potui uobis
exponere perscriptura generaliter procuraui quia prima sanitas hominum in cibis congruis constat id est
si bene adhibiti fuerint bona digestionem corporis faciant. Si autem non bene fuerint cocta grauita-
tem stomacho et uentris faciunt et iam crudores humores generant et carbunculos et ructus
graues faciunt. Exinde etiam fumus in capite ascendet unde et scotomus uel caligines graues
fieri solent. Etiam et uentris corruptella ex ipsa indigestione fit ut accidat sursum post uo-
mitum fit quando stomachus cibos crudos conficere non potuerit. Si autem bene praeparata fuerint
cibi digestio bona et dulcis fit et humores boni nutriuntur. In hoc etiam prima sanitas con-
stat qui se taliter uoluerint obseruare aliis medicamentibus non indigebunt. Similiter et de poto
tantum oportet adhibere quantum cum cibis concordet. Ceterum si plus praesumptum fuerit et maxime
frigidum stomachus ipse infrigdatus nihil proficit. In primum uero triticum panem bene fermentatum DE PANE
non azimum sed bene coctum comedendum. Nam si non bene lauatum fuerit grauat stomachum tamen
fortior est ordeo melius nutrit sed non sic egeretur neque ipse neque sucus eius. Panis uero mas-
claris melius nutrit quidem et melius egeritur. De hordeo natura humida et frigida et purgato-
rium sucus palearum hoc ita agnoscatur hordeum non frixum sed coque in aqua et uidebis suci
defluentem copiosissimum. De carnibus uero ita agnoscite bubula fortissima est et uix DE CARN
egeritur. Nam nec conficitur in uentre propter sanguinis densitatem et habundantiam. Inde et
carnes eius grauissime sunt hominibus quae melancolicum humorem nutriunt. Similiter et lac bene
non accipitur. Berbecinas uero carnes et si frequenter utantur aptae sunt et in iuscello simplice
et assas ut de longe ad focum coquatur nam si proxima fuerit foco foris ardet et intus est crudum.
74 Agnellinas autem carnes aut edetis ob aetatem qualiter uolueris aut uaporatas aut elixas in ius-
cello etiam et assas bonae sunt. Ceruinas autem carnes elixae et uaporatae accipiuntur assae
uero si de nouello fuerint ceruo bonae sunt nam si de uetulis grauiores. De aprunis uero quan-
tum recentiores fuerint leuiores sunt sed elixae assa etiam si fuerint ut longe de foco et diu quasi
quomodo berbicina. De porco domestico et elixe et asse quando tamen recentiores sunt tun-
c meliores et leuiores et aptae ad digestionem. Praeterea de lumbis porcellinis expedit
assas manducare quia aptis et bene conficiuntur. Ita ut sale in aqua soluto cum pinnis tan-
gatur nam aliquam ex omni parte prohibimus. Lactantes uero satrapa et gruis et elixe
et in iuscello et assi in furno. De bualibus uero quae teneriores sunt si capta fuerint caro ipsa
sumatur elixa uel uaporata. Et si delectatus fuerit quis assas post comedere ut longius
foco assentur tamen non bene accipiunt. Carnes uero uaccine uel bualine in salem sunt quae
nisi necessitas exigerit quia pinguedinem ipsorum de sale defluit et deueniunt siccae.

UNIVERSITÄTS-BIBLIOTHEK HEIDELBERG

STAATSBIBLIOTHEK BAMBERG

HESSEN
Staatliche Schlösser und Gärten Hessen

UNESCO
Organisation der Vereinten Nationen für Bildung, Wissenschaft, Kultur und Kommunikation

Kloster Lorsch Welterbestätte seit 1991

© Staatsbibliothek Bamberg
http://bibliotheca-laureshamensis-digital.de/view/sbbam_mscmed1/0149