



Kneipp-Bund e.V.  
Adolf-Scholz-Allee 6-8  
86825 Bad Wörishofen  
Tel. 08247.30 02-102 Fax 08247.30 02-199  
info@kneippbund.de  
www.kneippbund.de  
www.kneipp2021.de

Kneipp-Verein Donauwörth  
e.V. Jennisgasse 6  
86609 Donauwörth  
0906/7001255  
<https://www.kneipp-verein-donauwoerth.de>

Harald Klofat

Oft unterschätzt, aber von großer Bedeutung: Die Ernährung gehört zu den fünf Elementen der Kneippschen Lehre. Für Sebastian Kneipp galt: „Man lebt nicht, um zu essen und zu trinken, sondern man isst und trinkt, um zu leben.“ Den Bohnenkaffee lehnte Kneipp ab, doch er war nicht grundsätzlich gegen Alkohol und gönnte sich selbst ab und zu ein Glas Bier. „Ein Mann, der nicht ein paar Glas Bier verträgt, taugt auch nichts,“ lautete seine Ansicht. Und zum Wein bemerkte er: „Der Wein erfreut des Menschen Herz, also trinke ihn, so du guten hast.“ Obwohl auch Pfarrer Kneipp mit Blick auf seine Linie eine ganz ansehnliche „Hypothek“ mit sich herumtrug, wie er selbst schmunzelnd bemerkte, waren ihm übergewichtige Patienten ein Dorn im Auge. Ihnen verordnete er unverzüglich stramme Bewegung und eine strenge Diät: „Im Maße liegt die Ordnung!“ ermahnte er sie. Für die Gäste, die um das Jahr 1890 in Wörishofen eintrafen, um Sebastian Kneipp zu konsultieren und eine Kur anzutreten, stand die Frage nach Kost und Logis in dem dörflich geprägten Ort ganz oben auf der Liste „Lebensmittel sind im Allgemeinen in Wörishofen nicht leicht erhältlich“, heißt es in einem Bericht der Presse aus jener Zeit. In Wörishofen gebe es keinen Metzger, das Fleisch muss aus der Nachbarschaft herbeigeht werden. Eine Früchtehandlung bestehe seit kurzem und „erst jüngst hat Hr. Altmann eine wohllassortirte Delikatessenhandlung eröffnet“. Kurzum, das Angebot ist spärlich, deshalb empfiehlt der Verfasser des Artikels: „Unter diesen Umständen thut der Kurgast gut, sich die recht praktisch zusammengesetzten Wörishofer Proviantkisten aus München kommen zu lassen, die das Wesentlichste des ihm zum kurgemäßen Leben Fehlenden enthalten und ihm ermöglichen, sich alle Mahlzeiten mit Ausnahme des Mittagessens gut und billig zu Hause zu bereiten.“

Aber was war mit dem Mittagessen? „Die vorzüglichste Kost erhält man bei A. Hagenmiller im neu errichteten Speisehaus verbunden mit Café- und Delikatessensalon“, verspricht ein Reiseratgeber, „ausgezeichneten Mittagstisch für Mk. 1,30, vegetarisch hergerichtet für Mk. 1“. Das waren 1890 stolze Preise. Es gab aber auch günstigere Angebote: „Im Rössle bei Hrn. Birk kostet der Mittagstisch 75 Pfg. Weine aus den de Crignischen Kellereien. In der Sonne wird das einfache Mittagessen für 60 Pfg. abgegeben, im Adler für 80 Pfg.“ Wie diese „Mittagsgerichte“ ausgesehen haben, schreibt der Verfasser nicht. In allen Wirtshäusern Wörishofens wurde selbstverständlich der Kneippschen Ernährungstherapie Rechnung getragen. „Spezialität aller Wörishofer Speiseanstalten sind die Kraftsuppen nach Pfarrer Kneipp“, berichtet der Chronist, „und der Pfarrer Kneipp Kaffee. Dieser Kurkaffee besteht entweder ganz oder zu einem großen Theile aus Malz, weshalb er die gesundheitsschädlichen Eigenschaften des aromatischen Kaffees in keiner Weise besitzt, vielmehr auch von Nervenschwachen unbedenklich genossen werden kann.“ Die Rezeptanleitung für die Kneippsche Kraftsuppe besagt: „Ihr Wesentliches ist das Brodpulver, das in der Weise gewonnen wird, dass das ungebeutelte Roggenmehlbrod nach Kneipp'scher Vorschrift in kleinen Schnitten scharf geröstet und danach in einem Mörser zerstampft wird. Dieses Brodpulver giebt man in Milch, Fleischbrühe oder auch Wassersuppen. Die Kraftsuppe ist das beste Frühstück für den Kurgast, besonders wenn sie mit Milch angerührt wurde. Die Patienten essen sie bald mit großem Behagen täglich mehrere Male und spüren dann bald den Nutzen dieser überaus zweckmäßigen und gesunden Kost, die außerdem den Vorzug großer Billigkeit besitzt.“ Eine durchaus richtige Einschätzung, denn die berühmte Kneippsche Kraftsuppe kostete nur 10 Pfennig pro Teller. Heute freilich ist das Gericht auf den Speisekarten der Bad Wörishofer Lokale nur noch zu besonderen Anlässen zu finden.