SPEISEN BEI DEN RÖMERN

Die **Etrusker** waren weithin für ihren **Tafelluxus** bekannt.

Der **Speisezettel** der **Römer** aus der **Frühzeit** ist kaum bekannt, er scheint aber **sehr karg** gewesen zu sein.

Obwohl auch sie schon **früh von den Griechen das Gelage übernommen** hatten, **saß man** in den **Randgebieten** des Römischen Reiches und in Kneipen **weiterhin zu Tisch**.

In **römischer Zeit** fanden **Trinkgelage ohne Maß** statt, der ursprüngliche **sittlich-moralische Anspruch** ging **gänzlich verloren**.

Vom **2. zum 1. Jh. v. Chr.** zog in den Kreisen der Oberschicht durch den Kontakt zur hellenistischen Welt ein **exquisiter Tafelluxus** ein, und von dieser Zeit an wissen wir auch von **professionellen Köchen in Rom**.

Das berühmte **"Gastmahl des Trimalchio"** von Petron ist wohl als **Übertreibung** zu verstehen, als **charakteristisch** können aber das **Auftragen großer gebratener und noch unzerlegter Tiere**, das **Überraschen der Gäste durch unerwartete Füllungen**, ein **effektvolles Dekorieren** und **Kostümierung der Dienerschaft** gelten.

Bei aller Schwelgerei **fehlten** indes **"Luxusrestaurants"**:

Die **Reichen aßen zuhause**, wenn auch die Küchen nicht hinreichend gut ausgestattet waren.

Die Armen, die in den engen Mietskasernen mit keiner oder geringer Kochgelegenheit (Abb. 1) wohnten, aßen zumeist in **Gaststätten, Kneipen und Garküchen auf der Straße** (Abb. 2).

Mobile Kochstelle aus Pompeji für die weniger Begüterten

Abb. 1

Blick in ein **Thermopolion** (Garküche) in der Via dell' Abbondanza in Pompeji

Abb. 2

Für Soldaten wurde die **Essensration** übrigens **roh ausgegeben**, sie kochten dann selbst in **Zelt- oder Stubengemeinschaften**.

Hierfür mussten auch stets **Handmühlen zum Getreidemahlen** mitgeführt werden **(Abb 3)**.

Diese steinerne Handmühle gehörte einem Soldaten,
der im Legionslager Haltern
zur Zeit des Augustus stationiert war.

Abb. 3

Abb.4

Bei den Römern war **Fisch extrem beliebt** – selbst **Fangverbote wegen Leerfischung** sind überliefert.

Auf diesem Mosaik sind die bei den Römern so beliebten Fische dargestellt

Abb. 5

Die Römer hatten geradezu eine Manie für Fische entwickelt **(Abb. 4)**, **besonders beliebt** waren u.a. **Muräne** und **Seebarbe**.

Zahlreiche Fischkonserven, wie eingesalzene Makrelen aus Spanien **(vgl. Abb. 5), versorgten jede Ecke des Römischen Reiches** mit Spezialitäten der verschiedenen Regionen.

Lagerung: Gemauerte Fischbassins einer Fischfabrik in Tróia, Portugal

Abb. 6

Eingeführt wurden

Pfirsiche, Aprikosen und **Süßkirschen** sowie **Gewürze** wie **Pfeffer, Zimt, Ingwer** und **Kardamom**.

Im 2. Jh. n.Chr. ist ein **Rückgang der eigenen landwirtschaftlichen Produktion** festzustellen, stattdessen wurde **alles aus den Provinzen importiert (vgl. Abb. 6)**.

Diese konservierten **Feigensamen, Olivensteine, Pfefferkörner, Koriander, Weintraubenkerne** und **Apfelkerne** wurden aus den **Fäkaliengruben des Legionslagers Oberaden** in Nordrhein-Westfalen geborgen.
Außer den Äpfeln und dem Koriander ist alles importiert.

Auch die **Weine** stammten **aus aller Welt**.

Ebenso wie den Griechen war ihnen **Bier bekannt**, diente aber v.a. als **Heilmittel**.

An **Fleisch** gab es **Gänse, Hühner, Enten, Tauben und Pfauen,**
dazu eine ausgesprochene **Vielfalt an Käse**
und **jegliches** aus dem **eigenen Gartenbau**.
Besonders **zahlreich** und **beliebt** waren **Kohlsorten.**

*Es **fehlten** jedoch die heute mit der Mittelmeerwelt eng assoziierten **Nudeln, Auberginen, Tomaten, Paprika, Peperoni, Mais, Zitronen, Apfelsinen** und **Pampelmusen**, ebenso **Kaffee, Schwarzer Tee** und **Branntwein**.*

Die **Hauptnahrung der Ärmeren** bestand aus PULS, einem **Brei aus Emmerschrot, mit Gartengemüse**. **Fleisch** gab es nur **beim Opfer** oder an **Festtagen**.

