

Inhaltsverzeichnis.

	Seite
Vorwort	III
Einleitung	XIII
A. Allgemeiner Teil. (Die Volksernährung)	1
I. Warum essen die Menschen?	4
II. Welche Stoffe gebraucht der Mensch zur Nahrung?	7
Nährstoffe und Nahrungsmittel	9
1. Eiweiß.	10
2. Leim, Amidverbindungen	11
3. Fette	12
4. Kohlenhydrate (Stärke, Zucker, Dextrin).	13
III. Wie hoch ist der Nährstoffbedarf des Menschen?	13
Respirationsapparat, Stickstoff- und Kohlenstoffbilanz; Energieumsatz; Eiweißminimum; Nährstoffminimum	16
IV. Der Nährstoffgehalt der Nahrungsmittel	18
1. Tierische Nahrungsmittel	19
Milch, Fleisch, Fleischextrakt, Fische, Eier, Fette, Käse (Quark).	
2. Pflanzliche Nahrungsmittel	24
Getreide (Mehl, Brot, Nudeln); Hülsenfrüchte; Kartoffeln (Topinambur); Gemüse; Pilze; Obst; Honig (Kunsthonig); Marmelade; Bier.	
3. Ermittlung des Nährstoffgehaltes von Nahrungsgemischen	29
V. Verdaulichkeit der Nahrungsmittel	30
1. Wirkung der Verdauungssäfte	31
Speichel; Magensaft; Galle; Pankreas; Darmsaft.	
2. Einfluß der Zerkleinerung und Zubereitung auf die Verdaulichkeit	32
3. Verdaulichkeit der einzelnen Nahrungsmittel	33
Fleisch, Fische; Eier; Milch, Käse; Getreidemehl, Brot (Feinbrot, Grobbrot, Ganzkornbrot); Hülsenfrüchte; Gemüse; Pilze.	
VI. Der Mineralstoffgehalt der Nahrungsmittel	36
Überschuß an Basen oder Säuren; Kalium, Natrium, Chlor, Kalk, Eisen, Bedeutung des Eisens in der Nahrung.	

	Seite
VII. Der Geldwert der Nahrungsmittel	40
Nährwerteinheiten, Geldwerteinheiten, teure und preiswerte Nahrungsmittel.	
VIII. Der Nährstoffverbrauch des deutschen Volkes vor dem Kriege	44
IX. Die Nahrungsmittelversorgung Deutschlands im Kriege	46
1. Aufrechterhaltung der Eigenerzeugung	47
Belieferung der Landwirtschaft mit Düngemitteln; Rückgang der Ernte-Erträge; Förderung des Kleingartenbetriebes; Sicherung der Ackerbestellung; Höchstpreise, Kriegsorganisationen, künstliche Herstellung von Nahrungsmitteln.	
2. Verhinderung der Verschwendung von Nahrungsmitteln	51
Einschränkung der Viehzucht, Öffentliche Bewirtschaftung der Futtermittel, Verwendung neuer Futtermittel.	
3. Verwertung der Abfallstoffe	54
Fette aus Abwässern, Schlachtabfälle, Fisch- und Muschelfleisch, Hefe, Strohmehl.	
4. Gleichmäßige Verteilung der Nahrungsmittel	56
Maßnahmen über Vorratserhebung, Auskunftspflicht, Beschlagnahme, Rationierung, Höchstpreise; Verordnungen zur Fernhaltung unzuverlässiger Personen, zur Bekämpfung von Ketten- und Schleichhandel, übermäßiger Preissteigerung, über die äußere Kennzeichnung von Waren, gegen irreführende Bezeichnungen, Überwachung von Bahn- und Postsendungen, Beschränkung des Fremdenverkehrs, Versorgung von Schwer- und Bergarbeitern.	
5. Tatsächlich verteilte Nahrungsmittel	62
B. Das Ersatzmittelwesen.	68
Begriff des Wortes Ersatzmittel	68
Bekämpfung ungeeigneter Ersatzmittel.	73
Errichtung von Preisprüfungs- und Ersatzmittelstellen.	87
Einführung der Genehmigungspflicht.	92
Grundsätze für die Erteilung der Genehmigung von Ersatzmitteln	101
Versagen und Aufhebung der Ersatzmittelverordnung	103
C. Besonderer Teil	105
Die einzelnen Nahrungs- und Genußmittel.	
I. Fleisch und Fleischwaren	105
Begriffsbestimmung, Nährstoffgehalt, Fleischverbrauch, inländische Erzeugung, ausländische Einfuhr, Fleischmangel, Einführung von Höchstpreisen, Einschränkung des Fleischverbrauchs, Zwangsbewirtschaftung und Rationierung.	
Erhöhung der inländischen Erzeugung; Ziegenfleisch, Schafffleisch, Wild, Pferde- und Hundefleisch, Kaninchen. Andere Fleischquellen: Krähen, Elefantenfleisch, Haifisch-, Wal-, Robbenfleisch.	

