Essen und Trinken bei den Römern

1. Quellen

a) Archäologisch: Häuser, Militärlager, Gräber, Abfallgruben, etc.

-> Geschirr, Besteck, Gefäße, Bauteile von Mühlen/Pressen, etc.

b) Epigraphisch und ikonographisch:

- Graffiti aus Pompei/Herculaneum, Höchstpreisedikt von Diokletian, etc.
- Statuen, Reliefs, Wandmalereien, Mosaik, etc.

c) literarisch:

- In äußerst vielen Werken sind Hinweise auf Essen und Trinken der Römer enthalten
- Prosa: Cicero, Caesar, Varro, Seneca, Sueton, Plinius der Ältere, Columella, Plinius der Jüngere, Macrobius, Palladius, etc.
- Dichtung: besonders Martial
- Roman: Petron (*Cena Trimalchionis*)
- Wichtigste Quelle: *De re coquinaria* von Marcus Gavius Apicius

2. Mahlzeiten

a) *ientaculum* (Frühstück): zur 3. Stunde (ca. 8/9 Uhr)

- Zuhause: meist Brot, Käse, Honig, Obst, Nüsse sowie (mit wenig Wein versetztes) Wasser
- Unterwegs: Brot vom Bäcker
=> einfache, kleine Mahlzeit

b) *prandium* (Mittagessen): zur 6. Stunde (ca. 12 Uhr)

- Zuhause: Brot, Käse, Eier, Gemüse, Oliven, Obst, Nüsse und/oder Reste vom Vortag sowie *mulsum* (mit Honig gesüßter Wein)
- Unterwegs: Zwischenstopp an einem Stand, einer Garküche oder in einer Taverne

- => schneller, kalter Imbiss
- => *meridiatio* (Mittagsruhe) im Anschluss

c) *cena* (Abendessen): zur 9./10. Stunde (zwischen 15 und 16 Uhr je nach Jahreszeit)

- Zuhause mit der Familie bzw. auch mit Gästen
- Dauer und Umfang unterschiedlich, abhängig von Anlass, Prominenz der Gäste, Geldbeutel/Geltungsbedürfnis des Gastgebers
- 3 Gänge
 - 1) *gustatio* (Vorspeise): leichte appetitanregende Gerichte, Eier, *mulsum*
 - 2) *mensa/cena prima* (Hauptspeise): viele Gänge (*prima, secunda, ...*)
 - 3) *mensa secunda* (Dessert): pikante Speisen, Süßspeisen, getrocknetes Obst, Wein
 => wichtigste Mahlzeit des Tages
- Evtl. sich daran anschließende *comissatio*

3. *De re coquinaria*

-> Marcus Gavius Apicius: 1. Jh. n. Chr.; Mitglied der Oberschicht, bekannt für ausschweifende Gastmähler

-> 10 Bücher mit 459 Rezepten

Buch 1 (35 Rezepte)	<i>epimeles</i> (Der sparsame Wirtschaftler)
Buch 2 (24 Rezepte)	<i>sarcoptes</i> (Gehacktes)
Buch 3 (57 Rezepte)	<i>cepuros</i> (Der Gärtner)
Buch 4 (54 Rezepte)	<i>pandecter</i> (Verschiedenes)
Buch 5 (31 Rezepte)	<i>ospreo<s></i> (Hülsenfrüchte)
Buch 6 (41 Rezepte)	<i>aeropes</i> (Geflügel)
Buch 7 (77 Rezepte)	<i>polyteles</i> (Der Feinschmecker)
Buch 8 (69 Rezepte)	<i>tetrapus</i> (Der Vierfüßler)
Buch 9 (36 Rezepte)	<i>thalassa</i> (Das Meer)
Buch 10 (35 Rezepte)	<i>halieus</i> (Der Fischer)

⇒ Rezepte teilweise ungenau, oft keine Mengenangaben

➤ Buch 1: Anleitungen zum Konservieren von Lebensmitteln, etc.

11) <i>Ut pisces fricti diu durent: eodem momento, quo friguntur et levantur, ab aceto calido perfunduntur</i>	Wie sich gebratene Fische lange halten: zur selben Zeit, wenn sie gebraten und aus dem Topf genommen werden, werden sie mit heißem Honig übergossen.
--	--

➤ Buch 2: Frikadellen, Fleischwürste, Würstchen, etc.

