

Культура еды в Древнем Риме

Выполнил студент группы ИИЗ -12
Мамонтов Н.



«Розы Гелиогабала. Картина, иллюстрирующая рассказ «Истории августов»
. Лоуренс Альма-Тадема, 1888 год

- Кулинарное искусство в Риме стало развиваться с III века до н. э.
- Попало под влияние греческой культуры
- По мере расширения империи увеличивалось разнообразие рецептов
- Крестьянин и сенатор кушали совершенно разные блюда
- Культура потребления пищи была разнообразной

Большинство римлян питалось очень просто.

В их ежедневную пищу входило в основном зерно, (каша и хлеб), овощи и фрукты.

Хлеб и вино основные продукты питания.

Голод в понимании римлян означал, что нет зерна.



Поставки продуктов в Рим

Венафро и Казине - оливковое масло,
Помпеях - гарум, Пицен - маслины.

Из долины реки По и Галлии - копчёное сало,
свинину и ветчину, из Брундизия - устрицы,
из Тарента, Аричча и Остии порей,
Равенна славилась спаржей,
Помпеи — капустой, Лукания — колбасой.

Молочные продукты, поросята и ягнята, домашняя птица и яйца в Рим поступали из окрестных пригородных имений, а из области вестингов в Центральной Италии, из Умбрии и Этрурии – сыры. Леса около Циминского озера и под Лаврентом поставляли дичь.

Карта. Римская империя в I- II веке н.э



Зерно и хлеб

- из пшеницы делались каши и выпекался хлеб
- рожь использовалась только в северных провинциях
- овёс шёл на корм скоту
- ячмень в ранний период ели бедняки , в основном он на корм скоту

Хлебопечение в древнем Риме

Хлеб пекли дома, со II века до н. э. в Риме появились общественные пекарни, и хлеб очень быстро стал популярен.



«Торговля хлебом».
на фреске изображён [эдил](#),
раздающий хлеб городской бедноте.
Фреска из Помпеи.

Известные сорта хлеба:

- белый пшеничный из муки тонкого помола (*panis siligneus/candidus*),
- белый среднего качества из более грубой муки (*panis secundarius*)
- и чёрный, очень твёрдый, из муки грубого помола (*panis plebeius* — «народный»,
- *rusticus* — «крестьянский», *sordidus* — «грязно-тёмный»).

- К третьему классу относился также и походивший скорее на сухари хлеб легионеров (*panis castrensis* – «лагерный хлеб»), который они пекли себе во время стоянок



Отреставрированная древнеримская печь, найденная почти неразрушенной в Августа-Раурика Швейцария.



Легионер в походе. Реконструкция.

Молочные продукты и яйца

Молоко пили редко и разбавленным.

Широко был распространён козий и овечий сыр.

Сливочное масло оставалось для римлян продуктом питания варваров;

Сливок римляне не знали, в латинском языке не было даже слова для этого продукта.

Яйца ели варёными, всмятку, в яичнице и омлете и использовали во многих других рецептах, в том числе для выпечки и соусов

Мясо

Говядина не пользовалась успехом в среде гурманов.

Свинина была очень популярна.

Колбасы изготавливались из говядины или свинины по многочисленным рецептам.

Птица

Кроме домашней птицы, разводили фазанов, цесарок, павлинов. В имперский период в пищу употреблялись: куры, каплуны, утки (особо выделялись при этом грудка и спинка), гуси (в качестве дорогого деликатеса выступало *iesur ficatum* — печень перекормленного гуся), аисты, журавли, белые куропатки, голуби, чёрные дрозды, соловьи, рябчики, павлины, фазаны, фламинго, попугаи.



Птица, рыба, финики, спаржа и морепродукты. I век. Мозаика, музеи Ватикана.

Рыба

В меню входили следующие виды рыбы: кефаль, мурена, осётр, камбала, треска, форель, пескарь, рыба-попугай, тунец, морские ежи, лаврак, морские гребешки и другие

Моллюски также разводились в больших масштабах.

Рыбу варили в солёной воде, поджаривали на гриле, тушили, готовили на углях, запекали и делали фрикасе.



Мозаика
«Обитатели моря».
Помпеи

Овощи

Употребляли: репчатый лук, лук - порей, чеснок, салат, репа, редька, морковь, спаржу, огурцы.

