

INHALT

VORWORT	7
DIE RÖMISCHE KÜCHE: VON REIZ UND NUTZEN DES THEMAS	8
Römisches Kochen: eine Mode	10
Römische Küche: ein lohnendes Thema?.....	12
ABER: WAS IST „RÖMISCHE KÜCHE“?	16
Eine Küche wandelt ihr Gesicht. Veränderungen im Lauf der Geschichte	17
Rettich für die Armen. Gesellschaftliche Unterschiede.....	23
Küchenkrieg und Küchenfrieden. Kulinarische Gemeinsamkeit und regionale Tradition	25
Die „römische Küche“ im Sinn dieses Buches	28
UND WIE WÜRZT MAN „RÖMISCH“? DAS „GEHEIMNIS“ DER ANTIKEN KÖCHE	30
Zahlreich, kräftig, gegensätzlich: eine Charakteristik römischer Würzstoffe	31
Süßen ohne Zucker: die Süßstoffe der römischen Küche	36
Flüssigsalz mit Fischgeschmack: Salz in der römischen Küche	38
Nahrungsfette als Würzstoff	41
RÖMISCHE GEWÜRZPFLANZEN. EINE AUSWAHL	44
Zwanzig Pflanzen – oder: die Qual der Wahl	45
Die Pflanzen im Spiegel der antiken Quellen	46
BOTANISCHE BETRACHTUNG DER AUSGEWÄHLTEN GEWÜRZPFLANZEN	72
Was Pflanzen zu Gewürzen macht	74
Die ausgewählten Pflanzen aus der Sicht der Botanik.....	75



BEISPIELE RÖMISCHER BACK- UND KOCHREZEPTE 138

ANHANG

Anmerkungen..... 156
Literaturhinweise zu antiken Kochbüchern 164
Literaturabkürzungen..... 164
Bildnachweis..... 170
Register der Pflanzennamen und Würzstoffe.....172

