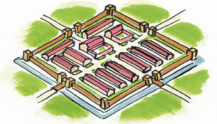


ETEN EN DRINKEN BIJ DE ROMEINEN



Romeinse tijd

De rijke Romeinen aten drie keer per dag. Ze begonnen met een eenvoudig ontbijt, later op de dag een eenvoudige lunch en aan het einde van de dag een uitgebreid diner. Het diner was een belangrijk sociaal gebeuren. Vaak waren er gasten. Er werd gegeten in een aparte eetkamer: triclinium. De naam is afgeleid van de manier waarop de kamer ingedeeld was. Er waren drie sofa's. De eters lagen op de sofa's en aten voedsel van lage tafels. Het eten werd door keukenslaven bereid en opgediend. Ze aten met de handen, soms werd er een lepel gebruikt voor de soep of sauzen en een mes om het vlees te snijden. Vorken waren er wel, maar werden vooral in de keuken gebruikt.

De arme Romeinen en soldaten waren allang blij als ze iets warmes in hun maag kregen. Zij maakten pap of brood van graan. De pap werd puls genoemd. Puls werd gemaakt van grof gemalen graan met water, melk of wijn. Om de pap wat aangenamer van smaak te maken, werd er bijvoorbeeld ui, knoflook, prei, spek en/of honing toegevoegd. De soldaten moesten zelf hun eten maken. In elke barak was daarvoor een haardvuur. Behalve graan aten de soldaten varkensvlees, rundvlees, vis (o.a. snoek en mosselen) en kaas. De dieren graasden bij de kampementen. De vis werd uit de rivier gevangen met fuiken.

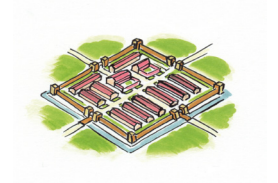
De informatie die wij hebben over de voeding van de Romeinen komt onder andere uit schriftelijke bronnen. Er zijn veel recepten bewaard gebleven in

een kookboek dat wordt toegeschreven aan Apicius uit de eerste eeuw. Het kookboek van Apicius is, in de daarop volgende eeuwen, in kloosters overgeschreven en voor het eerst gedrukt in 1500 na Chr.

Het voedsel werd langer houdbaar gemaakt door het te zouten, roken, drogen of in te leggen in honing. De Romeinen hielden van gekruid eten. Een belangrijke reden daarvoor was, dat het dan niet zo opviel als er een ietwat bedorven smaak aan het eten zat. Een veel gebruikt sausje was garum of liquamen geheten. Dit was een saus gemaakt van een afgietsel van sterk gezouten visingewanden. Het voedsel werd bewaard in zakken (graan, bonen, erwten) of in aardewerken potten en kruiken (amforen). Hierin werd de wijn, olijfolie en vissaus bewaard.

Het eten werd klaargemaakt op houtskool fornuizen en boven open vuur. Men had aardewerk, bronzen en ijzeren kookpotten. Het meeste eten was kruidig en zuurzoet van smaak. Peper werd overvloedig toegepast, zelfs op zoete koekjes. In het kookboek van Apicius komen de volgende kruiden voor: bonenkruid, dille, karwij, knoflook, laurierbladeren, lavas, munt, oregano, peterselie, tijm, wijnruit, venkel, maar ook kruiden en specerijen uit het verre Oosten: peper, koriander en kaneel.

ETEN EN DRINKEN BIJ DE ROMEINEN



Romeinse tijd

De Romeinen vonden relmuizen een delicatessen. De muizen werden in speciaal gemaakte kleipotten met luchtgaten vetgemest met noten, kastanjes en eikels. Als ze dik genoeg waren werden ze geslacht en gevuld. De vulling werd gemaakt van worst en op smaak gebracht met peper en noten.

Slakken die met melk vetgemest werden waren ook geliefd. De Romeinen waren ook dol op gevulde lijsters. Ze vulden de lijster door zijn keel, zonder zijn ingewanden eruit te halen. De Romeinen aten wel meer vogels die wij niet op onze menukaart hebben staan, zoals: zilvermeeuwen, kauwen, kraaien, raven, zwanen, meerkoeten, ooievaars en pauwen.

Kip stond regelmatig op het menu. De Romeinen brachten de kip mee naar de lage landen vanuit Azië. De kip kwam voor de komst van de Romeinen niet voor in ons land. De Romeinen gaven de voorkeur aan donkere kippen. Wanneer er kip op het menu stond hoorde daar wit brood geweekt in water of wijn bij. De Romeinen zetten de kip met de poten er nog aan op tafel.

Een Germaanse gewoonte die door de Romeinen werd overgenomen, was het eten van soep.

Hieronder verstond men het dopen van brood in een eetbare vloeistof (soppen), zoals bouillon van vlees of merg. Later gebruikte men de naam soep voor een gerecht dat bestond uit bouillon met een vulling van vlees, kruiden en vooral veel brood of andere meelproducten.



Bron:

- *Eten als onze voorouders*, N.E. Stegeman
- *Die rare Romeinen*, Terry Deary
- *De Romeinse wereld*, Mike Corbishley