

ista devotka v pravljici, ki čaka, da jo pride buditi princ iz devete dežele.

Nehote se vprašujemo: zakaj vse to? Ali ni mogoče Ptuj že po svoji prirodni legi takorekoč središče, okoli katerega so osredotočene znamenite haloške in slovenske gorice in katerim podajajo roko glasoviti in celo daleč v inozemstvu znani ormoški in ljutomerski vinski griči? Mogoče pa nimamo vina v dovoljni množini za naš trg, ali pa morda s tako lahkoto prodajamo naš vsakoletni in po kakovosti prvovrstni vinski pridelek, da nam ni potreba nobene reklame, nobenega priporočanja, — nobenih vinskih sejmov? Nikakor ne, cenjeni čitatelji! Tudi pri nas, kjer prednjačimo v kakovosti in finoči vina vsem drugim krajem v državi, tudi pri nas je kriza tukaj, in sicer celo — občutna kriza. Lanskoletni pridelek je bil po kakovosti prvovrsten, po količini je pa nastajal daleč za normalno množino vsakoletnega vinskega pridelka. Vkljub temu dejstvu se ga je le malo porabilo in danes leži v ormoško-ljutomerskih in haloških vinskih hramih še na tisoče hl prvovrstnega vina letnikov od 1917 naprej. Dejstvo je nadalje torej, da se ga je le malo prodalo; vse drugo še pa čaka kupca, kakor grešna duša sodnega dneva. In ako nam priroda nakloni eno ali dve kvantitativno in kvalitativno dobre letine, kaj pa potem? Na vinski izvoz v inozemstvo iz znanih razlogov pa danes itak še misliti ne moremo. Vinogradniki bodo torej naenkrat stali pred usodnim vprašanjem: biti, ali ne živeti! —

Na vse to se nam nehote vsiljuje samo en odgovor: samo od sebe ne bode prišlo ničesar, treba nam bode in skrajni čas to je, seči po — samopomoči! Išči smo stika z odjemalci, delajmo pošteno reklamo, organizirajmo se vinogradniki in uvedimo v Ptuj, kot izrazitem vinskem središču — stalni vsakoletni vinski sejem!

Bil sem v januarju t. l. na vinskem sejmu v Središču. Novorejenček je vkljub pomanjkljivi organizaciji (kar za začetek pač ni zameriti!) z lepimi uspehi dokazal tamkajšnjim agilnim vinogradnikom, da so na pravi poti. Na Kranjskem so na tem polju že dolgo istotako zelo delavni pod spretnim vodstvom višjega vin. in klet. nadzornika g. Gombača. Zakaj se ni bi tudi mi malo zganili? Vinarsko šolo s strokovnjaki imamo takorekoč tik pred nosom. Nam tudi ne manjka še drugih požrtvovalnih vinarških in kletarskih strokovnjakov, imamo velikega župana in srezke poglavarje, kateri bodo gotovo prevzeli tozadevno inicijativo v svoje roke! Saj vendar vsi vidimo, da smo štajerski vinogradniki tik pred vprašanjem svojega nadaljnjega obstoja.

Mogoče se mi bo ugovarjalo, ne bo uspeha, da ni sredstev itd. To ne drži; samo hoteti in započeti nam je treba. Tudi potrebna sredstva se bodo našla in mi se moramo modernizirati ter prilagoditi duhu časa, ako hočemo naprej — obstojati!

Na vseh merodajnih faktorjih je torej danes ležeče, da prevzamejo inicijativo, ter nemudoma provedejo z vso energijo to prepotrebno akcijo, katera bode brez dvoma rodila, ako še ne popolni, pa za prvi vsaj delni uspeh v prid vsem, za svoj obstoj težko se borečim štajerskim vinogradnikom. E. S.

