

## Moretum (Knoblauchpaste)

### Vorspeise für 4 Personen ( Zutaten ):

- 250g Schafskäse ( Feta , Pecorino , Ricotta )
- 2-4 Zehen Knoblauch
- 1 EL Koriander
- nach Belieben frische Kräuter ( Rosmarin , Thymian , Minze , Petersilie , etc. )
- 1 EL Essig ( Weinessig )
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Honig
- gute Prise Pfeffer
- bei Bedarf noch Salz

### Zubereitung:

Den Käse mit dem geschälten Knoblauch in einer passenden Schale mit einer Gabel zu einer Paste zerdrücken. Bei der Wahl des Käses kann man sich für den milderen und weicheren Fetakäse oder den härteren und herberen Pecorino entscheiden. Beides kann noch mit ein wenig Ricotta verfeinert werden. Zu dieser Paste gibt man nun die zerkleinerten Kräuter hinzu. Zum Schluss das Olivenöl und den Essig hinzugießen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Nach Wunsch noch ein wenig Honig für einen milderen Geschmack hinzufügen.

In ovis apalis – Eier in Honigsauce  
nach Apicius 7, XIX, 3

- 50 ml Brühe
- 5 Eier
- 2 EL Liebstöckel (gehackt und frisch)
- 2 EL Pinienkerne
- 1 EL Honig
- 1 EL Essig
- 1 EL Liquamen (Ersatz: thailändische Fischsauce)  
Pfeffer



Zubereitung:

Man kocht am Anfang 4 Eier pflaumenweich. Während die Eier kochen, kann man schon die Pinienkerne, das Liebstöckel, Honig, Essig, Liquamen und das Gelb des letzten Eis in eine hohe Rührschüssel geben.

Die gekochten Eier in Scheiben schneiden und auf einem Teller anrichten.

Wenn die Eier fertig sind, kann man mit dem noch kochenden Wasser die Brühe machen. 50 ml von der Brühe in die Rührschüssel gießen. Den Inhalt der Rührschüssel muss man nun mit einem Rührstab pürieren.

Am Ende gießt man diese Sauce über die Eier. Das muss man nun eine halbe Stunde einwirken lassen, dann kann man die ova apala genießen.

## Sala Cattabia à la Apicius

oder

### Hähnchensalat à la Apicius

(Marcus Gavius Apicius, De re coquinaria, Buch 4,1,1)

#### ZUTATEN:

1/2 TL	Selleriesamen
1/2 TL	getrocknete Minze
1 1/2 TL	Ingwer (fein gehackt)
1/2 Bund	frischen Koriander
1/2 Tasse	Rosinen
1-2 EL	Honig
2 EL	Essig
2 EL	Olivenöl
2 EL	Marsalawein (oder schwerer Südwein)
2	große Hühnerbrüste, gebraten oder grilliert
200 g	Parmesan oder Pecorino
100 g	Pinienkerne, leicht geröstet
1	große Salatgurke
2	Zwiebeln, fein gehackt



© 37764 www.phtokati.com

#### ZUBEREITUNG:

Man schneidet eine große gebratene oder grillierte Hühnerbrust in kleine Stücke, dazu Hartkäse in kleine Streifen und Gurke in dünne Scheiben oder Würfeln. In einem Mörser oder Mixer werden Minze, Selleriesamen, Ingwer und Koriander fein zerkleinert und zusammen mit Honig, Essig, Wein, Olivenöl zu einem Dressing gemischt. Das Fleisch wird mit dem Käse, den Rosinen, der Gurke und den in der Pfanne leicht gebräunten Pinienkernen vermengt und das Dressing wird darüber gegeben. Die Zwiebeln kommen obenauf. Das Gericht wird dann kühl serviert.

#### TIPP:

Die Selleriesamen sind nicht überall zu bekommen, sie können auch weggelassen werden. Ebenso nach Belieben die Zwiebeln obenauf, für diejenigen, die es nicht so herzhaft mögen.

Das Gericht lässt sich sehr leicht im Voraus zubereiten und schmeckt leicht und frisch.

