

Ein kunst spruch ein frauen oder Junckfrawen
in zeit zu treiben und das reissen in leid zu
legen

2) Nimt frische grüne lörber, und seidel sie ganz rein
und verweilt sie eine nach der andern in einem heij
und mach einen heij darüber und las es dachen
so lang als das ander trott nimbts auß und
brint die lörber gerant und las die pressalen
ganz rein ab und mach die lörber dier und tro
die zu yneker und grüne ynecken römget und
schal die ganz rein und nimb den sarten in wa
ndigen lörber gerant und wiff in ein werck dar
ander tro es zu 3 ynecker, und nimb diese
zwei obgemelte ynecker 2 der 4 lott zitwer
1 lott auch klein gestossen diese 3 ynecker durt
ein ander vermist, das nimb in geylischen
alle morgen und abents das man in dreien
fingern geben kan in ein warmt wiew man mag
das auch einer kind yetterin geben für das weij
en in leid wenn sint ein weils bieder gebraucht
sol man gebreuffert yameranzen freiffen dar
unter gebrauchen