➤ Buch 3: Gemüse

6) [...] <i>Cucumeres rasos: sive ex liquamine, sive ex oenogaro: sine ructu et gravitudine teneriores senties.</i>	Geschälte Gurken: entweder mit Liquamen oder mit Oenogarum: du wirst sie zarter finden und kein Aufstoßen und keine Bauchschmerzen verspüren.
---	---

➤ Buch 4: Auflauf, Brei, Vorspeisen

<p>5) [...] <i>Gustum de praecoquiis: duracina primotica [...] purgas, enucleas, in frigidam mittis, in patina componis. Teres piper, mentam siccam, suffundis liquamen, adicies mel, passum, vinum et acetum. Refundis in patina super praecoquia, olei modicum mittis et lento igni ferveat. Cum ferbuerit, amulo obliges. Piper aspargis et infers.</i></p>	<p>Vorspeise aus Aprikosen: Säubere gerade reife, feste Aprikosen, entsteine sie, gib sie in kaltes Wasser und lege sie in eine Pfanne. Stoße Pfeffer, getrocknete Minze, gieße Liquamen dazu und gib Honig, Passum, Wein und Essig dazu. Gieße es in der Pfanne über die Aprikosen, gib ein wenig Öl dazu und koche auf kleiner Flamme. Wenn es gekocht hat, binde mit Stärkemehl. Streue Pfeffer darauf und serviere.</p>
--	---

➤ Buch 5: Linsen, Erbsen, Bohnen, Hornklee, Kichererbsen, etc.

➤ Buch 6: Strauß, Kranich, Ente, Rebhuhn, Drossel, Pfau, Fasan, Gans, Hähnchen, etc.

➤ Buch 7: Kotelett, Schweinshaxe, Schnitzel, Schinken, Trüffel, etc.

<p>16) [...] <i>Tubera radis, elixas, sale aspergis, et surculo infiges. Subassas, et mittes in caccabum oleum, liquamen, caroenum, vinum, piper et mel. Cum ferbuerit, amulo obliges. Tubera exornas et infers.</i></p>	<p>Schäle die Trüffel, koche sie, salze sie und stecke sie auf ein Stäbchen. Grille sie an und gib in einen Topf Öl, Liquamen, Caroenum, Wein, Pfeffer und Honig. Wenn es aufgekocht ist, binde mit Stärkemehl. Garniere die Trüffel und serviere.</p>
--	--

➤ Buch 8: Wildschwein, Hirsch, Reh, Wildschaf, Rind, Kalb, Lamm, Hase, Haselmaus, etc.

➤ Buch 9: Languste, Zitterrochen, Tintenfisch, Muscheln, Thunfisch, Fischsaucen, etc.

<p>12) <i>Ius in mulo tarico: piper, rutam, cepam, dactylum, sinapi, trito commisces echino, oleo, et sic perfundes piscem frictum vel assatum.</i></p>	<p>Sauce für gepökelte Meerbarbe: Pfeffer, Raute, Zwiebel, Datteln und Senf, mische es mit zerstampftem Seeigel und Öl und übergieße so den gebratenen oder gegrillten Fisch.</p>
---	---

➔ Meerbarbe bis zu 8000 Sesterzen pro Stück!!!

➤ Buch 10: diverse Saucen für Fischgerichte

4. „Bescheidene“ *cena* des Martial (Epigramm 5, 78)

- *gustatio*: Lattichsalat (*viles*), Porree (*graves porri*), Thunfisch mit gekochten Eiern
(*cybium [...] ovis*)

- *cena*: Grünkohl (*coliculus virens*) mit Würstchen (*botellus*) und Puls, Bohnen mit Speck
(*pallens faba cum rubente lardo*)

- *mensae secundae*: Trauben (*uvae*), Birnen (*pira*), Maronen (*castaneae*)

-> zum Wein Oliven (*olivae*), heiße Kichererbsen (*fervens cicer*), lauwarme Wolfsbohnen
(*tepens lupinus*)

<p><i>Si tristi domicenio laboras, Torani, potes esurire mecum. Non derunt tibi [...] uiles Cappadocae graesque porri, diuisis cybium latebit ouis.</i></p>	5	<p>Wenn du dich bei dir zu Hause mit einem trostlosen Essen quälst, Torianus, dann kannst du auch hungern bei mir. Nicht wirst du [...] dabei kappadokischen Lattichsalat und kräftig duftenden Porree vermissen, Thunfisch versteckt sich unter halbierten Eiern. Man setzt dir vor – und man hält es in den Fingern, die sich dabei verbrennen – grünen Kohl auf schwarzer Schüssel, der gerade erst den frostigen Garten verließ, ein Würstchen, das sich im schneeweißen Brei eindrückt, und helle Bohnen mit rötlichem Speck.</p>
<p><i>Ponetur digitus tenendus unctis nigra coliculus uirens patella, algentem modo qui reliquit hortum, et pultem niueam premens botellus, et pallens faba cum rubente lardo.</i></p>	10	<p>Wenn du dann die Zugaben des Nachtsches willst, wird man dir schrumpelige Trauben reichen, Birnen, die den Namen „Syrer“ tragen, und Kastanien, langsam in Dampf geröstet, die das gelehrte Neapel hervorbrachte.</p>
<p><i>Mensae munera si uoles secundae, marcentes tibi porrigentur uuae et nomen pira quae ferunt Syrorum, et quas docta Neapolis creauit, lento castaneae uapore tostae: uinum tu facies bonum bibendo. Post haec omnia forte si mouebit Bacchus quam solet esuritionem, succurrent tibi nobiles oliuae, Piceni modo quas tulere rami, et feruens cicer et tepens lupinus.</i></p>	15 20	<p>Den Wein wirst du dadurch qualifizieren, dass du ihn trinkst. Wenn nach all dem Bacchus wie gewohnt vielleicht den Appetit anregt, dann leisten dir Oliven gute Dienste, die eben noch picenische Äste trugen, heiße Kichererbsen und lauwarne Wolfsbohnen.</p>

