



Projekt „Kunst, Kultur und Gaumenschmaus“



Am 25. April 2024 war es wieder soweit: Unter dem Projekt "Kunst, Kultur und Gaumenschmaus" trafen wir uns im Pfarrheim in Kellmünz. Das Projekt "Treffpunkt Museum" ermöglicht Begegnungen von älteren Menschen im Rahmen eines interaktiven Kulturerlebnisses rund um die Archäologie. Bei der 90-minütigen Veranstaltung wurde eine lockere Möglichkeit des Austausches und des Kulturgenusses geboten. Die uns bereits bekannte Referentin, Frau Daniela Deplano, hat diesen Vormittag wieder humorvoll gestaltet und uns auf eine spannende Reise in die faszinierende Welt der alten Römer mitgenommen. Wir erfuhren viel über die kulinarischen Traditionen und Gebräuche.

Für alle, die an diesem Vormittag keine Zeit hatten daran teilzunehmen, und für diejenigen, die sich nicht alles merken konnten, folgt hier eine Zusammenfassung:

Kulinarische Traditionen und Gebräuche der Römer

Die römische Esskultur erstreckte sich über mehr als 1000 Jahre und unterlag dabei erheblichen Veränderungen. Anfangs waren die Römer Selbstversorger, die sich hauptsächlich vom Ackerbau ernährten. Viehzucht diente zunächst vor allem der Nutzung von Tieren als Zug- und Lasttiere sowie der Woll- und Milchproduktion. Fleisch war ein Luxus und wurde selten konsumiert, stattdessen standen Gemüse, Früchte und Bohnen im Vordergrund. Ein charakteristisches Gericht war der Getreidebrei „puls“, den die Römer häufig verzehrten. Erst ab 200 v. Chr. begannen die Römer Schweine und Hühner zu halten, und Brot wurde erst ab dem 2. Jahrhundert v. Chr. verbreitet.

Tagesablauf und Essgewohnheiten

Das tägliche Essen der Römer bestand aus drei Mahlzeiten:

- **Lentaculum (Frühstück):** Brot, Eier, Käse, Oliven.
- **Prandium (Mittagessen):** Kalte Speisen und Obst.
- **Cena (Abendessen):** Ein mehrgängiges warmes Abendessen, das am Nachmittag zwischen 14 und 16 Uhr begann. Wein mit Honig war oft Teil der Mahlzeit, aber für Frauen und junge Leute zunächst verboten.

Die reichere Bevölkerung aß im Atrium des Hauses, wobei nur das Familienoberhaupt (pater familias) liegend speiste. Die arbeitende Bevölkerung hingegen hatte weniger Zeit für ausgedehnte Mahlzeiten.

Gesellschaftliche Unterschiede und Wandel

Mit der Eroberung Griechenlands im 2. Jahrhundert v. Chr. kam es zu einem Wandel des Lebensstils bei der Oberschicht. Mit der Ausdehnung des Reiches waren mehr Importe möglich und damit ein höherer Lebensstandard, vor allem in Rom. Aber auch in Rom gab es eine zweigeteilte Gesellschaft: eine kleine Oberschicht und Millionen von Einwohnern, die am Rande des Existenzminimums lebten.

Für sie war eine wichtige Nahrungsquelle die tägliche „**Salutatio**“. Jeden Morgen begrüßten die sogenannten Klienten ihren Patronus in dessen Haus und erhielten dafür eine **sportula**, ein Körbchen mit Lebensmitteln. Diese salutatio war Teil des Patronats und bezeichnete die Stellung eines Herrn als Patron (patronus „Schutzherr, Vertreter, Beschützer, Verteidiger“) gegenüber seinen Freigelassenen und Schutzbefohlenen. Die Klienten standen in einem gegenseitigen Treueverhältnis zu ihrem Patron und vertraten dessen Interessen, etwa vor Gericht. Im Gegenzug mussten die Klienten ihren Patron morgens begrüßen, Botengänge erledigen und ihm als Leibwächter oder Claqueure bei öffentlichen Auftritten dienen. Wenn ihr Patron ein öffentliches Amt anstrebte, waren sie verpflichtet, in den Volksversammlungen (Komitien) für ihn zu stimmen.

Vergleich heute: Stellen Sie sich vor, alle Einwohner von Kellmünz müssten am Morgen als erstes ihren Bürgermeister persönlich begrüßen und bekämen dann von Herrn Obst ein Körbchen mit etwas zum Essen in die Hand gedrückt!

Essensversorgung in Städten

Pompeji bietet durch seinen Erhaltungszustand wertvolle Einblicke in die Essensversorgung in einer römischen Stadt. Wasser war kostenlos an zahlreichen Brunnen verfügbar, und Garküchen sowie offene Läden boten Eintöpfe und gegrilltes Fleisch an. Reiche aßen zuhause oder bei anderen wohlhabenden Familien, während die Armen oft in Garküchen gepflegt wurden. Die Küchen in den Häusern waren meist klein und dunkel, oft ohne Rauchabzug, während nur wohlhabende Haushalte gemauerte Herde besaßen.