»NAS DOM«

je velikega pomena za neorganizirano mladino. Posebno marčevsko številko naj bi dobili vsi slovenski fantje v roke. V zelo poljudni, pa vendar dostojni obliki pobija posamezne ugovore, ki jih ima moška mladina proti organizacijam, z vso prisrčnostjo, ki jo še osvežuje prava fantovska šegavost se obrača do tistih fantov, ki poznajo samo eno društvo, namreč ponočnjaško družbo. — Pohorski fant govori zelo zanimivo o različnih divjakih, afrikanski misijonar vabi fante v misijone (posebno važno delo!), štajerski fant je bolj bojevit in vabi fante k pretepu, nek ponočnjak pa opisuje, kako mora biti pravo fantovsko ponočevanje. Razen tega ima marčeva številka »Našega Doma« še lepo zgodovinsko črtico o Slovencih, Hrvatih in Srbih, opisuje moderne apostole, ter odkriva življenje po turških haremitih in bosanskih gostilnah. Da imajo tudi dekleta v »Našem Domu« veliko besedo, to veselo dejstvo je itak znano. Novost je tekma, pri kateri morejo sodelovati samo fantje. Ako se hočeš te tekme udeležiti, si naroči »Naš Dome«, kjer boš zvedel za vse pogoje. Kot nagrada pri tekmi je razpisana zelo lepa knjiga. Vsem, ki želijo širiti izobrazbo med neorganizirano mladino, posebno moško, priporočamo pri tem delu kot najboljšo sredstvo razširjanje »Našega Doma«. Naročila sprejema uprava »Našega Doma« v Mariboru, Aleksandrova cesta 6. Naročnina znaša letno 1250 D.

LICENCOVANJE PLEMENSKIH BIKOV za leto 1925 se vrši po sledečem redu:

I. Dne 6. aprila 1925:

1. Ob 8. uri v St. Ilju v Slov. goricah pri gostilni »Kolodvor« — Polak — za občine:

Jarenina, Kaniža, Polička vas, Vukovski dol, Zgor. Jakobski dol, Ploderšnica, Ceršak, Cirknica, St. Ilj v Slov. goricah, Selnica ob Muri, Sladki vrh.

2. Ob 14. uri v Pesnici pri gostilni Kerenčič za občine:

Diagučova, Grušova, Smarjeta ob Pesnici, Pesniški dvor, Vosek, Spod. Jakobski dol, Dobrenje, Gradiška, Na Ranci.

II. Dne 7. aprila 1925:

1. Ob 9. uri v Mariboru na živinskem trgu (mestna klavnica) za občine:

Bresternica, Jelovec, Kamnica, Sv. Križ, Rošpoh, Krčevina, Lajtersberg, Sv. Peter, mesto Maribor kvi

breg, Ciglece, Zg. Duplek, Spod. Duplek, Sv. Martin pri Vurbergu.

2. Ob 16. uri v Selnici ob Dravi pri gostilni Hernah za občine:

Boč, Janževa gora, Selnica ob Dravi, Slemen.

III. Dne 8. aprila 1925:

Ob 10. uri v Zg. Sv. Kungoti pri gostilni Senekovič za občine:

Zg. Sv. Kungota, Sv. Jurij ob Pesnici, Plač, Slainški dol, Spičnik, Svečina, Vrtiče.

Darila: državno 3150 D, okrajni zastop Maribor 3000 D.

I. Dne 20. aprila 1925:

1. Ob 9. uri v Mariboru, Magdalensko predmestje pri gostilni Počivalnik (preje Rapoc) na Tržaški cesti za občine:

Bistrica pri Limbušu, Limbuš, Pekre, Radvanje, Razvanje, Studenci, Tezno, Vrhov dol, Dolgoše, Sv. Miklavž, Pobrežje, Zerkovce, mesto Maribor, desni breg.

2. Ob 14. uri v Slivnici pri gostilni Lesjak za občine:

Bohova, Fram, Spod. Hoče, Loka, Morje, Orehova vas, Rogoza, Skoke, Slivnica, Gorica, Ješenca, Sv. Margjeta na Dravskem polju, Podova, Rače, Zg. Hoče, Pivola, Pohorje, Ranče.

II. Dne 22. aprila 1925:

1. Ob 8. uri v Sv. Lovrencu na Pohorju pri gostilni Koder za občine:

Činžat, Kumen, Lehen pri Ribnici, Sv. Lovrenc na Pohorju, Recenjok, Rudeči breg.

2. Ob 14. uri v Rušah v gostilni Josipa Mule za občine:

Bistrica pri Rušah, Lobnica, Ruše, Smolnik. Darila za premovanje: od države 2000 D, okrajni zastop Maribor 2000 D.



Redilne snovi in redilna vrednost posameznih živil.