Из бобов, нута, гороха, люпинов делали в основном каши и рагу, которые ели только крестьяне, легионеры и гладиаторы.

Чечевица считалась достойной гурманов.

В пищу употреблялись также многие кустарниковые растения и зелень: бузина, мальва, лебеда, крапива, щавель кислый, ясменник, листья белой и чёрной горчицы, листья пастернака, яснотка, гадючий лук.

Фреска с изображением кухонной посуды. Дом Юлии Феликс, Помпеи



Фрукты

Традиционно римляне употребляли в пищу груши, черешни, сливы, гранаты, айву, фи ги, виноград и яблоки (существовало до 32 видов культивированной яблони).

В I веке до н. э. в садах Италии появились восточные фрукты: вишни, персики и абрикосы.

Фрукты употреблялись в свежем виде, законсервированные в меду или виноградном соке, сушёные, а также в составе вторых блюд и закусок; например, у Апиция описаны рецепты персиковой и грушевой запеканок.

Приправы

Соусом гарум, оливковое масло, уксус, соль, мёд.

Из местных растений использовались следующие пряности: семена укропа, аниса, горчицы, зелень майорана, сельдерей.

Привозные приправы: петрушка из Македонии, тмин из Сирии и Эфиопии, тимьян из Фракии, имбирь, корица, чёрный перец из Индии [5].

Самыми популярными приправами были соус гарум, перец чёрный, белый, длинный), сильфий

Гарум (также лат. *liquamen*) – рыбный соус в древнеримской кухне, популярный среди всех сословий Рима. Согласно поваренной книге Апиция I века н. э., гарум входил в состав большинства рецептов (Апиций употребляет второе название соуса – *liquamen*, которое означает «жидкость»).



Мозаика, изображающая сосуд с лучшим из четырёх сортов гарума – *G(ari)* *F(los) SCAM(bri)* *SCAURI* (Помпеи)



Древнеримская «фабрика» по изготовлению гарума (Баэло-Клаудия близ Тарифы)



Изображение сильфия на монете из Кирены. Дикорастущий сильфий произрастал на ливийском побережье и экспортировался в Рим.

Приём пищи

пульс – густая каша из полбы, сваренная на воде или молоке, основное блюдо
К каше употреблялись свежие или варёные овощи и бобовые.

завтрак (*ientaculum/iantaculum*)

в обед (*prandium*) – второй завтрак

после обеда главный приём пищи – *cena*

вечером – *vesperna*

Между тем римляне также перекусывали — *merenda* — ранее так называлась вечерняя трапеза рабов, впоследствии — всякое принятие пищи без особых приготовлений



Чаша с фруктами.
Фреска из дома
«Юлии Феликс»,
Помпеи

Завтрак

Первоначально похожие на хлеб лепёшки из спельты с солью, яйцами, сыром, мёдом, а также иногда оливки, финики, овощи, в богатых домах также мясо и рыбу. К хлебу охотно потреблялась сырная смесь с чесноком, маслом, сельдереем, кориандром — моретум.

Со времён империи или с начала нашей эры римляне ели хлеб из пшеницы и со временем всё более разнообразную выпечку, которая сменила лепёшки.

Обед

холодные закуски, такие как ветчина, хлеб, оливки, сыр, грибы, овощи и фрукты (финики), орехи.

Иногда в качестве обеда разогревалась пицца, оставшаяся с ужина прошлого дня. В качестве напитка подавалось вино с мёдом.

После обеда жарким летом начиналась, для представителей высшего сословия и солдат, сиеста (*meridiatio*) 1–2 часа.

Школы и лавки также закрывались в обеденное время.

Ужин

Римский ужин:

1: Закуска: лук репчатый, салат, тунец, яйца с рутовым листом, яйца, сыр, оливки;

Главное блюдо: рыба, устрицы, вымя свиньи, птица.

