

Dass die Römer auf gutes Essen und Trinken Wert legten, ist allgemein bekannt. Unter dem Namen Apicius, der in der ersten Hälfte des 1. Jh. n. Chr. in Rom lebte, ist ein Kochbuch aus der Kaiserzeit überliefert, aus denen wir Ihnen ein paar einfachere Rezepte zum Nachkochen vorstellen möchten. Vielleicht können Sie sich so ein eigenes Urteil über die Kochkünste im alten Rom bilden ...

Vorspeise

In mitulis *

(Zutaten für vier Personen)

1 kg frische Miesmuscheln (die Miesmuscheln werden gewässert, geputzt und in der fertigen Brühe gekocht)

0,1 l Liquamen oder 1 Teelöffel Salz

1 kleingehackte Lauchstange

1 Teelöffel Kümmel

0,2 l Passum

1 Esslöffel gehacktes Bohnenkraut

0,5 l Weißwein

ca. 0,5 l Wasser

Kochzeit: Die Brühe ca. 20 Minuten kochen lassen, dann die Muscheln dazugeben und weitere 10 Minuten kochen.

Hauptgericht:

Pullus fusilis **

(Zutaten für vier Personen)

1 frisches Hähnchen (ca. 1 – 1,5 kg)

300 g Hackfleisch (gemischt)

100 g Hafergrütze

2 Eier

1/4 l Weisswein

1 Esslöffel Öl

1 Esslöffel Liebstöckel

1/4 Teelöffel gemahlene Ingwer

1/4 Teelöffel gemahlene Pfeffer

1 Teelöffel grüne Pfefferkörner

50 g Pinienkerne

Liquamen oder Salz nach Belieben

Kochzeit: ca. 1 Std. bei 220 Grad im Backofen

Nachspeise:

Dulcia domestica ***

(Zutaten für vier Personen)

200 g frische oder getrocknete Datteln

50 g Nüsse oder Pinienkerne (gehackt oder grob gemahlen)

etwas Salz

Honig oder Rotwein mit etwas Honig zum Schmoren

Kochzeit: Die Datteln müssen solange in einer Pfanne auf kleiner Flamme gekocht werden, bis sich ihre Schale gerade abzulösen beginnt (ca. 5-10 Minuten).

Literaturhinweise: Das römische Kochbuch des Apicius

* (Apic. 9,9)

** (Apic. 6,9,15)

*** (Apic. 7,13,1)