ALITER PATINA DE ASPARAGIS (dt.: Spargelaufauf auf andere Art)  
Apicius IV, 2, 6

Zutaten für 4 Personen:

500 g frischer Spargel  
1 Ästchen Liebstöckel  
2 Ästchen Koriander  
1 Ästchen Bohnenkraut  
1/2 Zwiebel  
50 ml halbtrockenen Weißwein  
4 Eier  
Salz  
Pfeffer  
1/2 Teelöffel Liguamen (thailändische Fischsauce)  
Olivenöl



Zubereitung:

Zunächst den Spargel schälen und in ca. 5 cm große Stücke schneiden. Spargelabschnitte ca. 10 min in Salzwasser weich kochen. Während der Spargel weich gekocht wird, Zwiebel und Kräuter klein hacken. Nun den abgossenen Spargel mit Wein aufgießen und pürieren. Anschließend die gehackte Zwiebel und die Kräuter zusammen mit Pfeffer und Liguamen zu der Spargelmasse geben und alles zusammenrühren. Die Eier separat aufquirlen und unterheben. Als Nächstes muss eine Backform mit Olivenöl eingefettet werden und die Masse hinein gefüllt werden. Bei 180 Grad ca. 45 min im Backofen stocken lassen.

Tipp:

Ein paar von den gekochten Spargelabschnitten nicht pürieren, sondern der Länge nach halbieren und in der Backform verteilen.



# PVLLVM NVMIDICVM

## Numidisches Huhn

Apicius VI, 9, 4

### Für 4 Personen:

- 1 Brathähnchen à 1300g
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 5 frische oder getrocknete Datteln
- 1 Handvoll Pinienkerne
- 2 Ästchen frische Weinraute
- Honig
- Weinessig
- Olivenöl
- Liguamen (thailändischeFischsauce)
- schwarzer Pfeffer u. Koriander aus der Mühle
- 3 Msp. gemahlener Kreuzkümmel
- Mehl zum Binden
- etwas Salz



Eine moderne Variante mit Rosmarinkartoffeln

### Zubereitung:

Das Brathähnchen mit einer Geflügelschere in Teile schneiden und mit Salz, Pfeffer und Koriander würzen. Anschließend mit klein geschnittenen Schalotten und Knoblauch in etwas Olivenöl marinieren.

Die Hähnchenteile in einer Pfanne scharf

anbraten und mit Deckel schmoren lassen. Bis das Fleisch gar ist, kann währenddessen eine Beilage gemacht werden.

Hier bietet sich einiges an. Wer den „echten“ Römergeschmack bevorzugt, kann auf Linsen, Gerstengrütze oder Brot zurückgreifen.

Mir schmecken Rosmarinkartoffeln gut dazu, die die Römer aber leider noch nicht kannten. Dafür die Kartoffeln einfach in zwei Hälften schneiden, ein Blech mit Backpapier auslegen und Olivenöl darauf träufeln. Die Kartoffeln mit der flachen Seite auf das Blech legen und mit Salzkörnern und Rosmarinzweigen bestreuen. Im Ofen bei 180 Grad backen. Wenn man möchte, kann man das Fleisch im Backofen bei 80 –100 Grad warmhalten, während die Sauce zubereitet wird.

Das Beste zum Schluss: Die pikante Sauce!

Dazu die Marinade zusammen mit der feingehackten Raute und den klein geschnittenen Datteln zum Bratensud geben und anschmoren lassen.

Abschmecken mit Pfeffer, Koriander, Kreuzkümmel, Essig, Honig und Liguamen, kurz aufkochen lassen und mit etwas Mehl binden.

Fleisch aus dem Ofen nehmen, mit Sauce begießen, die Beilage dazu: Fertig!