	Seite
Fleischkonservierung	118
Eiweißersatzmittel	119
Blut, Knochen, Hefe, Getreidekeime.	
Fleischersatzmittel	120
Fleischkonserven in Dosen	135
II. Wurstwaren	138
Begriffsbestimmung, Wurstsorten, Kriegswürste, Münchner Vorschriften über Wurst.	
Ersatzwürste, Sülzen	149
III. Fische, Schal- und Krustentiere	151
Fischverbrauch und -Einfuhr; Fischwurst.	
Muschelfleisch	158
IV. Fleischextrakt und Würzen	161
Begriffsbestimmung, Chemische Zusammensetzung; amt- liche Anforderungen.	
Ersatzmittel	166
V. Fleischbrühwürfel und deren Ersatzmittel	174
Begriff der normalen Beschaffenheit; behördliche Vor- schriften für die Zusammensetzung; Ersatzmittel.	
VI. Eier	181
Zusammensetzung, Nährwert, Eiverbrauch, Zufuhr, Ein- schränkung des Verbrauchs, Rationierung.	
Eikonserven; Konservierungsmethoden, flüssige Ei- konserven, Eipulver, Verfälschungen	186
Eier-Ersatz; Eispulver	188
VII. Milch und Molkereierzeugnisse	194
Milcherzeugung, Verbrauchseinschränkung, Gleichmäßige Verteilung, Höchstpreise, Haltbarmachung.	
Milchmangel, Rückgang des Fettgehaltes, Verfälschung.	
Milchdauerwaren: Sterilisierte Milch und Sahne, Kon- densierte Milch, Milchpulver	207
Milchtabletten, Kunstmilch	216
VIII. Käse	220
Herstellung, Zusammensetzung, Käsesorten.	
Käseverbrauch, Kriegsverordnung über Käse.	
Gleichmäßige Verteilung der Vorräte.	
Verstöße gegen die Verordnung: Kräuterkäse, Liptauer, Roquefort, Auslandskäse.	
Molkeneiweiß und Molkenkäse	235
Käse-Ersatz.	
IX. Speisefette und -Öle	237
Chemische Zusammensetzung, Erzeugung, Einfuhr, Fett- verbrauch, Einschränkung des Verbrauchs im Kriege: a) für technische Zwecke, b) für Speisewecke, Öffentliche Bewirt- schaftung der Fette, Rationierung (Butterkarte).	

