

HANNELE KLEMETTILÄ

das  
mittelalter-  
kochbuch

Mit vielen farbigen Abbildungen  
und über 60 Rezepten zum Nachkochen

Aus dem Englischen von  
Tobias Rothenbücher

Anaconda

Titel der englischen Originalausgabe: *The Medieval Kitchen. A Social History with Recipes*

First published by Reaktion Books, London, 2012

Copyright © Hannele Klemettilä

Lizenzausgabe mit freundlicher Genehmigung

Der finnische Originaltext wurde zunächst von Anne Stauss ins Englische übersetzt  
und dann von der Autorin bearbeitet und neu arrangiert.

Eine Probeübersetzung wurde zum Teil  
von FILI (Finish Literature Exchange) finanziert.

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Neuausgabe 2017

© 2013 Anaconda Verlag GmbH, Köln

Alle Rechte vorbehalten.

Umschlagmotiv: Limbourg Brothers (fl. 1400–1416), Banquet Scene from the

»Très Riches Heures du Duc de Berry«, Ms 65/1284 f. iv January,

Musée Condé, Chantilly/Giraudon/bridgemanart.com

Umschlaggestaltung: Druckfrei. Dagmar Herrmann, Köln

Satz und Layout: Roland Poferl Print-Design, Köln

Printed in Czech Republic 2017

ISBN 978-3-7306-0511-0

[www.anacondaverlag.de](http://www.anacondaverlag.de)

[info@anacondaverlag.de](mailto:info@anacondaverlag.de)

# inhalt



## Vorwort 7

<b>ERSTES KAPITEL:</b> Ein Paradies für Genießer	11
<b>ZWEITES KAPITEL:</b> Unser täglich Brot	47
<b>DRITTES KAPITEL:</b> Gemüse für alle Gelegenheiten	57
<b>VIERTES KAPITEL:</b> Im Bann des Fleisches	71
<b>FÜNFTES KAPITEL:</b> Schätze aus der Tiefe	87
<b>SECHSTES KAPITEL:</b> Raffinierte Soßen, Verführerische Gewürze	99
<b>SIEBTES KAPITEL:</b> Käse und andere Genüsse: Milch- und Eierspeisen	117
<b>ACHTES KAPITEL:</b> Göttliche Nachspeisen	129
<b>NEUNTES KAPITEL:</b> Von Hypocras und Met	145
<b>ZEHNTES KAPITEL:</b> Vergessenen Geschmackswelten auf der Spur	157

<b>Mittelalterliche Rezepte für Köche von heute</b>	167
Getreidespeisen 168–174 · Gemüse 175–184	
Fleisch 185–198 · Fisch 199–204	
Soßen und Gewürze 205–213 · Milchprodukte und Eierspeisen 217–224	
Desserts 225–235 · Getränke 236–243	

## Anhang

Abbildungsnachweis	246	· Literaturverzeichnis	250
Sach- und Namenregister	253		
Rezeptregister	256		

# VORWORT



Die Küche des Mittelalters ist heutzutage sehr in Mode. In allen Ländern Europas kann man an mittelalterlichen Festmählern teilnehmen, und ständig kommen neue Bücher und Untersuchungen zu diesem Thema auf den Markt. Gleichwohl halten sich bestimmte Ansichten über die Esskultur des Mittelalters überraschend hartnäckig. Man denkt im Allgemeinen, dass die täglichen Mahlzeiten aus fadem, ungesundem, eintönigem oder aber unerträglich stark gewürztem Essen bestanden. Die unteren Gesellschaftsschichten sollen von trockener Brotrinde, Wasser und dünner Gemüsesuppe gelebt haben, in der mit Glück gelegentlich irgendetwas Festes schwamm; und das auch nur in guten Zeiten, wenn die Bevölkerung nicht gerade vor Hunger und Mangel im wahrsten Sinne des Wortes dahinschwand. An Festtagen hingegen, so denkt man, stopften die Menschen Essen in sich hinein, bis sie kurz vor dem Platzen waren. Dabei roch das Fleisch, das sie aßen, entweder bereits vergammelt, oder es war hoffnungslos ver-salzen.

Nach den heutigen Klischeevorstellungen

frönte der Adel im Mittelalter dem Müßiggang, mästete sich in seinen Burgen und Schlössern exzessiv mit rotem Fleisch und soff dabei über Tage hinweg kräftigen, gewürzten Wein, was die feinen Herren schließlich zu Alkoholikern und vor Gicht unbeweglich machte. Auch an den Tischen der oberen Schichten war das Fleisch oft verdorben – so will es die Mär –, was dazu führte, dass man den ranzigen Geschmack durch den großzügigen Einsatz teurer Gewürze zu überdecken versuchte.

Mittelalterliches Essen war angeblich nicht nur minderwertig, geschmacksfrei oder überwürzt, sondern auch übelriechend, breiig und geradezu eklig. Die Methoden der Zubereitung waren primitiv oder nicht ganz geheuer. Die Tischmanieren der Menschen damals müssen abstoßend gewesen sein, weshalb sich die Moralisten des Spätmittelalters gezwungen sahen, Leitfäden über Etikette und gutes Benehmen zu verfassen, die jedoch links liegengelassen wurden – bei Tisch regierte weiterhin die Barbarei.

