

ZUM TODE APICIUS´ :

Es lohnt sich, das Ende des Apicius zu kennen: Als er nämlich 100 Millionen Sesterze für die Küche aufgewandt hatte, als er so viele Geschenke der Kaiser ... in seinen Gelagen verprasst hatte, da machte er notgedrungen eine Bilanz. Er rechnete aus, dass ihm nur noch 10 Millionen Sesterze übrig geblieben waren. Und so, als ob er nun mit seinen 10 Millionen im ärgsten Hungerleben müsste, nahm er Gift und beendete sein Leben.

Seneca, ad Helviam X 9

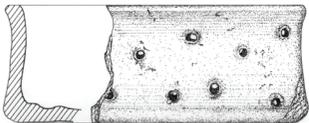


Innenbemalung eines Sarkophages aus Paestum

KÄSEBEREITUNG

Auch um die Käsebereitung muß man sich kümmern. Man soll ihn aus reiner und möglichst frischer Milch machen und mit Lab von Schaf- oder Ziegenlämmern gerinnen lassen...das kann auch mit Hilfe von Blüten wilder Karden-disteln und Saflorsamen geschehen, ebenso mit Milch von Feigenbäumen. Am besten jedoch ist Käse, der wenig Lab enthält. Wenn der Eimer mit Milch gefüllt ist, soll er einigermaßen warm stehen. Gleich nach dem Gerinnen füllt man die Milch in Körbe von verschiedener Gestalt oder in Holzformen. Wenn der Käse ein wenig fester geworden ist, werden Gewichte aufgelegt. Nach dem Herausnehmen aus der Form legt man ihn an einem dunklen und kalten Ort, bestreut den Käse mit feingemahlenem Salz...und presst ihn stärker. Ist das neun Tage lang geschehen, so wird er mit Süßwasser abgespült. Man stapelt den Käse an einem schattigen und windgeschützten Ort. Gelegentlich setzt man der Milch auch geriebenen und gesiebten Thymian zu.

Columella, De re rustica (7, 8) Übersetzung K. Ahrens



Römische Käsepressform aus dem Tagebau Hambach
Zeichnung: E. Rogge-Geilenbrügge

VÖLLEREI ZUR KAISERZEIT

Die Gier nach Luxus macht die Mauern morsch, für deinen Gaumen mästet man
Den Pfau, der prunkt in Babels Goldgewand, für dich Poularden Afrikas, Kapaune Galliens bereitet man.
Sogar der Storch,
willkommener Gast auf fremdem Land Schlankfüßig, Frömmigkeitsverehrer, klapperfroh,
des Winters weicht und linder Lüfte Botschaft bringt,
er nistet nun –
im Kochtopf schnöder Schlemmergier ...

Petronius, Satyrikon 55.6



Wandbemalung in Pompeji



Rechnung aus Pompeji:

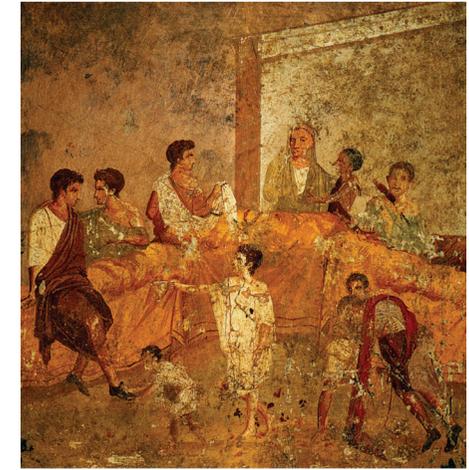
Wein 1 As
Schweinefleisch 1 As
Wein 1 ½ As
Käse 1 ½ As

As: Kupfermünze, ca. 11g.
1 Sesterz = 2 ½ Asse

Die Rezepte stammen überwiegend aus:
Das Kochbuch der Römer. Rezepte aus Apicius. Übersetzt und kommentiert von E. Alföldi-Rosenbaum (Artemis-Verlag 1974)
R. Gerlach, Essen und Trinken in römischer Zeit (1994).
v. Peschke/Feldmann: Kochbuch der alten Römer (2003)
Grenzenlose Gaumenfreuden (Verl. v. Zabern, 2010)
M. Malmen, U. Münch, W. Gaitzsch,
J&P. Wendt, J&W. Warda,
ABR Außenstelle
Titz 2018

DIE KÜCHE DER RÖMER

MENSAE ROMANAE



Di boni, quantum hominum unus venter exercet!
Gute Götter, wieviel Menschen hält ein einziger Bauch in Trab!
(Seneca)

Kochrezepte, meist nach

MARCUS GAVIUS APICIUS ,

dem berühmten Gourmet und Meisterkoch im 1. Jahrhundert. Überliefert in einer Rezeptsammlung des späten 4. Jahrhunderts

Wissenswertes und Anekdoten aus antiken Quellen

Abbildungsnachweise:
Herkulaneum: Instituto Geografico de Agostini,
Pompeji u. Paestum: Privatfotos u. Wikipedia



DAS GASTMAHL DES TRIMALCHIO



Szene aus Herkulaneum

... als unter Musikbegleitung die Tische abgeräumt worden waren, führte man drei weiße Schweine in den Saal. ... Trimalchio löste die Spannung durch die Frage: „Welches wollt ihr sogleich für die Tafel zubereitet haben? ... Meine Köche sind es gewohnt, im Kessel sogar ganze Kälber weichzukochen“

... Sofort ließ er den Koch rufen und befahl ihm, ... das älteste zu schlachten... [Bald darauf brachte man] ein Tablett mit einem riesigen Schwein das den ganzen Tisch einnahm. Wir staunten über die Schnelligkeit und versicherten hoch und heilig, nicht einmal ein Gockelhahn habe so rasch zubereitet werden können, und das um so mehr, weil uns das Schwein weit größer zu sein schien, als es uns erst vorgekommen war.