2: Закуска: салат, три улитки и два яйца на каждого человека

Главное блюдо: каша из перловой крупы и спельты

Десерт: оливки, мангольд, огурцы, лук репчатый

3: Закуска: латук, порей, тунец с яйцами

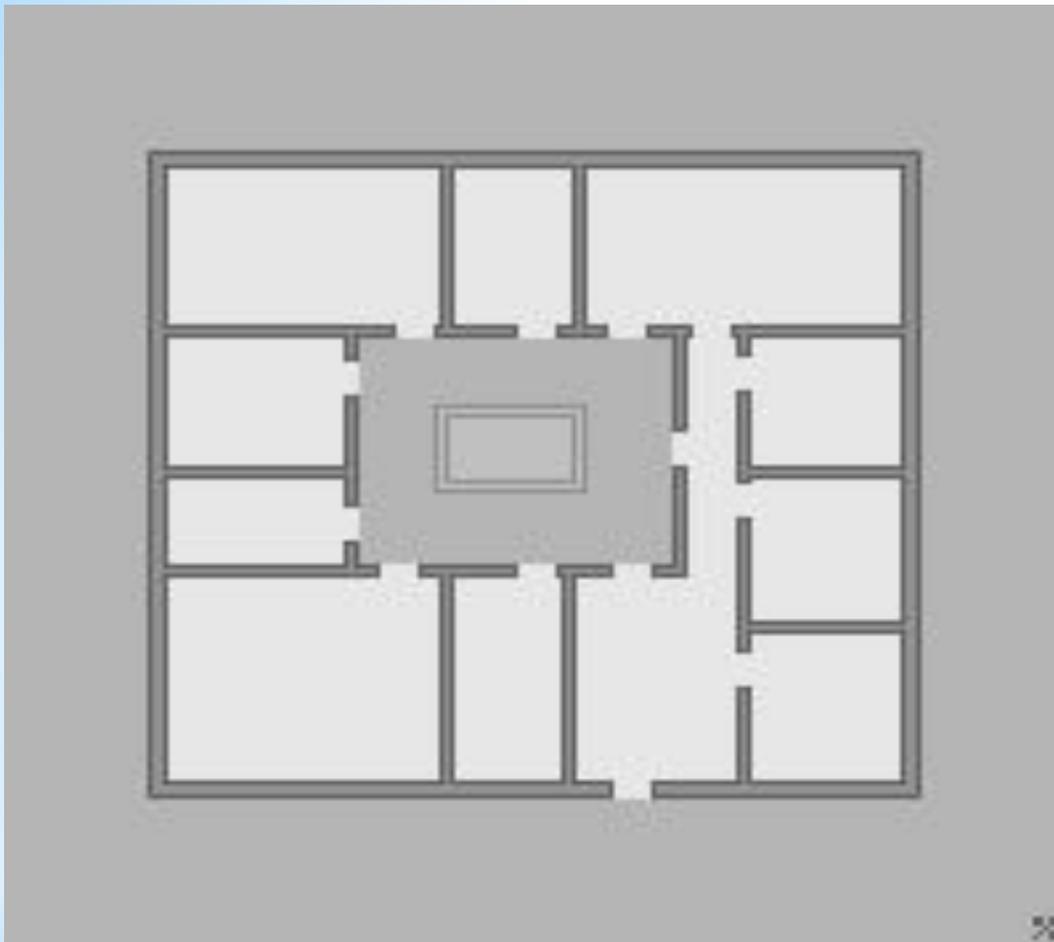
Главное блюдо: зелёная капуста, колбаски в белом мучном соусе, бобы с салом

Десерт: сушёный виноград, груши, каштаны

Культура принятия пищи

Первоначально древние римляне ели в атриуме, сидя у очага.

Только отец имел право возлежать, мать сидела в ногах его ложа, а дети размещались на скамейках, иногда за особым столом, на который им подавались небольшие порции. Рабы находились в той же комнате на деревянных скамейках или же ели вокруг очага.



Атриум тосканского типа

Позднее стали устраивать особые залы — триклинии — для званых обедов, в которых стали принимать участие и жёны с детьми, им также было позволено есть лёжа.

Первоначально этим словом обозначали установленные буквой П трёхместные обеденные кушетки (клинии),