**ISICIA OMENTATA**  
**(= Frikadellen vom Schwein)**  
vgl. Apicius II 1,7

Zutaten (für 4 Personen):

- 800g Schweinehackfleisch oder gemischtes Hackfleisch
- 2 trockene Brötchen (normales Kaiserweckle)
- 1 Handvoll Pinienkerne (ca. 20g)
- 20 schwarze Pfefferkörner
- ca. 20 ml Caroenum (Traubenmostsirup)
- eine Prise Salz
- eine Prise gemahlene schwarze Pfeffer
- ca. 50 ml Weißwein
- etwas Olivenöl



Zubereitung:

Die trockenen Brötchen in kleine Stücke zerteilen, in eine flache Schale geben und dort im Weißwein einweichen.

Dann das Hackfleisch mit dem Traubenmostsirup und den eingeweichten Brötchen zu einem Brät verarbeiten. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Anschließend aus der Masse kleine, ovale, flache Klößchen formen. In die Klößchen je nach Geschmack mehrere Pinienkerne sowie schwarze Pfefferkörner hineinstecken.

Die fertigen Frikadellen (= Klößchen) nun mit Olivenöl in eine Pfanne geben und vorsichtig anbraten, bis sie goldbraun sind.

Jetzt die gebratenen Frikadellen aus der Pfanne nehmen und auf einem Teller anrichten oder mit anderen Beilagen (z.B. Zucchini Gemüse, Wildkräutersalat oder Brot) servieren.



## *PATINA DE PIRIS* (Birnenauflauf)

Apicius IV, 2, 35

Zutaten für 4 Personen:

1 kg Birnen  
2 EL Honig  
200 ml Passum (Rosinen in Wein eingelegt)  
4 Eier  
Liquamen (thailändische Fischsauce) *oder* Salz  
Olivenöl  
1 Prise Pfeffer



### Zubereitung:

Zunächst die Birnen schälen, vierteln, entkernen und in grobe Stücke schneiden. Mit Passum, Honig, einem Schuss Olivenöl und einem Schuss Liquamen oder einer Prise Salz zugedeckt weich kochen. Die Birnen nun in feine Stücke schneiden oder zerstampfen und völlig abkühlen lassen. Anschließend die Eier in Eiweiß und Eigelb auftrennen, das Eiweiß in einer großen Schüssel mit einem Handmixer kräftig zu Eischnee aufschlagen und 2 Esslöffel Honig hinzugeben. Das Eigelb mit 1 Teelöffel Honig gleichmäßig verrühren und zusammen mit der Birnenmasse vorsichtig unter den Eischnee heben. Daraufhin die Masse in eine gut geölte Auflaufform geben und bei 220° C für ca. 20 Minuten im Backofen stocken lassen. Wenn gewünscht, den fertigen Auflauf zuletzt mit einer Prise Pfeffer bestreuen.

## GLOBULI ( Quark/-Mohnbällchen)

### Zutaten ( für etwa 3-4 Personen):

- 200 g Grieß ( Weizen oder Dinkel)
- 300-325 g Quark (am besten keinen Magerquark)
- ausreichend Honig zum Begießen
- Mohn zum Bestreuen
- Olivenöl

### Zubereitung:

Zu Beginn den Quark mit dem Grieß vermengen, gut durchkneten und einige Stunden ruhen lassen. Danach mit nassen Händen etwa walnussgroße Bällchen formen, Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Bällchen darin unter häufigem Wenden goldbraun backen. Aus der Pfanne nehmen, mit ausreichend Honig übergießen und mit Mohn bestreuen.

### Tipps:

- Quark mit hohem Fettgehalt oder Mascarpone verwenden, um den Teig lockerer zu bekommen
- zu den Globuli eventuell Kompott, Apfelmus, Marmelade servieren
- falls der Honig zu fest sein sollte, kurz erwärmen

Schwierigkeitsgrad: einfach

Dauer: etwa 30 Minuten + einige Stunden Ruhezeit

### Über Globuli:

Globuli sind die Vorfahren der heutigen Krapfen und wurden von Marcus Porcius Cato Censorius (Cato der Ältere) in ‚de agricultura‘ überliefert. Man isst sie, genauso wie damals, als süßes Hauptgericht oder als abschließende Nachspeise. Globuli heißt übersetzt ‚die Bällchen / Kügelchen‘.

