

Inhalt

Vorwort 7

Exklusivinterview mit Lucius Licinius Lucullus 9

I. Quellen zur römischen Ess- und Trinkkultur 26

1. Literarische Quellen 26
2. Epigraphische und ikonographische Quellen 29
3. Archäologische Quellen 29
4. Archäozoologische und archäobotanische Quellen 30

II. Sitten und Gebräuche rund ums Essen und Trinken 31

1. Tagesablauf und Mahlzeiten 31
2. Speiseräume 34
3. Tischsitten 36
4. Gastmahl 39
5. Trinkgelage 42
6. Kneipen, Gaststätten und Fast Food 46

III. Lebensmittel 49

1. Getreide und Getreideprodukte 50
2. Gemüse 55
3. Pilze und Trüffel 64
4. Obst 65

INHALT

5

- 5. Fische und Meeresfrüchte 74
- 6. Geflügel und Eier 79
- 7. Fleisch 82
- 8. Schnecken und andere „Köstlichkeiten“ 86
- 9. Milch und Käse 87
- 10. Fette, Öle und Oliven 89
- 11. Würzmittel 92
- 12. Gewürze und Küchenkräuter 100

IV. Getränke 115

- 1. Alkoholische Getränke 115
- 2. Alkoholfreie Getränke 124

V. Küche und Kochen 125

VI. Römische Rezepte für die moderne Küche adaptiert 129

- 1. Grundsätzliches zum Nachkochen historischer Rezepte 129
- 2. Rezepte 133

Anhang

Löhne und Preise zu Beginn des 4. Jh.s n. Chr. 183

Quellennachweise 189

Literatur 194

Register 199

- Lebensmittel 199
- Personennamen 204
- Ortsnamen 206
- Abbildungsnachweis 208