Триклиний. Реконструкция

LECTUS SUMMUS

WEITERE GÄSTE

MENSA

LOCUS
CONSULARIS

SUMMUS
M. INO

GASTGEBERFAMILIE

LECTUS IMUS

LECTUS MEDIUS



Столовые приборы

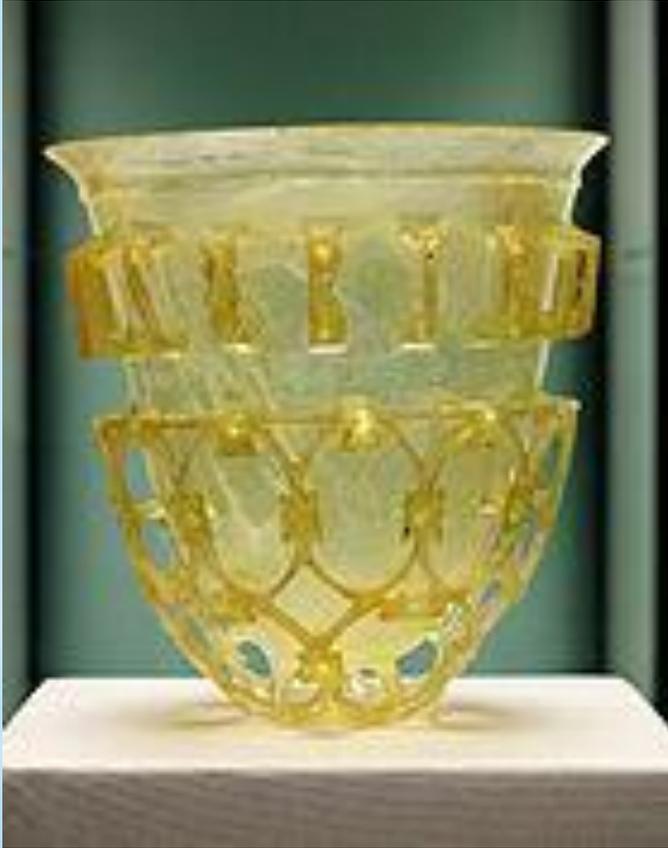


Лигула и коклеария



Бронзовый кувшин и сковорода

Столовые приборы



Древнеримский кубок из стекла,
выполненный в технике диатрета



Позднеантичное стекло

Пища в разных сословиях



Кубок.
Мозаика из музея Бардо, Тунис.



Сцена застолья.
Фреска из Помпеи, I век.



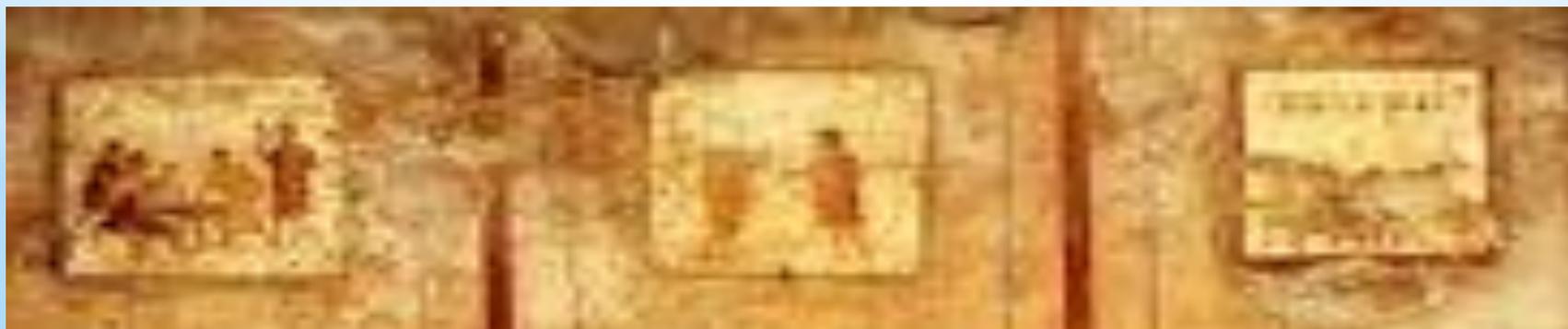
Реконструкция римской кухни.



Термополий — харчевня и бар. Остия



Круглый хлеб с надрезами,
чтобы его было легче разломить.
Помпеи.



Фреска справа: путешественники — посетители термополия. Помпеи.



Римский пир, 1875. Художник Роберто Бомпиани детально изобразил древнеримские фрески и мраморный пол; столики, лампы, кресла написаны по примерам греческих, римских и этрусских находок. Музей Гетти

Список использованной литературы

1. Виничук. Л «Люди, нравы и обычаи древней Греции и Рима»
2. Георгиева. Т «Культура повседневности, частная жизнь и быт древних обществ»

Список использованных источников

1. Плутарх. Застольная книга.
2. Катон. Трактат о земледелии.
3. Апиций. Кулинарная книга