

«Die römische Küche in der Antike»

! In allen Kulturen war das Essen ein Ritual, das viel Bedeutung hatte. Die alten Römer waren da keine Ausnahme. Ihre Vorliebe für Rituale spiegelte sich auch in ihren Mahlzeiten wider.

I. Die römische Küche in der Antike basierte auf 3 Produkten: Brot, Wein und Olivenöl. Es gab auch Brei. Brot war das wichtigste Grundnahrungsmittel. Brot war das einzige Produkt, das für alle Bevölkerungsschichten verfügbar war. Auch Kekse und süße Teigprodukte wurden gebacken.

II. Eine übliche Beilage waren Salate - Gemüse, das mit Brei püriert und vermischt wurde.

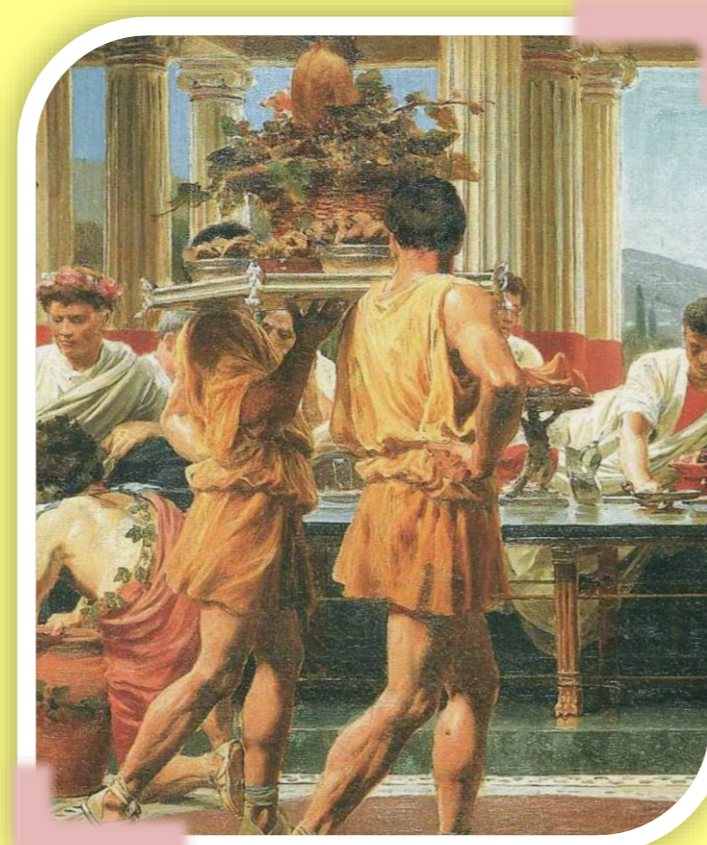
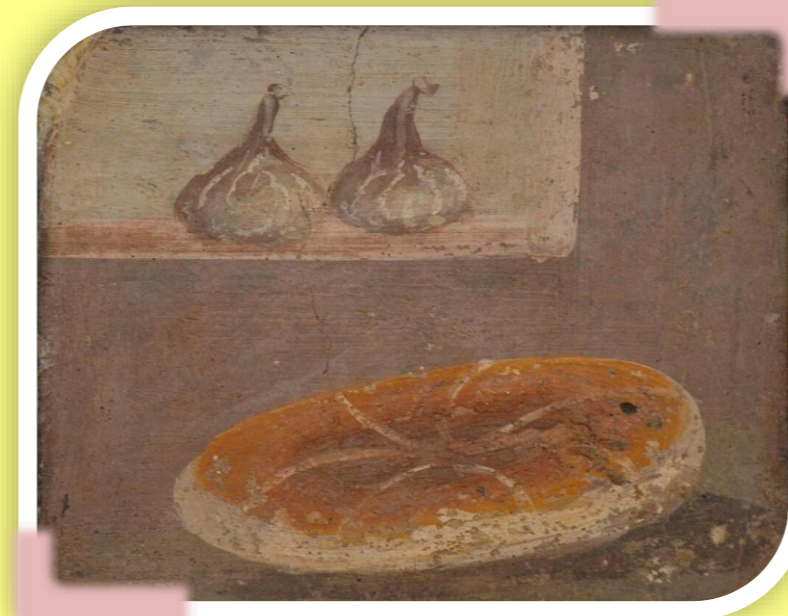
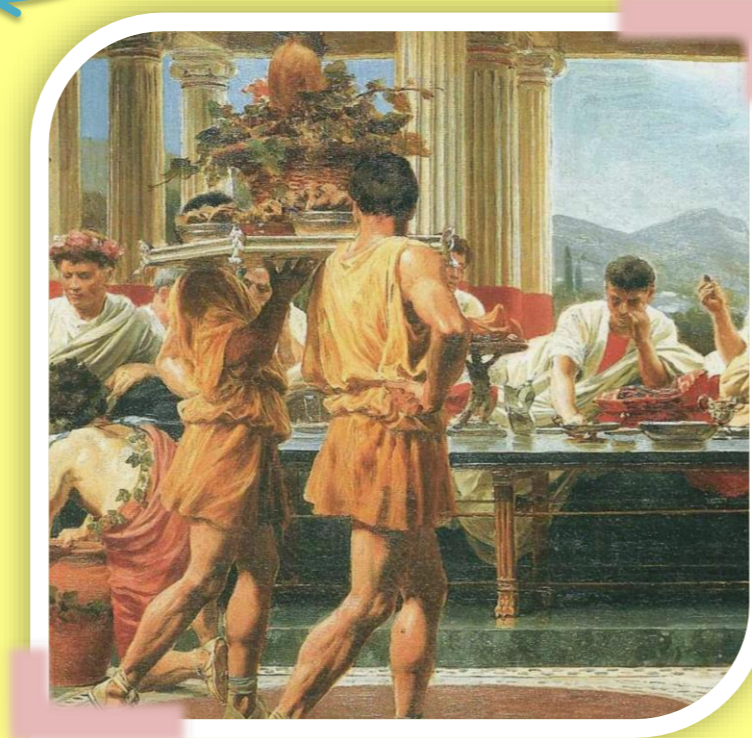
III. Ein wichtiger Bestandteil des römischen Speiseplans waren tierische Produkte. Milchprodukte waren im alten Rom nicht sehr beliebt. Kuhmilch wurde als schädlich angesehen.