Gastmähler (Convivia)

Gastmähler waren wichtige gesellschaftliche Ereignisse, die mit musischen und lyrischen Darbietungen alle Sinne befriedigten. Sie fanden im Triclinium statt, wo die Klinen in Hufeisenform um einen zentralen Tisch aufgestellt wurden.

Der angesehenste Gast saß in der Mitte, der Gastgeber rechts davon. Diese Mahlzeiten wurden häufig von gesteigertem Weinkonsum begleitet.

Frauen durften ab der Kaiserzeit ebenfalls teilnehmen.

Ein typisches Staatsbankett zur Zeit Caesars könnte folgendermaßen ausgesehen haben:

Vorspeise:

- Tafelaustern, Venusmuscheln, Lerchen
- Poularde mit Spargel
- Miesmuscheln in Sauce

Erster Hauptgang:

- Miesmuscheln und Seenesseln
- Gebratene Singvögel
- Reh- und Wildschweinkoteletts
- Hühnerpasteten
- Vögel in Spargelsoße
- Purpurschnecken

Zweiter Hauptgang:

- Schweine Euter, geschnetzelt
- Wildschweinkopf
- Gebratene Entenbrust- und -hals
- Frikassierte Wildenten
- Braten von Hasen und Hühnern

Nachspeisen:

- Gebäck und Torten

Trinkgelage (Comissatio oder Symposium)

Trinkgelage waren wichtige gesellschaftliche Ereignisse, die oft in einem separaten Raum nur für Männer stattfanden, begleitet von Musikerinnen und Tänzerinnen. Der „rex comissationis“ oder „magister bibendi“ wurde durch das Würfellos bestimmt und entschied über die Weinqualität sowie das Mischverhältnis von Wein und Wasser. Es war üblich, auf einen Zug aus kleinen Bechern zu trinken. Trunkenheit wurde nach ärztlichen Anweisungen morgens durch Erbrechen gemindert.

Ein Graffiti in einem Triklinium in Pompeji mahnt zu gutem Benehmen: „Sei nicht grob während eines Gespräches. Versuche nicht böse zu werden und vermeide Beleidigungen. Kannst du das nicht, dann geh nach Hause.“

Im 2. Jahrhundert n. Chr. erreichten Luxus und Ausschweifungen ihren Höhepunkt, während sie zu Caesars Zeiten noch seltener waren. Seneca kritisierte die Römer mit dem Satz: „Die Römer essen, um sich zu erbrechen, und erbrechen sich, um zu essen.“

Kulinarische Vielfalt und Rezepte

Über 1000 römische Rezepte sind überliefert, darunter das Kochbuch „De re coquinaria“ von Apicius. Es enthält keine Zeit- oder Mengenangaben, was die Zubereitung herausfordernd macht.

Ein Beispielrezept für „Hase im eigenen Sud“ umfasst Zutaten wie Öl, Garum, Lauch, Koriander, Dill, Pfeffer, Liebstöckel, Kümmel, Koriandersamen, Zwiebel, Minze, Raute, Selleriesamen, Honig, Traubenmost und Essig. Römische Küche war oft so gewürzt, dass der eigentliche Geschmack der Speisen überdeckt wurde. So beschreibt Petron einen Koch folgendermaßen: „Eine kostbarere Person lässt sich nicht denken; ein Wink und er macht aus der Gebärmutter einen Fisch, aus dem Speck eine Ringeltaube, aus der Keule eine Henne.“

Römische Würzsaucen

Garum, eine Fischsauce, war eine der wichtigsten Zutaten der römischen Küche. Es wurde hergestellt, indem kleinere Fische wie Sardellen in einem großen Topf mit viel Salz und Kräutern mehrere Monate in der vollen Sonne fermentiert wurden. Anschließend wurde die Mischung gefiltert.

Libum: Ein traditionelles Opferbrot, das zu besonderen Anlässen gebacken und geopfert wurde, zum Beispiel zum eigenen Geburtstag.

Rezept für Libum nach Cato:

- Käse gut in einem Mörser zerstampfen.
- Weizenmehl hinzufügen und gut mit dem Käse vermengen.
- Ein Ei hinzugeben und gut einmengen.
- Den Teig zu einem Fladen formen, Blätter darunterlegen und auf einem warmen Herd bei mäßiger Hitze unter einer warmen Tonschüssel backen.



Wir danken Frau Deplano für die spannende und lehrreiche Präsentation und freuen uns auf die nächste Veranstaltung im Rahmen des Projekts "Treffpunkt Museum".

**Die nächste Veranstaltung findet am 25. Juli, um 10 Uhr wieder im Pfarrheim
in Kellmünz statt.**

Das Thema wird vorab bekannt gegeben.