Erschließung neuer Fettquellen, Fett aus Abwasser, Verbesserung minderwertiger Fette, Fetthärtung, vermehrter Anbau von Ölsaaten, Öl aus Getreidekeimen, Fetthefe, Öl aus Obstkernen, Traubenkernen, Kiefernnsamen, Roßkastanien, Lindenfrüchten, Akaziensamen, Ulmenfrüchten.	
Fettquellen tierischen Ursprungs: Knochen, Kadaver, Fischabfälle, Würmer, Schnecken, Insekten.	
Künstliche Darstellung der Fette	261
Fettersatzmittel: Butterersatz, Margarine, Rindertalg, Schweineschmalz, Salatölersatz	271
Mineralöl als Speiseöl-Ersatz	283
X. Getreide und daraus hergestellte Nahrungsmittel	285
Inländische Erzeugung, Ein- und Ausfuhr, Einfuhrzuschuß.	
Ausfuhrverbot, Fütterungsverbot, Beschlagnahme und Zwangsbewirtschaftung.	
1. Mehl	292
Begriffsbestimmung, Ausmahlungsgrad, Verordnungen über Verbrauchsbeschränkung, Rationierung, Höchstpreise, Verfälschung des Mehls.	
Ersatzmehle: Trockenkartoffeln, Tapioka, Hülsenfrüchte, Sojamehl, Lupinen, Kastanien, Reismelde, Obstkernmehl, Rohrkolben, Farnwurzeln, Rübenmehl.	
2. Brot	305
Begriffsbestimmung, Verbrauchsregelung.	
Brotstreckung: Kartoffelbrot, Vollkornbrot, Strohmehlbrot. Streumehle.	
Besondere Brotsorten: Blutbrot, Molkenbrot, Hefenbrot, Calciumbrot, Rübenbrot, Lupinenbrot; andere Ersatzbrote, Verdorbenes Kriegsbrot.	
3. Kuchen	321
Einschränkung des Kuchenbackens, Kuchenersatz.	
4. Backpulver	325
Backpulverersatz, Richtlinien für die Beurteilung.	
5. Teigwaren	331
6. Suppenmehle	332
Suppenwürfel, Suppentafeln, Kriegsvollkost.	
7. Puddingpulver	335
XI. Hülsenfrüchte	336
Zusammensetzung, Einfuhr, Verbrauch, Öffentliche Bewirtschaftung, Leguminosenmehle.	
Rangoonbohnen.	
XII. Kartoffeln	341
Inländische Erzeugung, Zwangsbewirtschaftung: Fütterungsverbot, Enteignung, Höchstpreise.	
Trockenkartoffeln, Topinambur.	

XIII. Gemüse und Gemüsedauerwaren	349
Nährwert, Erzeugung, Preisregelung, Gemüseabfälle, Abbrühen der Gemüse, Kriegsgemüsebau, Wildgemüse, Pilze.	
Gemüsekonserven	354
Dörrgemüse, Einsäuerung, Salzgemüse.	
XIV. Obst und Obstdauerwaren	356
Begriffsbestimmung, Erzeugung, Einfuhr, Preisregelung.	
Obstdauerwaren	359
1. Dörrobst	362
2. Fruchtsäfte und Fruchtsirupe	363
Konservierung, Saccharinzusatz, Kunstprodukte, Limonaden- pulver, Behördliche Vorschriften.	
3. Marmeladen	367
Heidelberger Beschlüsse über die normale Zusammen- setzung, Höchstpreisverordnung, Einkochen in Zinkge- fäßen, Marmeladen- und Geleepulver.	
XV. Honig und Kunsthonig	371
Begriffsbestimmung, Honigsorten, Verbrauch, Höchstpreise, Verfälschungen.	
Kunsthonig: Amtliche Vorschriften, Kunsthoniggesetz . .	375
Kunsthonigpulver	376
Honigaroma, Honigessenzen.	
XVI. Zucker, Zuckerwaren, Süßstoffe	381
Zuckererzeugung und -verbrauch, Zwangswirtschaft, Verbrauchs- beschränkung, Höchstpreise, Zuckermangel, Verwendung von Rohzucker, Rübenkraut und Speisesirup, Rübenmehl. Andere Zuckerquellen, Milchezucker, Traubenzucker, Stärke- sirup, Fruchtzucker, Malzzucker.	
Künstliche Süßstoffe; Gesundheitsschädlichkeit, Nähr- wert, gesetzliche Vorschriften, praktische Anwendung . .	397
Glyzerin, künstliche Herstellung, Glyzerin-Ersatz . . .	402
XVII. Alkoholische Getränke	406
Physiologische Bedeutung, Alkoholverbrauch, Einschränkung der Alkoholerzeugung.	
1. Bier	411
Bierbereitung, Biersteuergesetzgebung, Zusammensetzung, Bierverbrauch, Einschränkung der Herstellung, Dünnbier, Zulassung von Süßstoff.	
Bierersatz, amtliche Vorschriften, Getränke aus Zuckerrüben, Ausländische Verhältnisse.	
2. Wein	438
Geschichte der Weinbereitung, Zusammensetzung von Most und Wein, Weinsorten, Weingesetz, Weinverbrauch.	
Weinähnliche und weinhaltige Getränke	444

