



Blick vom Antronapass (2838 m ü.M.) ins Furggtälli: Übergang von Italien in den Kanton Wallis

Schaffhausen war das Tor für den Salzimport der Eidgenossen. Der Transithandel mit Salz, aber auch mit Wein und Getreide war für viele Jahrhunderte der wirtschaftliche Lebensnerv der Stadt. Nicht nur die Stadt bezog den grössten Teil ihrer Einnahmen daraus, sondern mehrere Hundert Familien hatten Brot und Arbeit durch den Transit von Salz und Getreide ins Zentrum der Schweiz. Auch die vielen Wirtshäuser und Trinkstuben sowie Goldschmiede lebten gut von den zahlreichen auswärtigen Kaufleuten.

### Salzkriege

Weil der Handel mit Salz grosse Gewinne versprach, waren viele Länder und ihre Regenten daran interessiert, entweder selbst Salz gewinnen zu können oder zumindest mit dem Handel, den Strassenzöllen und Salzsteuern Geld zu verdienen. Die Aufsicht über Salzstrassen zu haben, aber auch das Recht, bestimmen zu dürfen, wer mit Salz handeln darf (Salzmonopol), bedeutete auch, Macht über bestimmte Gebiete zu haben. Deshalb war es nicht verwunderlich, dass es deswegen sogar zu Kriegen kam – zu Salzkriegen:

### Salzburg

1291/92 gab es einen Streit um das Salzmonopol zwischen dem Erzbistum Salzburg (A) und dem habsburgischen Salzkammergut (A). Das Salzmonopol erlaubte nur dem einen oder anderen, aber nicht beiden, Salz abzubauen und/oder zu verkaufen.

### Guerra del Sale

1540 führte ein Konflikt gar zu einem Salzkrieg zwischen dem Kirchenstaat (Vatikan) und Perugia (I). Papst Paul III. hatte eine Salzsteuer eingeführt. Damit war Perugia, die heutige Hauptstadt der Region Umbrien, überhaupt nicht einverstanden.

### Ochsenkrieg

Um 1611 kam es zu einer militärischen Auseinandersetzung um die Salinen von Reichenhall (Bayern, D). Diese Streitereien zwischen dem Erzbistum Salzburg (A) und dem Herzogtum Bayern weiteten sich gar zu einem Krieg aus. Einer der Streitpunkte, aber nicht der einzige, war der Salzpreis. Einerseits ging es um die Erträge aus dem Bergwerk Hallein (A), andererseits auch darum, dass Herzog Maximilian I. – der Regent (Kurfürst) von Bayern – eine Verdoppelung der Zölle auf Salzburger Waren durchsetzen wollte. Dazu kam noch, dass Salzburg seinen Einfluss auf die salzreiche, politisch unabhängige Gegend Berchtesgaden (Bayern) immer mehr ausbauen wollte.

Ochsenkrieg: Salzburg um 1611



## Salz – Teil des Lebens

Die erste Überlieferung über die Heilwirkung von Salz stammt aus Ägypten aus der Zeit um 300 v. Chr. Der Arzt Imothep fand bereits damals heraus, dass Natursalz Wunden austrocknet und damit die Heilung besser voranschreitet. Salze spielen im Leben von Menschen, Tieren und Pflanzen eine wichtige Rolle. Kochsalz ist das wichtigste Salz für alle Lebewesen. Es steuert viele Lebensvorgänge.

Keine Zelle unseres Körpers könnte ohne Salz existieren. Das Herz könnte ohne Salz nicht schlagen, alle Nerven wären lahmgelegt. Die Blutzirkulation, der Stoffwechsel, die Muskeltätigkeit, die Verdauung und Ausscheidungen wären ohne Salz nicht möglich. Sogar beim Denken und Fühlen ist es wichtig.

### Salz in unserem Körper

In allen Körperflüssigkeiten ist Kochsalz gelöst. Es kommt auch in den Stoffen vor, die wir aus dem Körper ausscheiden: im Kot, im Urin und im Schweiß. Dass wir Kochsalz schwitzen, können wir an heissen Sommertagen oder nach sportlicher Betätigung leicht feststellen: Wenn wir mit der Zunge über die Lippen fahren, bemerken wir den Geschmack von Kochsalz. Auch wenn wir weinen, wird in den Tropfen des Augenwassers Kochsalz ausgeschieden.

Da unser Körper andauernd Kochsalz verliert, muss es ersetzt werden. Ein 75 kg schwerer Mensch enthält rund 135 g Kochsalz. In urgeschichtlichen Zeiten nahmen die Menschen einen grossen Teil des Salzes mit der Nah-

rung auf: Rohes Fleisch enthält Salz, Klee, Wurzeln, Kräuter und Gräser enthalten geringe Mengen an Salz. Wenn wir jedoch Speisen zubereiten, d. h. sie kochen oder sonst wie verändern, verlieren sie oft einen grossen Teil ihres Salzgehalts. Daher müssen wir unserer Nahrung künstlich Salz hinzufügen. Meist geschieht das in zu grossen Mengen, denn wir essen gern gut gewürzte Speisen. Da Salz den Geschmack der Speisen verstärkt, wird es fast bei jeder Speisezubereitung eingesetzt. Etwa zwei bis sechs Gramm Salz benötigt der Mensch täglich. Dies entspricht einem gestrichenen Teelöffel. Vielleicht erschrickt man jetzt, wenn man an die Salzmenge denkt, die in der Küche eingesetzt werden. Dieser Schreck ist nicht nötig! Ein grosser Teil des Salzes wird mit dem Siedewasser der gargekochten Speisen wieder weggeschossen. Zudem kann der gesunde Mensch darauf vertrauen, dass die Regelmechanismen im Körper funktionieren. Er braucht sich um die tägliche Salzaufnahme nicht zu sorgen. Normalerweise ist Salz für unseren Körper nicht schädlich. Salz ist ebenso wie Wasser für unsere Gesundheit unerlässlich.