Mit diesem Buch möchte ich die Leser in die mittelalterliche Küche einführen, da-

bei falsche Vorstellungen ausräumen und von den gängigen Gebräuchen sowie der Haltung dem Essen gegenüber und den damit verbundenen Gedankenwelten berichten. Im Mittelpunkt steht dabei das Spätmittelalter (etwa 1300–1500), zu dem uns heute – verglichen mit dem Früh- und Hochmittelalter – die größte Menge an Primärquellen und Informationen zur Esskultur vorliegt. Geografisch gesehen führt uns die Reise durch ganz Europa. Die wichtigsten Primärquellen der kulinarischen Geschichte des Mittelalters und seiner Rezepte sind Handschriften: Kochbücher, Rezeptsammlungen, Speisefolgen, Steuerlisten, Haushaltsbücher, Testamente, Tagebücher, Chroniken, verschiedene Anleitungen, Enzyklopädien und fiktionale Werke. Die Archäologie ist eine wichtige Disziplin bei der Suche nach Informationen über die Essgewohnheiten der unteren Schichten der mittelalterlichen Gesellschaft, denn die Rezepte der Armen wurden für gewöhnlich nicht

aufgeschrieben. Auch Wand- und Tafelmalereien, Miniaturen, Holzschnitte, Wandteppiche und Glasmalereien liefern wertvolle Hinweise. All diese Quellen ergänzen einander, und es ist wichtig, die Informationen gut gegeneinander abzuwägen, da schriftliche Aufzeichnungen und archäologische Funde manchmal zu stark unterschiedlichen Schlüssen führen können.

Mittelalterliche Kochbücher und Rezepte sind für heutige Leser schwer zu verstehen, da Satzzeichen in diesen Texten häufig fehlen und Wörter und ganze Sätze zu langen Buchstabenreihen zusammenzufließen scheinen. Rezepte sind nicht immer benannt, und die Anleitung kann sehr knapp oder vage formuliert sein. Es sind auch nicht alle Vorgänge schriftlich festgehalten – so wird kaum je beschrieben, wie Teig gefertigt oder Brot gebacken wird. Mengen, Garzeiten und Temperaturen fehlen oft ebenfalls – typische Angaben sind: »reichlich«, »ein

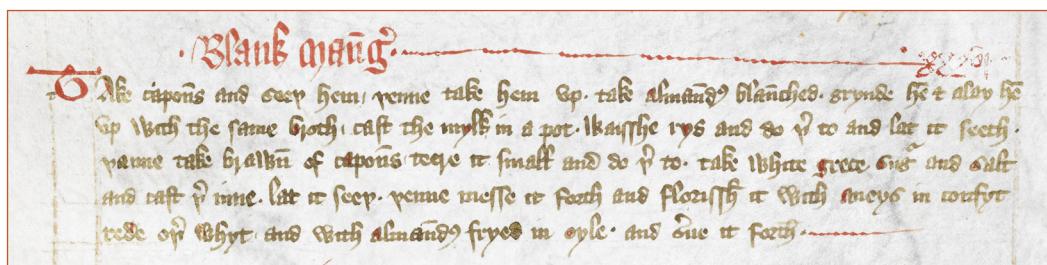


Abbildung 2: Rezept für »Blank Manger«, ein Gericht aus Milch, Reis, Mandeln, Hackfleisch und Zucker, aus der *Forme of Cury*, einer der ältesten bekannten Handschriften mit Rezepten auf Englisch, zusammengetragen um 1390 von den Meisterköchen Richards II. Das Buch umfasst 196 Gerichte. »Cury« ist das mittelenglische Wort für Kochkunst (im modernen Englisch »cookery«).

wenig«, »nach Bedarf« oder »nach Geschmack«. In der Regel werden die Zutaten so lange gekocht, bis sie »durch« oder nahezu durch sind. Dieser Mangel an Genauigkeit erklärt sich schlicht aus der Tatsache, dass das Mittelalter eine Zeit der mündlichen Tradierung war.

Wenn sich heute Historiker der Küche des Mittelalters widmen, müssen sie zu meist einfach ausprobieren und sich selbst die erforderlichen Zutatenmengen, Garzeiten und Zubereitungstemperaturen herleiten. Im Rezeptteil habe ich die mittelalterlichen Kochanleitungen nach bestem Wissen zu interpretieren versucht, wobei ich von den Gegebenheiten moderner Haushalte ausgegangen bin. Wo mittelalterliche Köche die Schwimmblase eines Störs, den Gebrauch eines Stößels oder das mehrfache Passieren eines Gebräus durch ein Sieb empfehlen, habe ich ohne zu zögern auf den Einsatz von Blattgelatine oder elektrischem Mixer zurückgegriffen, wenn es die Zubereitung erleichtert. An einigen Stellen habe ich Mengen oder Zubereitungsmethoden angegeben,



Abbildung 3: Vorbereitung eines Festmahls. Darstellung des Gleichnisses vom verlorenen Sohn in einem Fenster (ca. 1214) der Kathedrale der nordfranzösischen Stadt Chartres.

die von Empfehlungen mancher meiner Forscherkollegen leicht abweichen. Ich möchte meine Leser dazu ermuntern, ihrer eigenen Erfahrung im Kochen, ihrem Sinn und Verstand und ihrem persönlichen Geschmack zu folgen – besonders, wenn es um das Dosieren von Gewürzen geht. Die Rezepte der »Küche des Mittelalters« sollen vor allem gut schmecken und die Sinne erfreuen!