	Seite
3. Branntwein	446
Branntweinbrennerei, Zusammensetzung, Branntweinschärfen, Branntweinsorten, Verbrauch, Einschränkung der Herstellung, Preissteigerung, Sinken des Alkoholgehaltes, Methylalkohol, Genuß von Brennsprit, Verfälschung.	
Ersatzmittel: Grog- und Punschwürfel, Puschpulver	458
Alkoholfreier Branntwein	461
Alkohol aus anderen Stoffen: Holz, Sulfitlauge, Cal- ciumcarbid	462
XVIII. Gewürze	472
Physiologische Bedeutung, Gewürzsorten, Preise, Verfälschun- gen.	
Gewürzersatz: Kümmelöl, Bittermandelöl, Zitronenöl, Zimtöl.	
Künstliche Aromastoffe: Vanillinpulver.	
Gestreckte Gewürze.	
Kochsalz	490
Essig	493
XIX. Kaffee und Kaffee-Ersatz	494
Begriffsbestimmung, Zusammensetzung, Rösten, Bereitung des Kaffeegetränks, koffeinfreier Kaffee, Gesetzliche Vorschriften, Verbrauchsregelung, Verfälschter Kaffee, Kaffeetabletten, Kaffeepulver.	
Kaffee-Ersatz	500
Ausgangsmaterialien, Kriegersatzmittel.	
XX. Tee	507
Begriffsbestimmung, Teesorten, Zusammensetzung, physiolo- gische Wirkung.	
Tee-Ersatz	509
XXI. Kakao und Schokolade	511
Abstammung, Zusammensetzung, Verfälschungen, Kakaover- brauch, Zwangswirtschaft, Kakaoschalen, Kakaowürfel, Nähr- kakao.	
Kakao-Ersatz	518
XXII. Tabak und Tabak-Ersatz	520
Begriffsbestimmung, Zusammensetzung, Verarbeitung, Tabak- erzeugung.	
Tabakersatz, Tabakstrunken.	
XXIII. Futtermittel und Ersatzfutter	526
Einfuhr, Zwangsbewirtschaftung.	
1. Grünfutter und Trockenfutter	528
Baumlaub, Heidekraut, Schilfrohr.	
2. Futtermittel aus Stroh, Holz	530
Strohmehl <i>Friedenthals</i> , Kraftstroh, aufgeschlossenes Holz.	
3. Wurzeln, Knollen, Zwiebeln	532
Sumpfkartoffel, Topinambur, Quecken, Adlerfarn, Rohrkolben.	

4. Samen und Früchte	533
Lupinen, Roßkastanien, Eicheln.	
5. Abfälle der Gärungsgewerbe	534
Treber, Trester, Schlempe.	
Mineralhefe.	
6. Abfälle der Ölindustrie	535
7. Zucker, Melasse	535
8. Tierische Stoffe	535
Tierkörpermehl, Fischfuttermehl, Blutmehl, Leimfutter, Knochenfutter.	
9. Sonstige Futtermittel	537
Küchenabfälle, Panseninhalt, Sulfitlauge.	
XXIV. Düngemittel	538
1. Kali	539
Erzeugung, Verbrauch, Amerikanische Versuche zur Kali-gewinnung.	
2. Phosphorsäure	540
Rohphosphate, Einfuhr und Ausfuhr.	
Schwefelfrage, Schwefelsäureerzeugung, Schwefel aus Kohle, Gasfabriken, Kokereien, Schwefel aus Bleierzen, Sodarückständen, Schwefelsäure aus Gips.	
3. Stickstoffdünger	544
Verbrauch und Einfuhr, inländische Erzeugung in Stallmist, Harn, Nutzbarmachung des Luftstickstoffs, Kalkstickstoff, Verfahren von <i>Haber</i> .	
Schlußwort	549