

- und geig dem helde ein plater spil.  
 er hat guter tugent uil,  
 wenn daz er sich ir luzel went,  
 10 sein hercze sich nach ern sent,  
 als nach der chazen tut die maus.  
 hört wie er lebt in seinen haus  
 wenn er ezzen und trinkchen sol,  
 so spricht er: besleuz mir wol  
 15 daz tor vnd hüt mir der tür,  
 ist daz ymand chöm herfür,  
 so sprich: ich sei daheim nicht.  
 er hat zu grozzen eren phlicht  
 dauor in gott wol sicher wais.  
 20 sein lob nimpt auf in ern chrais  
 als dürrez salez in wasser warm.  
 der helt hat einen heizzen darm,  
 darinn er schanden uil uerdewt.  
 sein lob so weiten ist czustrewt,  
 25 daz ez der wint czu füret hat,  
 daz ez sein alles irre gat  
 und sein doch nindert uinden chan.  
 e was ein chnecht und nun ein man,  
 der leib ist im gewachsen starkch,  
 30 dern ern chrank, des gutes charkch.  
 wo er den frawen dienen sol,  
 da ist er milch und semel uol,  
 daz er sich nicht berueren mag.  
 an einem tag er sich uerwag  
 35 uermeszenleich czu einem streit.  
 da saumte in ein hochzeit,  
 die was uor czehen iaren für,  
 der helt sein tausend aid geswür,  
 er wer der pesten chainer,  
 40 der gar uerlegen ainer,  
 des frewet sich das hercze sein.  
 milich, schott und rubprein  
 ist auf erden sein hochster trost.  
 sein hercz smilzt auf der mynne rost,  
 45 als auf dem eys ein chalter stain.