Als **charakterstisch für die römische Küche** gilt eine **Kombination von verschiedenen Geschmacksrichtungen mit zahlreichen Gewürzen, Gartengemüse** (Kohl) und **Obst** (Feigen) sowie **pürierte Eintöpfe**.

Zu beinahe allen Speisen wurde GARUM **hinzugefügt**, eine **Flüssigkeit, hergestellt aus zersetzten, gesalzenen Fischen**.

Jede Mahlzeit wurde von **Brot begleitet** (**Abb. 7**).

Abb. 7

Dieser mobile Bretterstand eines Brotverkäufers mit den typisch rosettenförmigen Broten ist auf einem Fresko in der Casa del Panettiere in Pompeji dargestellt.

SPEISEFOLGE DER RÖMER

MORGENS
wurde ein **Frühstück** (1. Frühstück **ientaculum**, 2. Frühstück **prandium**),

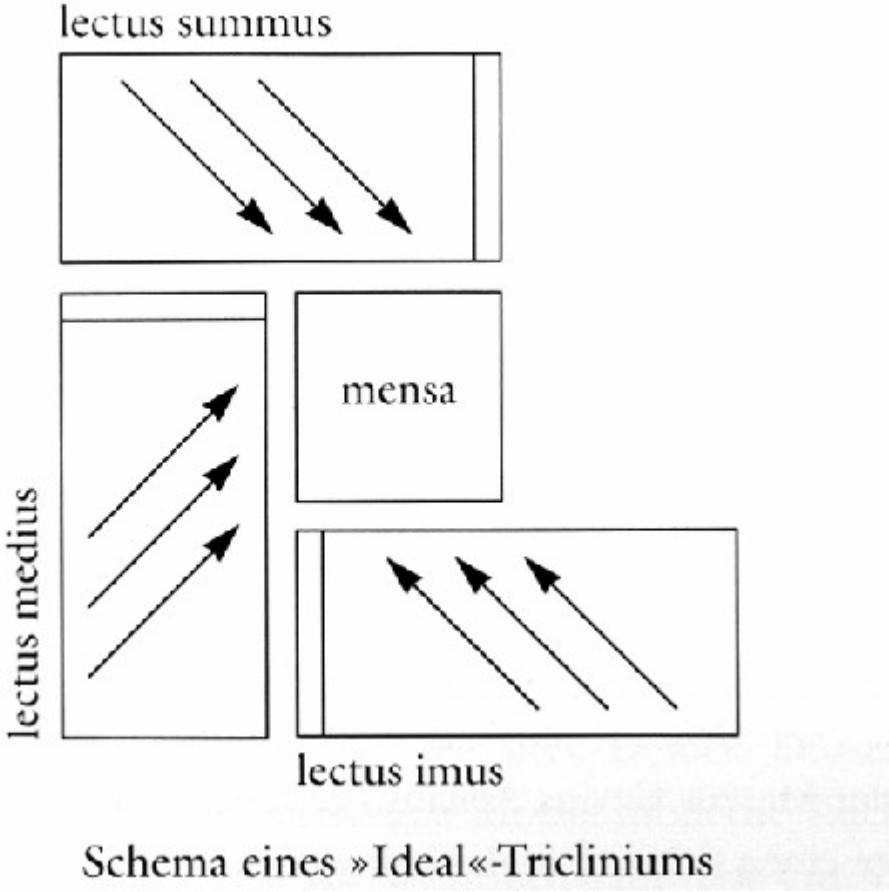
MITTAGS
die Hauptmahlzeit (**cena** - später auf abends verlegt),

ABENDS die **vesperna** gegessen, der dann die
comissatio, das Trinkgelage, folgte.

DAS GASTMAHL

War das Gastmahl bei den Griechen in klassischer Zeit eine heilige Pflicht Fremden gegenüber (…), so nahm das **römische Festmahl der Kaiserzeit verstärkt Züge des Protzertums** an (…)

Man speiste nun im eigens dafür eingerichteten TRICLINUM – der römische Palast des Lucullus soll 12 solcher Speisezimmer besessen haben - und man **lagerte beim Mahl auf Liegesofas**, Kline genannt, die **um den in der Mitte stehenden Tisch** (MENSA) **gruppiert** waren.



Schema eines »Ideal«-Tricliniums

Für den **Ehrengast** oder dem seinem Rang nach wichtigsten Gast war **der unterste Platz des mittleren Speisesofas** (LECTUS MEDIUS) reserviert;
der **Gastgeberbelegte** den **ersten Platz des des** LECTUS IMUS, von wo aus er sich am besten den wichtigsten Personen zuwenden konnte.

RÖMISCHE KÜCHE SAMT INVENTAR

QUELLEN:

http://www.klassischearchaeologie.phil.uni-Erlangen.de/realia/essen/roemer.html

Das Kochbuch der Römer, Marcus Gavius Apicius, übersetzt von Elisabeth Alföldie-Rosenbaum, Düsseldorf/Zürich 1999