Včasih slišimo čenčati kokšnega modrijana, češ, oni debeluhar vživa gotovo samo staro svinjsko meso in beli kruh, sicer bi ne bil tako okrogel (dobro rejen), ali pa gospodična N. N. lovi menda same kobilke, ker je tako suha itd. itd.

Da so takšne in enake govorice brez vsake podlage, ve vsak pameten gospodar in umna gospodinja, kajti često opažamo baš nasprotno, namreč da je tisti, ki dobro zavživa trhel in suh, drugi pa, ki uživa priprosta kmečka jedila, čvrst in dobro rejen.

Znano je, da telesna oblika ni toliko odvisna od tega, s kakšnimi jedili se posamezen človek prehranjuje, marveč veliko bolj od tega, kako zavžita hranila prebavlja.

Redilne snovi tega ali onega živila skupaj predstavljajo redilno vrednost dotičnega živila. Poedino živo more potemtakem vsebovati obilo posameznih redilnih snovi, ki pa sicer nimajo velike redilne vrednosti za človeka, bodisi vsled tega, ker jih za prehrano svojega telesa sploh ne potrebuje, ali pa zato, ker ostanejo vsled slabih prebavil več ali manj neizrabljena. Najvažnejše redilne snovi, ki se nahajajo v naši vsakdanji hrani, so:

a) dušične snovi, katerih kemične spojine imenujemo beljakovine (albumine).

b) brezdušične snovi, to so tolsčobe in ogljikovi vodani ali ogljikovi hidrati,

c) rudniške snovi, to so razne soli in

d) voda.

a) dušične snovi, katerih kemične spojine imenujemo go, kajti one so potrebne za tvorbo krvi, kakor tudi za tvorbo mesa ali mišic in hrustanca v človeškem telesu. Strobnice (fižol, grah, leča itd.) vsebujejo zelo mnogo beljakovin.

Brezdušične snovi — tolsčobe in ogljikovi hidrati — služijo za proizvajanje telesne moči in toplote. Tolsčobe se pod ugodnimi prehranjevalnimi razmerami rade nagomilijo na posameznih organih človeškega telesa ter tvorijo potem nekako rezervno zalogo za slabše čase. Njih učinek nastopi šele tedaj, ko v slučaju potrebe pod vplivom kisika in krvi oksidirajo, oziroma zgorevajo, pri čemur oddajajo toploto in se spreminjajo v ogljikovo kislino in vodo. Ogljikovi hidrati se ne morejo nakopičiti v organizmu, marveč so podvrženi edinole zgorevanju. Oni so pravi proizvajalci telesne moči in toplote. Ogljikovi hidrati delujejo obenem ugodno tudi v tem smislu, da v gotovih slučajih nadomestujejo beljakovine in tolsčobe. Riž, žita, kostanji itd. vsebujejo razven beljakovin tudi večje množine ogljikovih vodonov, dočim je meso zelo revno na teh snoveh. Poraba beljakovin v človeškem organizmu je zmiram enaka, bodisi da opravljamo naporna telesna dela, ali pa da počivamo. Največ beljakovin porabijo mladi ljudje v letih bujne telesne rasti.

Neumestno je zategadelj zvižati animalično hrano, to je razne mesenine ob napornem delu, ker je vegetabilčna, to je rastlinska hrana mnogo izdatnejša in človeškemu organizmu prikladnejša, nego meso in škodo dela svojemu žepu, kdor kupuje drago meso, ki je vsled svojega velikega nagnjenja k razkrajanju večkrat celo škodljivo.

Ob rastlinski hrani, četudi je zelo revna na dušičnih snoveh, moremo opravljati težka fizična dela, n. pr. kopaži ob zavživanju grozdja.

Beljakovine v rastlinski hrani se enake beljakovinam v živalski hrani ter imajo tudi približno enako redilno vrednost. Kakor že povedano, ne pomeni posamezna redilna snov sama zase posebne redilne vrednosti, marveč šele v zvezi z drugimi redilnimi snovmi. Zato je potrebno, da zelo redilna živila mešamo z manj redilnimi živila. Tudi neprebavna staničevina vpliva na delovanje čreves ugodno in sicer na ta način, da jih razširja in napolnjuje. Sade in zelenjava je izvanredno zdravo dietično živilo, ker ima razven svoje redilne moči tudi to lastnost, da osvežuje prebavila in pospešuje tvorbo krvi.