5. Der „Gourmet“ Trimalchio – Essen und Trinken als Symbol für *luxuria* (*Cena Trimalchionis* 31, 9 – 40,8)

- *gustatio*: schwarze/grüne Oliven, Haselmäuse mit Honig und Mohn, heiße Würstchen, syrische Pflaumen, Pfaueneier mit Pfeffer und Feigenschnecke, *mulsum*, Falerner Wein
- *cena prima*: Widdererbsen, Rinderbraten, Innereien, Backwaren, afrikanische Feigen, Hase, Skorpion (Fisch), Heuschreckenkrebs, Gans, Seebarben, Honigwabe, Mastgeflügel, Saueuter

- mensa secunda:

<p><i>Secutum est hos repositorium, in quo positus erat primae magnitudinis aper, et quidem pilleatus, e cuius dentibus sportellae dependebant duae palmulis textae, altera caryotis altera thebaicis repleta. circa autem minores porcelli ex coptoplacentis facti, quasi uberibus imminerent, scrofam esse positam significabant. et hi quidem apophoreti fuerunt. ceterum ad scindendum aprum non ille Carpus accessit, qui altilia laceraverat, sed barbatus ingens, fasciis cruralibus alligatus et alicula subornatus polymita, strictoque venatorio cultro latus apri vehementer percussit, ex cuius plaga turdi evolaverunt. parati aucupes cum harundinibus fuerunt et eos circa triclinium volitantes momento exceperunt.</i></p>	<p>Es folgte ihnen eine Platte, auf der ein Keiler erster Größenordnung lag, und zwar mit einer Freiheitsmütze und so, dass an seinen Gewehren zwei Körbchen aus geflochtenem Palmbast hingen, das eine mit syrischen, das andere mit ägyptischen Datteln gefüllt. Rings herum aber waren winzige, aus Knusperteig bereitete Ferkel so gelegt, als ob sie sich nach den Zitzen drängten, um anzudeuten, ein Mutterschwein sei aufgetischt. Nun, sie selber waren als Souvenirs gedacht. Im Übrigen kam zum Zerlegen des Keilers nicht der "Schneider" von vorhin herein, der das Geflügel tranchiert hatte, sondern ein bärtiger Riese mit Wickelgamaschen an den Waden und mit einem wasserdichten Cape drapiert; der zog seinen Hirschfänger und stieß ihn dem Keiler tüchtig in die Flanke, worauf Drosseln aus dem Riss hochflogen. Vogelsteller mit Leimruten standen bereit und fingen sie, obwohl sie im Speisesaal umherflatterten, im Handumdrehen.</p>
--	--

=> Effekte und erstklassige Speisen ohne Sinn für „biologische Korrektheit“

=> Selbstdarstellung des Trimalchio

=> Essen und Trinken als Symbol eines riesigen Vermögens

Literaturverzeichnis

Carcopino, Jérôme, Rom. Leben und Kultur in der Kaiserzeit, Stuttgart 1977.

Cech, Brigitte, Lukullische Genüsse. Die Küche der alten Römer, Darmstadt 2013.

König, Ingemar, Vita Romana. Vom täglichen Leben im alten Rom, Darmstadt 2004.

Marcus Gavius Apicius, De re coquinaria, hrsg., übers. und komm. von Robert Maier, Reclam, Stuttgart 1991.

Paoli, Ugi Enrico, Das Leben im alten Rom, Bern/München 1979.

Weeber, Karl-Wilhelm, Baden, spielen, lachen. Wie die Römer ihre Freizeit verbrachten, Darmstadt 2007.

Wilkinson, Lancelot P., Rom und die Römer, Porträt einer Kultur, übersetzt und deutsch bearbeitet von Edgar Pack, Bergisch Gladbach 1979.