

Nederlands kookt Romeins – kookwedstrijd ter gelegenheid van de Nationale Romeinenweek 2018

10 Romeinse boodschappelijstjes

Maak een keuze uit één van de onderstaande ingrediëntenlijstjes.

De nummers verwijzen naar de nummering van de recepten in de uitgave van *De Re Coquinaria*.

1.33

Hypotrimma: peper, lavas, gedroogde munt, pijnboompitten, rozijnen, dadels, zoete kaas, honing, azijn, vissaus, olie, defrutum* of caroenum**.

2.1.7

Balletjes van gehakt. Je maalt gehakt vlees met vers wit broodkruim dat in wijn is geweekt, met peper en vissaus; als je wilt, maal je gestampde mirtebessen mee. Je vormt balletjes waarin pijnboompitten en peperkorrels verwerkt zijn. Wikkel ze in varkensnet en rooster ze met caroenum**.

2.4

Lucaanse worst. Lucanicae worden op dezelfde manier gemaakt als hierboven beschreven. Maal peper, komijn, bonenkruid, wijnruit, peterselie, laurierbes en vissaus. Voeg vlees toe dat flink gestampt is zodat het goed met de kruidenmix gemengd kan worden. Roer er vissaus, hele peperkorrels, voldoende vet en pijnboompitten doorheen. Doe het vlees in de vellen, trek ze vrij dun en hang ze in de rook.

3.20.3

Een ander recept voor gekookte mosselen. Drenk ze in de dikke saus die hieronder beschreven staat: selderiezaad, wijnruit, honing, peper: maal. Passum***, vissaus, een beetje olie: dik in met zetmeel, besprenkel met peper en serveer.

4.1.1

Sala cattabia. Peper, munt, selderiezaad, gedroogde polei, kaas, pijnboompitten, honing, azijn, vissaus, eidooiers, vers water. Knijp gedroogd brood dat geweekt is in posca**** uit. Doe koeienkaas en komkommer in een kleine schaal met tussenlagen van pijnboompitten. Doe er fijngehakte kappertjes met kippenlevers bij. Giet de saus er over, zet het in koud water en dien op.

4.2.35

Patina van peren. Ontdoe van klokhuis en kook de peren. Maal ze met peper, komijn, honing, passum***, vissaus en een beetje olie. Doe er eieren bij om er een patina van te maken, bestrooi met peper en dien op.

4.4.2

Dikke gerstsoep. Week kikkererwten, linzen en erwten, stamp gerst en kook het met de groenten. Als ze goed gekookt zijn voeg dan voldoende olie toe en doe er gehakte groenten bij; prei, koriander, dille, venkel, bietenblad, kaasjeskruid, zachte kool. Hak het groen fijn en doe ze in de pan. Kook meer kool en maal voldoende venkelzaad, oregano, duivelsdrek**** en lavas. Nadat je ze hebt gemalen breng je het op smaak met vissaus en giet het over de groenten en roert. Hak de kool fijn en strooi er over.

4.5.3

Hapje van gevulde pompoen. Snijd voorzichtig een rechthoek uit de zijkant van de pompoenen en hol ze uit en kook ze in koud water. Maak er de volgende vulling voor: maal peper, lavas, oregano, giet er vissaus bij; maal gekookte hersenen, roer er rauwe eieren doorheen en maak alles tot een glad mengsel. Breng op smaak met vissaus en vul er de bovengenoemde voorgekookte pompoenen mee. Sluit ze met de rechthoek, bind ze op, kook ze, haal ze eruit en bak ze. Maak een oenogarum***** op deze manier: maal peper, lavas, giet er wijn en vissaus op, breng op smaak met passum*** en een beetje olie, doe in een pan en breng aan de kook. Als het kookt, bind het met zetmeel en giet de oenogarum over de gebakken pompoenen en besprenkel met peper en dien op.

7.11.8

Pannenkoek. Roer 4 eieren, een kwart liter melk en drie eetlepels olie totdat je een glad mengsel hebt. Doe een beetje olie in een platte schaal, verhit tot het sist en voeg dan het mengsel dat je gemaakt hebt toe. Als het aan een kant gaar is, keer het om op een rond bord, giet er honing over, bestrooi met peper en dien op.

10.1.1

Kruidensaus voor vis. Maak schoon, was en bak een vis die je wilt. Maal peper, komijn, korianderzaad, duivelsdrek****, oregano, wijnruit, maal nogmaals: giet er azijn bij, voeg dadels, honing, defrutum*, olie toe, breng op smaak met vissaus. Doe in een pan, breng aan de kook: als het kookt, giet het over de gebakken vis, bestrooi met peper en dien op.

Vissaus was dé smaakmaker in de Romeinse keuken. Lees [hier](#) hoe het gemaakt en gebruikt werd. Je koopt een [ambachtelijk gemaakte vissaus hier](#) of kunt Thaise of Vietnamese vissaus van de toko of uit een goed gesorteerde supermarkt gebruiken.

***Defrutum**: ingekookte druivenmost. Je kunt het zelf maken door rood druivensap tot 1/3 in te koken.

****Caroenum**: ingekookte druivenmost. Je kunt het zelf maken door rood of wit druivensap tot 2/3 in te koken.

*****Passum**: rozijnwijn. Je kunt hiervoor bijvoorbeeld pedro ximenez nemen.

******Posca**: mengsel van zure wijn of azijn met water. Je kunt het zelf maken door 1 deel witte wijnazijn te mengen met 2 delen water.

******Duivelsdrek:** is de Nederlandse naam voor [asafoetida](#). Dit specerij uit India kun je gebruiken als substituut voor het antieke *silphium*. Dit plantje was een belangrijke smaakmaker in het eten van de elite, dat destijds alleen in Noord-Afrika (Libië) groeide. Het verhaal gaat dat keizer Nero het laatste plantje heeft opgegeten en dat daarmee silphium was uitgestorven.

*******Oenogarum:** mix van wijn en vissaus. Je kunt het zelf maken door 1 deel vissaus te mengen met 1 deel witte wijn.