Nemški zdravnik dr. Meinert piše, da potrebuje odrasel delaven moški ob neprenapornem delu (krojač, čevljar, tkalec, pleskar, jermenar, pismonoša, pisar itd.) na dan povprečno 100 gramov prebavnih beljakovin, 70 do 100 gramov tolsčobe in 450 do 500 gramov ogljikovih hidratov. Odrasla ženska potrebuje 96 gramov beljakovin, 48 gramov tolsčobe in 400 gramov ogljikovih hidratov. Otrok v starosti 7 do 15 let rabi dnevno 76 gramov beljakovin, 44 gramov tolsčobe in 320 gramov ogljikovih hidratov, za otroke v starosti poldrugega leta pa zadostuje 30 gramov beljakovin, 42 gramov tolsčobe in 70 gramov ogljikovih hidratov.

Katere redilne snovi vsebujejo posamezna živila in v kakšnem medsebojnem razmerju v odstotkih, naj poveda naslednje vrstice:

Živalska (animalična) živila.

Goveje meso: 18—22% beljakovin, 1—10% tolsčobe in 72—76% vode; teletina: 19% beljakovin, 8% tolsčobe, 73% vode; svinjsko meso: 14—20% beljakovin, 7—43% tolsčobe in 44% vode; kuretina: 18—23% beljakovin, 2—3% tolsčobe in 70—78% vode; divjačina: 18% beljakovin, 1% tolsčobe in 77% vode; slanik (riba): 19% beljakovin, 17% tolsčobe in 43% vode; jajca: 12% beljakovin, 11% tolsčobe, 2% redilne soli in 75% vode; surovo maslo: 85% tolsčobe in 10% vode; slanina (prekajena): 3% beljakovin, 79% tolsčobe in 12% vode; kravji sir: 43% beljakovin, 7% tolsčobe in 40% vode; kravje mleko: 4% beljakovin, 3% tolsčobe, 4% redilne soli in 88% vode; smetana: 5% beljakovin, 29% tolsčobe in 63% vode. Odstotni ostanek vsakega posameznega živila tvorijo rudniške snovi, neprebavna vlaknina, pepel itd.

Rastlinska (vegetabilčna) živila.

Fižol: 25% beljakovin, 56 ogljikovih vodonov, 2% tolsčobe in 15% vode; ječmena kaša: 17% beljakovin, 75% ogljikovih vodonov, 3% tolsčobe, 2% redilne soli in 15% vode; ovsena kaša: 18% beljakovin, 70% ogljikovih vodonov, 7% tolsčobe, 3% redilne soli in 13% vode; koruzni zдроб: 14% beljakovin, 71% ogljikovih vodonov, 4% tolsčobe in 11% vode; riž: 7% beljakovin, 77% ogljikovih vodonov, ¼ tolsčobe in 12% vode; pšenična moka: 11% beljakovin, 73% ogljikovih vodonov, 1% tolsčobe, 1% redilne soli in 14% vode; krompir: 2% beljakovin, 21% ogljikovih vodonov, 1% redilne snovi in 75% vode; zelje: 2% beljakovin, 5% ogljikovih vodonov in 90% vode; solata: 2% beljakovin, 3% ogljikovih vodonov, 1% tolsčobe in 93% vode; jaboika: ¼% beljakovin, 12% ogljikovih vodonov, 3% redilne soli in 82% vode; slive: ¼% beljakovin, 8% ogljikovih vodonov, 2% redilne soli in 85% vode; črešnje: ¼% beljakovin, 15% ogljikovih vodonov, 2% redilne soli in 78% vode; breskve: 19—25% ogljikovih vodonov, ¼% redilne soli in 75% vode; grozdje: ¼% beljakovin, 10—20% ogljikovih vodonov, ¼% redilne soli in 79% vode; sladkor (iz sladkorne pese): 95% ogljikovih vodonov in 3% vode. Glede preostanka na odstotkih velja približno isto, kakor pri živalskih živilih.

Iz zgoraj navedenega posnemamo, da vsebuje n. pr. fižol razven ogromnih množin ogljikovih hidratov približno toliko beljakovin, kakor goveje meso, a je vendar šestkrat cenejši, ker stane 1 kg samo 15 kron, cena govejega mesa pa je 90 kron. V vsakem slučaju je torej boljše kupovati ceneni fižol, pa najsi je tudi do polovice beljakovin neprebavnih v njem.