Darauf faßte es Trimalchio scharf und immer schärfer ins Auge und rief: „Na was denn! ... Ist das Schwein etwa nicht ausgenommen? Weiß Gott: Nein! Los, los, her mit dem Koch!“

... „Was, vergessen?! Man könnte denken, er habe bloß Pfeffer und Kümmel nicht aufgestreut. Ausziehen!“ Gesagt, getan: der Koch wird ausgezogen und mit Armesündermiene steht er zwischen zwei Prügelnknechten ... „Klarer Fall! Das muss ein ganz liederlicher Bursche sein. Weiß Gott, ich würde es ihm nicht einmal verzeihen, wenn er es bei einem Fisch verbummelt hätte!“

Aber nicht so Trimalchio, der mit heiter entspannter Miene meinte: „Also, weil du ein so schlechtes Gedächtnis hast, nimm es vor unseren Augen aus!“ Der Koch zog seine Tunika wieder an, schnappte sein Messer und schnitt mit vorsichtiger Hand den Bauch des Schweines auf. Und sogleich entquollen den Schnitten ... Bratwürste und Blutwürste.

aus Petronius Arbiter, Satyricon. Ältere Übersetzung nach W. Krenkel, Römische Satiren (1970)

BUBULAM CUM PORRIS ET PIRA ET CEPAE ET APIUM

Rindfleisch mit Porree und Birnen und Zwiebeln und Sellerie

für 8 Personen:

ca. 800 g Rindfleisch, 200 g grobe Würstchen

2 Zwiebeln, 2 Stangen Porree

2 große Möhren, 1/4 Sellerieknolle

1 Dose (oder 2-3 frische) Birnen

ca. 100 ml Liquamen und ca. 1/4 Liter Weißwein

3-4 Knoblauchzehen

ca. 1 Liter Gemüsebrühe

Pfeffer (geschrotet), Kreuzkümmel, Liebstöckel und Majoran nach Belieben

Rindfleisch und die in Scheiben geschnittenen Würstchen in reichlich Olivenöl anbraten, nach und nach das kleingeschnittene Gemüse zugeben und mit anrösten. Mit Wein und Liquamen ablöschen, kurz aufkochen und anschließend mit Gemüse- oder Rindfleischbrühe auffüllen. Köcheln, bis das Fleisch gar ist. Die klein geschnittenen Birnen und die gehackten Kräuter erst die letzten 10 Minuten mitkochen.

Bei Verwendung von frischen statt Dosenbirnen sollte mit Honig gesüßt werden. *Liquamen* kann durch thailändische Fischsoße ersetzt werden. Wer mag, kann den Gemüseanteil noch durch eine Fenchelknolle bereichern.



Stilleben aus Pompeji

DIE RÖMER UND DER WEIN

Der Import von Lebensmitteln, die in Germanien nicht verfügbar waren, wie Feigen, Oliven(-öl), Datteln und Wein spielte für die römische Bevölkerung eine wichtige Rolle. Mit der Gründung von Landsiedlungen, den sog. *villae rusticae* versuchte man, Pflanzen zu kultivieren, von denen man annahm, dass sie auch im hiesigen Klima gedeihen würden. So kam unter anderem der Wein, der zur damaligen Zeit als Grundnahrungsmittel galt, nach Germanien. Rebsorten wurden gezüchtet, die auch im raueren Norden ausreichende Erträge erwarten ließen. Reiche Römer bevorzugten Gewürzweine wie z. B. *Mulsum*, die meist mit Honig gesüßt und je nach Gusto mit Kräutern oder Früchten versetzt wurden.



Reklametafel in Pompeji

Hier ein Rezept für ein besonders feines und schmackhaftes Beispiel dieser Art:

CONDITUM PARADOXUM

3 Liter trockener Rotwein

1 Liter gehartzter Wein (z. B. *Retsina*)

1 Pfund Honig

100 g Datteln

60 g Pfefferkörner

10 g Anis

20 g Lorbeerblätter

Den Honig und die restlichen Zutaten in ca. 1 Liter des Rotweins kurz aufkochen und mindestens 3 Stunden ohne weitere Wärmezufuhr ziehen lassen. Dann alles in ein großes Glasgefäß (vorzugsweise Glasballon) füllen, mit einem Gäröhrchen verschließen und einige Wochen ruhen lassen. (Ein Teil des Honigs wird hierbei noch in Alkohol umgewandelt.)

Anschließend alles abseihen und in ausreichend stabile verschließbare Flaschen abfüllen.

Achtung! Es kann noch Flaschengärung einsetzen! Daher kühl, dunkel und aufrecht stehend lagern!