©Österr. Fischereiverband u. Bundesamt f. Wasserwirtschaft, download unter www.zobodat.at

teln ist *Fisch* noch am ehesten zu einigermaßen erschwinglichen Preisen in größeren Mengen zu haben. Auf den Philippinen, in Japan und Indonesien werden auf Empfehlung der FAO bestimmte kleine Fische, die ganz gegessen werden können, bereits im Rahmen der Schulspeisung verteilt. Auch *Fischmehl* enthält bekanntlich wertvolles und billig zu gewinnendes Eiweiß, das die Ernährung vielerorts verbessern könnte. Die FAO fördert Arbeiten, die der Herstellung besserer Fischmehlsorten für die menschliche Ernährung dienen, und führt Untersuchungen durch, wie Fischmehl in die jeweils übliche Ernährung aufgenommen werden kann, ohne daß die Speisen dabei an Geschmack einbüßen. Die verstärkte Lieferung gesalzener Fische — überwiegend Kabeljau — in die Entwicklungsländer zeigt, daß man dort bereits die Bedeutung einer durch Seefisch angereicherten Ernährung erkannt hat. Die in der Salzfischsaison bei Neufundland eingesetzten deutschen Fischereifahrzeuge tragen mit ihrer Salzfischproduktion bereits dazu bei, den vermehrten Fischbedarf in den Entwicklungsländern zu decken.

Pressedienst der deutschen Fischwirtschaft

Dorschleber — geschätzter Leckerbissen für Kleinkinder und Feinschmecker — Gesundheitlicher Wert beachtlich

100 g der in jüngster Zeit beliebten Dorschleber enthalten 63.000 IE Vitamin A, beachtliche Mengen an Vitamin B1, B2, B6 und Vitamin D. Das Nahrungsmittel Dorschleber, das durch Erhitzen haltbar gemacht in den Handel gelangt, ist also nicht nur als von Feinschmeckern geschätzter Leckerbissen von Bedeutung.

Die im Pflanzenreich vorkommenden, dem Vitamin A nahestehenden Carotine kann der Mensch nur in geringen Mengen in das eigentliche Vitamin A umwandeln. Das natürliche Vitamin A der Fischleber nimmt der menschliche Organismus in weit größerem Maße auf. Selbst der Organismus von Kleinkindern verarbeitet und speichert diese Vitamine, wie man es kaum für möglich halten sollte. Das in der Dorschleber enthaltene Vitamin A fördert das Wachstum der Zellen, ist am Stoffwechsel der Zellen beteiligt und schärft die Augen. Wissenschaftler haben festgestellt, daß Vitamin A den Vorgang des Sehens ganz entscheidend beeinflußt. Es heilt und verhütet die Nachtblindheit — ein Punkt, der für Autofahrer von besonderer Bedeutung ist. Der Wissenschaft ist auch der große Einfluß des in der Dorschleber enthaltenen Vitamins A auf die Schilddrüse bekannt. Ärzte machen immer wieder die überraschende Feststellung, daß trotz allgemein reichhaltiger Ernährung bei zahlreichen Patienten der Mineralhaushalt des Körpers gestört ist. Hier fehlt eine vernünftige Ernährungsweise, zu der auch eine gesteigerte Vitamin-D-Zufuhr gehört, ein Vitamin, das ebenfalls in besonders großem Maße in der Dorschleber enthalten ist. Ärzte empfehlen Dorschleber gleichzeitig für körperlich schwer arbeitende und für geistig arbeitende Menschen. Das Vitamin D sollte nach ihrer Meinung werdenden Müttern ebenso wie heranwachsenden Kindern verabreicht werden. Es übt heilsamen Einfluß bei Infektionskrankheiten, Knochenerkrankungen, Skrofulose und tuberkulösen Prozessen aller Art aus. Die Vitamine der B-Gruppe sind in der in der Dorschleber enthaltenen Zusammensetzung besonders wirksam, wenn Wachstum, Sport, fiebrige Erkrankungen und Schilddrüsenüberfunktion für einen erhöhten Vitamin-B-Bedarf sorgen. Heilsame Wirkungen übt das Vitamin B1 bei manchen Hautinfektionen aus.

P. d. d. W

ZOBODAT - www.zobodat.at

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: Österreichs Fischerei

Jahr/Year: 1974

Band/Volume: 27

Autor(en)/Author(s):

Artikel/Article: Dorschleber - geschätzter Leckerbissen für Kleinkinder und Feinschmecker - Gesundheitlicher Wert beachtlich 202