

verdroogende, daer een niet kleyne t'samen-tre-
kinge by gevoeght is, en maken daerom den buyck
hardt. Gesoden ofte gebraden, ende voorspijse in-
genomen, zyn harder om te verteren dan de Knol-
len ofte de Pastinaken en ander Peen, dan sy geven
wel soo veel voedsels als de selve, ende sy en ver-
oorsaken soo veel winden ende op-blainge niet in
den buyck.



Van de Aerdt-vruchten.

Het V. Capittel.

WI komen tot een vrucht gewoon om laegh te wassen,
Daer voor een yder mensch is noodigh op te passen:
Men sietet in't gemeen, het is een selsaem kruyt
Wat langst ter aerden groyt, en noyt om hoog en spruyt.
Pompoenen die by kans aen niemant oyt en smaken,
Syn echter gansch bequaem om lesters op te maken,
Ontrent haer groene seugt; vrant als de schorse wast,
Soo groeyt met een het schrift, en staet ten lesten vast.
Maer vilder eenig mensch haer lassen aert verschoonen,
Soo moet de keucken-meyt al vry haer kunst te toonen:
Hier dient een goede saus van peper by te zyn,
Of anders laet de kost tot voedsel van het swijn.
Hem die Meloenen plückt, is nut te zyn geuueten
Dat naem van duyssent een is nut te zyn gegeten.

Com-

*Comcommers (seyt de kunst) is vander maegden aert,
 Sy dienen haest gepluckt, en niet te langh bevuaert.
 Een tragen hovenier die kan het hier verkerven,
 Want beyt hy wat te langh de vrucht die sal bederven;
 Sy dient als van de steel te vverden af-geruckt,
 Sy dient en jonck, en groen, en vers te zyn gepluckt,
 En vers te zyn gebruyckt. Dencki hier op, goede luyden
 Die lust en smake soeckt ontrent de groene kruyden:
 Maer druckt het boven al veel diep in u gemoet.
 Indien ghy dochters hebt, of jonge maegden voet.*

DE **Comcommeren** zyn kout en vocht van aert, ende soo is het woedfel, datse voort-bren-gen, ende veel gegeten maken quade vochtigheden in de aderē, waer door stoffe van verscheyde koort-sen vergadert wert. Sy zyn best om te eten, ter wij-len dat sy noch jonck, versch, groen, ende onrijp zyn (wantals sy rijp ende geel geworden zyn, dan zynse onbequaem om te eten) met azijn, olie, zouten peper. Sy doen de minste schade aen de gene, die worm van complexie zyn, ende een heete Maegh hebben: maer de gene, die de Maegh slap is, moeten haer heel van Comcommeren wachten.

De Meloenen zijn liefelijck van smaeck, ende aengenaem van reuck, alsse goet en rijp zyn: het welck oock maeckt, datse te meer gegeten werden. Maer sy zijn kout en waterachtigh van gestaltenis, ende verslaen daerom den dorst als het heet is, doen water losen, ende suyveren de Nieren. Het en beurt niet selden, dat de menschen haer met Meloe-nen een sieckte op het lijf eten. Want sy bederven lichtelijck, en in den buyck bedorven zynde, neme

mense

menſe by-nae de nature van vergif aen, ende veroorſaken een ſieckte, die vvy Boorts noemen, ofte eenige quaed-aerdige koortſchen; ende men leeft in de Hiftorien van veel Keyſers ende vermaerde mannen, die door het eten van de Meloenen geſtorven zyn. En my ghedenckt dat ick vliedende de peſtilentiale koortſe, die Anno 1616. in't ghebiedt van de Venetianen ſeer in ſwangh gingh, my op de reyſe na Romen begaf midden in de Somer, ende even-wel onderwegen daer van betrapt zynde, ende te *Siena*, geneſen, ende als van de door verloſt zynde, door het eten van Meloenen weder in-ſtorſte, ende al deſperaet geſtelt werde by *Zoroaſtro Tinello*, vermaert Medicijn aldaer, ende door ſyn ſchriften alleſints bekend. Soo verhaelt den Françoïſchen Hiftoriſchrijver *P. Matthieu* in't eerſte Boeck der Hiftorien van *Henrick* de vierde, dat de gemelte Koningh ſeer kranck gevveeft zijnde, ende in de gallerie van *Monceaux* wandelende, door het eten van Meloenen, wederom in-ſtorſte, met groot pe-rijckel des levens. Waer uyt blijkt, hoe ſchadelijck de Meloenen zijn voor de gene, die uyt een ſieckte op-ſtaen. Maer men dient oock te letten, om de Meloenen voor alle ander ſpijſe te eten (het welck oock in de Comcommeren, ende Pepoenen dient waer-geſomē te werden) op dat ſy telichtelijcker, alſer eenige bedervinge in haer begint te komen, van beneden ſouden mogen af-ſchieten. En dan moet men daer goede ſpijſe na eten, op dat haren quaden aert verbeteret, ende de verdervingh voorgekomen mocht werden. Tot welcken eynde beſt is, datſe met zout ende broot gegeten werden. Om haer