IV. Käse wurde jedoch aus Milch hergestellt. Es gab viele Käsesorten, und sie galten als einfache und erschwingliche Lebensmittel. Käse konnte lange haltbar gemacht, getrocknet, geräuchert oder sogar zu Mehl verarbeitet werden.

V. Die beliebteste Fleischsorte war Schweinefleisch. Rindfleisch wurde nur sehr selten gegessen, Kühe wurden für landwirtschaftliche Arbeiten eingesetzt, daher war das Fleisch von Kühen zäh und ungenießbar.

VI. Als kulinarische Köstlichkeiten galten Vögel. Fisch wurde als das teuerste Produkt angesehen. Die beliebtesten Arten waren Thunfisch, Forelle, Stör und Muräne. Fisch wurde als Vorspeise serviert - gesalzen oder eingelegt. Neben Fisch wurden auch Seeigel, Schnecken und Austern verzehrt.

VII. Die Mahlzeiten wurden in Olivenöl gekocht und marinierte Oliven dienten als Gewürz zu den Fleischgerichten. Im Allgemeinen machten die Römer viele Marinaden.



VIII. Die exquisiteste Sauce war Garum. Er wurde aus den Eingeweiden von Fischen durch Gärung hergestellt. Wegen des unangenehmen Geruchs von verwesendem Fisch war die Herstellung von Garum in der Stadt verboten.

IX. Es gab keine Gabeln und Messer, und das Essen wurde mit Löffeln oder Händen gegessen. Die Hände wurden ständig mit einem Stück Gebäck oder einer Stoffserviette abgewischt oder in speziellen Gefäßen abgespült.

X. Fleisch und Fisch wurden in der Regel bereits aufgeschnitten serviert. Wenn ein ganzer Schlachtkörper serviert wurde, wurde er vor den Augen der Gäste von einem speziellen Diener zerlegt.

XI. Die Mahlzeit fand in der zentralen Halle des römischen Hauses statt. Aber der Gastgeber konnte seine Gäste auch in den Garten einladen.

XII. Die Mahlzeit bestand aus drei Teilen. Zuerst gab es eine Vorspeise - Eier, Salate, Fisch und eine Mischung aus Wein und Honig (Mulsum). Anschließend gab es eine warme Mahlzeit. Es wurde in drei Varianten serviert, aber man musste nicht alle essen: Der Gast konnte wählen. Das Essen wurde mit Wein heruntergespült. Der dritte Gang war das Dessert, bestehend aus Obst und Wein.

XIII. Wein wurde nicht nur in weiß und rot, sondern auch in gelb und schwarz unterschieden. Um den Wein komplexer zu machen, wurden Gewürze, Kräuter und Rosenblütenblätter hinzugefügt.

XIV. Es gab kein feierliches Abendessen ohne ein «Kulturprogramm». Die übliche Unterhaltung bestand aus Gesang und Tanz, die während des Nachtschicks begannen. Zu den Sängern und Tänzern gesellten sich oft Clowns und Mimen, die komödiantische Szenen aufführten.

XV. Die Gerichte wurden gemischt mit Dekorationen serviert. Reis wurde mit Perlen und grüne Bohnen mit Bernstein gemischt.

XVI. Bei kaiserlichen Festmahlen wurden Elefantenrüssel, Pastete aus Nachtigallenzungen, Papageienleber und Fisch serviert.

! Je weniger zugänglich und exotisch ein Gericht war, desto köstlicher wurde es empfunden. Die wohlhabenden Römer vernachlässigten nicht nur die einfachsten Lebensmittel, sondern verzichteten auch auf gutes Fleisch, Fisch und Meeresfrüchte, nur weil diese vor Ort und leicht erhältlich waren, während sich die Armen mit Brot und Brei zufriedengaben.