

Inhaltsverzeichnis [Teil I]

1.	Einführung in den Problembereich	21
2.	Übersicht über Quellen und Literatur der Nahrungsgeschichte	26
2.1	Die Beschäftigung mit Speise und Trank in vorindustrieller Zeit . . .	26
2.11	Die Ernährung als Bestandteil antik-mittelalterlicher Gesundheitslehren	26
2.12	Die Sammlung von Kochrezepten	27
2.13	Die Nahrungsvorsorge im Spiegel der Hausväterliteratur	30
2.14	Die Herausbildung der heutigen Mahlzeitsitten und der „Bürgerlichen Küche“	33
2.2	Nahrungsliteratur des 19. Jahrhunderts	44
2.21	Erste Versuche zur Messung des Nahrungsverbrauchs: Die ältere generelle Pro-Kopf-Statistik	44
2.22	Ernährung und aufkommende „Soziale Frage“	45
2.23	Justus von Liebig und die Anfänge der modernen Ernährungsphysiologie	47
2.24	Die jüngere soziale Konsumtionsstatistik	47
2.25	Empirische Untersuchungen anhand von Arbeiterhaushaltsrechnungen	49
2.26	Berichte der staatlichen Gewerbeaufsicht zur Ernährungssituation der Fabrikarbeiter	51
2.27	Lebensmittelüberwachung und vegetarische Bewegung	52
2.28	Enquêtes des „Vereins für Socialpolitik“ und die Agrar-Industrie-staatsdebatte um 1900	53
2.29	Der Durchbruch zur Beschäftigung mit den Fragen einer allgemeinen Volksernährung im Ersten Weltkrieg	57
3.	Generelle Zusammenhänge zwischen Nahrung und Industrialisierung.	63
3.1	Veränderung des Nahrungsspielraums und der Nahrungszusammensetzung im Gesamtüberblick	63
3.2	Die Überwindung der periodischen Hungersnöte	70
3.3	Die neue Funktion des Geldes bei der Nahrungsbeschaffung	73
3.4	Auswirkungen der Fabrikarbeit auf die Mahlzeiten	75
3.5	Anbruch des „Konservenzeitalters“	78
3.6	Die Veränderung der Nahrungskosten im Rahmen der allgemeinen Lebenshaltung	85

3.7	Die Rolle der Nahrungsmittel im Rahmen der Theorie einer generellen Konsumgüternachfrage unter historischen Aspekten	87
3.8	Stufen in der Entwicklung der Volksnahrung und soziale Kosttypen	90
4.	Ein Grundnahrungsmittel in der Einzelberatung: Die Entwicklung des Fleischverbrauchs	94
4.1	Methodologische Fragen	94
4.2	Die Rolle der Fleischkost in der Volksernährung bis zum Beginn der Industrialisierung	97
4.3	Daten über den relativen Fleischverzehr in Preußen und in Sachsen im 19. Jahrhundert	105
4.4	Der unterschiedliche Fleischkonsum in den Städten und auf dem Lande	112
4.5	Die vermutliche Entwicklung der Fleischkonsumtion in ganz Deutschland zwischen 1802 und 1965	118
4.6	Zur Frage des Fleischverbrauchs nach Sozialschichten	130
4.7	Zusammenfassung	131
5.	Veränderungen des Nährwert- und Kaloriengehalts der Nahrung	133
5.1	Probleme der Anwendung ernährungswissenschaftlicher Methoden auf die Geschichte	133
5.2	Querschnitt durch einige Mahlzeitangaben des 19. Jahrhunderts	135
5.3	Erste Durchleuchtung der Volksnahrung mit Hilfe ernährungsphysiologischer Methoden im Rahmen der Arbeiterhaushaltsrechnungen	139
5.4	Speisepläne aus Massenverpflegungsanstalten als optimale Basis für Nährwertvergleiche zwischen Vergangenheit und Gegenwart	147
5.5	Die technische Durchführung der Umrechnungen	151
5.6	Zusammenfassung	156
6.	Schlußbetrachtung	163
7.	Anhang: Historische Speisepläne, Tabellen und Schaubilder	165
8.	Anmerkungen	199
	Literaturverzeichnis	369
	Gesamtregister	401
	Gesamtinhaltsverzeichnis	415