

Vorwort/Einleitung	11
Kurze Kulturgeschichte: Freizeit und Feste im Mittelalter	13
Die jahreszeitlichen und kirchlichen Feste	20
Jahreswechsel	21
Ostern	23
Walpurgisnacht / Maifest	25
Pfingsten	26
Erntedankfest	27
Weihnachten	29
Heilige Drei Könige	30
Kirmes / Kirchweihe	32
Die persönlichen Lebensfeste	35
Taufe	36
Hochzeit	37
Begräbnis	40
Ritterfeste	43
Tafelrundenfeste	43
Ritter und Turniere	44

Feste feiern wie im Mittelalter	49
Feiern für Jung und Alt nach mittelalterlicher Sitte	51
Spiele, die bereits im Mittelalter gespielt wurden	51
Topfschlagen	52
Fadenessen	53
Moberle	54
Mittelalterlicher Fußball	55
Nüsse schießen	57
Würfelspiele	58
„a mayores“	58
Die „Drei“ gewinnt	58
„Pasch“ – oder „Drei Gleiche“	59
Rezeptvorschläge für das mittelalterliche Büffet	61
Dinkelbrot	64
Senfblätterbutter	65
Krumme Krapfen	66
Mandelmilch	67
Gefüllte Tauben	68
Lammgulasch	70
Apfelkuchen	72

Getränke des Mittelalters	74
Mittelalterlicher Würzwein	77
Grutbier	78
Anisschnaps	78
Heiraten wie im Mittelalter	80
Der Ort	81
Reichsburg Cochem	82
Burg Hohen Neuffen	84
Burg Rode	87
Die Kleidung	88
Die Bräuche (Brautentführung, Brautstrauß etc.)	93
Der Polterabend	94
Der Ehering	94
Das Beilager	95
Der Hochzeitsbecher	96
Der Brautstrauß	96
Geburtstage mittelalterlich feiern	98
Sackhüpfen	100
Tauziehen	102
Murmel im Haus	103
Riffa (Raffen)	104

Speisen wie die Ritter	105
Kürbissuppe mit gebratenen Pilzen	106
Armer Ritter	108
Dinkelbier-Nachspeise	109
Bratäpfel	110
Pikanter Dinkelauflauf	113
Selleriesalat	115
Milchsuppe mit Ei	116
Mittelalterliche Unterhaltung	117
Ulenreich der Schelm	119
Gauklerduo Forzarello	119
Jo der Gaukler	120
Burg Hohen Neuffen	121
Burg Satzvey	122
Schloss Burg	123
Ortenburger Ritterspiele	124
Literaturverzeichnis	126
Bildnachweis	127