

cuya digestion no sea acompañada de mucho calor; porque existen al contrario estados de debilidad de las visceras abdominales, en que los manjares tónicos deben ser preferidos á todos los demas, pudiendo decir entonces muy bien que su calidad tiene alguna cosa de medicamentosa. (*Halle.*)

Entre los animales, cuya carne es mas colorada ó mas oscura, nótese en particular la cabra montes, el javalí, y sobre todo la liebre cuya carne es casi negra. Respeto á las aves tenemos la codorniz, la becada, el becasin, la fulga, la cerceta, la polla de agua, el chorlito, y las aves pequeñas del género de los gorriones que generalmente tienen la carne muy parduzca. Aves alguna acuática, dice el sabio Halle, tiene la carne tan oscura como la fulga. Segun el mismo autor, el sabor de todas esas aves es tanto mas fuerte cuanto es mas grande la intensidad de su color. Si tiene su carne un sabor mas pronunciado y un color mas oscuro, es porque es mas animalizada y mas caliente que la de las aves de corral; siendo esta por lo menos la conclusion que sacan todos los médicos modernos. Se tendrá cuidado pues en adelante á no asimilar demasiado la naturaleza de las aves acuáticas como la fulga, la polla de agua etc., con la de los pescados.

*Alimentos que tienen por base la albúmina.* Estos son los huevos de las galinaceas, los de los pescados y muchos moluscos acéfalos. Albúmina pura es el blanco del huevo. En la yema está unida la albúmina á un aceite craso y á una materia colorante amarilla, que creen ser del hierro. Son los huevos, como nadie ignora, muy nutritivos, conteniendo bajo un pequeño volúmen mucha materia nutritiva. Siendo los huevos de gallina un alimento ligero y muy nutritivo, son utilísimos á los convalecientes y á las personas demacradas. Los huevos de pescado se dan mucha analogía con los de las aves; sin embargo hay un gran número que parece les falta la albúmina, conteniendo tan solo la yema. Los huevos de tortuga son muy buscados por los marinos. Por lo tocante á los moluscos albuminosos, como las ostras, las almejas etc., las primeras crudas, no escabechadas ni menos cocidas, se disuelven muy pronto y se digieren perfectamente; de modo que hay enfermos que no pueden soportar alimento alguno, y las digieren con facilidad. Parecen convenir mucho las ostras á los individuos amenazados de tisis pulmonar ó atacados de afecciones catarrales; pero es necesario comerlas despues del mes de setiembre hasta el de abril. Respeto á las almejas, cuya carne es indigesta, es de absoluta necesidad abstenerse de ellas durante los meses de mayo, junio, julio y agosto, proviniendo de ahí aquel proverbio