haer schadelijckheyt te verbeteren, prijsen eenige de Wijn, andere niet. Maer voorwaer de Wijn is de rechte remedie, om het quaet, dat van de Meloenen kan komen, te helpen. Maer het moet stercke Wijn zyn, als Spaensche-vvijn, ofte Seck, ende die wat veelachtigh gedroncken, op dat hy de schadelijckheyt van de Meloenen soude kunnen verbeteren en verteren. Want als men maer een weynigh soude drincken, ofte van kleynē ende slappen wijn, soo en soude de schadelijckheyt van de Meloenen niet verbeterd werden, maer de raeuwe ende verdorven vochtigheden souden uyt de Mage nae de binnenste deelen gevoert, ende alsoo de schade, die de Meloenen veroorsaken, vermeerderd werden. Anders doen sy oock veel vvinden indē buyck groeyen, ende crimpel in de dermen komen. Daerom de gene die Colijck ofte Scheur-buyck, ofte eenigh gebreck in de Milte hebben, ende voort alle oude ende koude menschen, die vol waterachtige overvloedigheden zyn, moeten hun van de Meloenen wachten. Dan de jonge en heete menschen mogen se vrijelijcker eten, om dat sy kout zyn in't beginsel van den eersten graed, ende vocht tot in den derden, daer op hertelijck drinckende, gelijk geseyt is, heel stercken Wijn. By Melck, ofte ander spijs, die lichtelijck kan bederven, zijn de Meloenen periculoos gegeten.

De Pepoenen en zijn geensins niet soo vochtig oft hinderlijck als de Comcommeren, doch veel vochter dan de Meloenen: maer men eerste nimmermeer raeu ghelijck de Meloenen ende Comcommeren: dan men fruytē gemeenlijck in de pan-

panne ende men bestroytse met Meel, ofte men siedtse in Vleesch-sop ofte Soete-melck met Safferaen ende ander warmer Specerijen ende Kruyden vermenght, om haer koude en vochtige eygentheyt te beteren. Alsoo bereyt zynde brengen sy evenwel weynigh, dun, vocht, ende kout voedsel by. Ende alsoe in een slappe ofte koude Mage niet wel verteert en werden, konnense het Lichaem, insonderheyt de Mage ende de Darmen soo ontstellen, dat sy mede de Boorts komen te veroorlaken, dewelcke met een geduerige brakinge ende buyckloop komt. Daerom zynse nutter gebruyckt den genen die eenige hitte inde Mage hebben: Sy doen pissen, ende genesen de droppel-pisse; ende beteren alle gebreken van de Nieren ende Blase: maer dicwils gegeten maken de menschen onvruchtbaer. Dan op dat de Pepoenen ons min schade doen, soo salmen daer mede goede vaste spijs na eten, die de Mage versterckende, ende 't Lichaem voedsel gevende de Pepoenen uyt-drijven mach. Anders als de Pepoenen niet haest nae de darmen en sincken, soo doen sy lichtelijck vergiftige vochtigheden in den lijve groeyen. De vichte koude menschen moetense dan heel laten, ofte stercken vviijn op drincken, gelijk van de Meloenen geseyt is; de heete menschen sullen't met Rijsche vviijn konnen af-sien.

De Articiocken plegen heel raerte wesen, soo datse ten tijde van *Hermolaus Barbarus* te Venetien maer in eenen hof te vinden en vwaren, nuzynse allesins, ende vverden by een yegelijck voor een gemeene spijs gebruyckt. Sy zyn warm en droogh van

van naturen ; werden van sommige raeu met Peper ende Zout , dan meest gesoden in vet vleesch-sop ende met Peper vermengt gegeten voor een leckere spijs, en gebruyckt tot verweckinge der vleesche-lijke lusten. Maer sy en geven geen goet voedsel, noch en maken geen goet bloet, vwant sy hebben een groote overvloedigheyt van galachtige ende warme vochtigheyt, ende doen over sulcx oock foodanige in 't Lichaem groeyen. Zijn even-vvel beter alsse gesoden, dan alsse raeu gegeten werden. Raeu ende out geworden zynse seer quaet, ende moeyelyck om verteren, ende brengen onreyn vochtigheyt by, daer de menschen machteloos ende onsterck af werden : ende zyn sonderlinge quaet den genen, die veel met hooft-sweer ghequelt zyn. Nae het gebruyck van de Articiocken looft men gemeenlyck veel ende stinckent vvater.

De Nerdts-besien zyn kout en droogh, maer hoese rijper zyn hoese matiger zyn. Sy zyn goet in een heete Mage, sy verkoelen de Lever, sy verslaen den dorst, en matigen de hitte van het bloet. Daerom zynse alleen bequaem voor jonge luyden, ende die van gestaltenisse des Lichaems werm zyn: maer doen schade in een slappe Mage. Sy zyn dun van sap, suyveren de Nieren, doen vvater losen, ende zyn de Milte bequaem. Nochtans bedervense lichtelijck in de Mage: daerom ist goet datse met wijn ende suycker gegeten vverden. En dat niet op het laetste gerecht gelijk men gemeenlyck en qualick doet, maer in't beginfel van de maeltijt, om reden hier voren meermaels verhaelt.

Van