© 2025 coquina.de

Gebratenes Kalbfleisch
vitellina fricta

Dieses Gericht stammt aus dem achten Buch des Apicius (Liber VIII - Tetrapus, 5, 1).
Gebratenes Kalbfleisch: Pfeffer, Liebstöckel, Selleriesamen, Kümmel, Oregano, getrocknete Zwiebel, Rosinen, Honig, Essig, Wein, Liquamen, Öl und Defrutum.
Vitellina fricta: piper, ligusticum, apii semen, cuminum, origanum, cepam siccam, 61 uvam passam, mel, acetum, vinum, liquamen, oleum, defritum.
Der Originaltext des Rezeptes lässt viele Variationen der Zubereitung zu: Als Ragout oder Geschnetzeltes oder gebratene Schnitzel. Ob fertig gebraten und mit der Sauce übergossen, oder in der Sauce gar gezogen: Es bleibt dem Koch überlassen.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
800 g Kalbfleisch
5 EL Öl zum Anbraten
Für die Sauce
2 EL Weintrauben / Sultaninen / Rosinen / Korinthen
½ TL Pfeffer weiß
1 Zwiebel(n)
1 TL Öl
1 EL Liebstöckel
1 TL Selleriesalz
1 TL Kreuzkümmel
2 EL Oregano
2 EL Honig
1 TL Weinessig
3 EL defrutum
3 TL liquamen

Gebratenes Kalbfleisch

Vorbereitung
Die Zwiebel schälen und fein hacken. Mit Olivenöl goldbraun anbraten. Die Kräuter fein hacken, den Pfeffer zerstoßen oder mahlen. Die Zutaten für die Sauce vermischen und abschmecken.
Zubereitung
Variante I Das Fleisch in mundgerechte Würfel schneiden. Mit Ölivenöl anbraten und mit der Würzsauce zugedeckt bei mittlerer Hitze 30 bis 40 Minuten gar schmoren. Variante II Die Schnitzel auf beiden Seiten 2 Minuten anbraten. Die Sauce hinzugeben und weitere 10 Minuten köchlen lassen. Zum Schluss die Sauce für beide Varianten nochmals abschmecken.

© 2025 coquina.de

Gulasch vom Rind

Cyvé

Dies ist ein Rezept aus der französischen Küche des Mittelalters. Es stammt aus der Feder des Taillevant aus seiner Rezeptsammlung Viandier.
"Civé de veel. Rosti tout cru en la broche, sans trop laissier cuire; decopés et metés surfrire en saing et oingnons menus; prenez pain roussi destrampé de vin et de purée ou de boullon; faites boulir avec vostre grain; affinez gingembre, canelle, graine de paradis, saffren deffait de verjus et de vin aigre fort d'espicez."
"Civé von Kalbfleisch. Brate das rohe Kalbfleisch am Spieß, ohne es zu lange zu garen. Schneide es in Stücke und brate es mit Schmalz und fein gehackten Zwiebeln an. Nimm geröstetes Brot, das in Wein und Püree oder Brühe eingeweicht ist. Lass es zusammen mit deinem Fleisch kochen. Verfeinere es mit Ingwer, Zimt, Paradieskörnern und Safran, der in Verjus und stark gewürztem Essigwein aufgelöst ist."

Herkunft: Frankreich
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 120 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Kilogramm Rindfleisch (Schulter)
100 g Speck
2 Zwiebel(n)
2 Zehen(n) Knoblauch
250 ml Rotwein
1 Prise Pfeffer
1 Prise Salz
2 Gewürznelke(n)
1 EL Zitronensaft
½ TL Ingwer gemahlen
½ TL Zimt gemahlen
2 Kardamom, grün
200 ml Fleischbrühe

Gulasch vom Rind

Vorbereitung

Das Fleisch waschen, abtupfen und in mundgerechte Würfel schneiden, den Speck in kleine Würfel schneiden. Den Knoblauch und die Zwiebeln schälen und hacken.

Zubereitung

Den Speck bei mittlerer Hitze in einem Schmortopf auslassen, danach die Zwiebeln und den Knoblauch dazugeben und unter Rühren glasig braten. Das Fleisch dazugeben und gut anbraten. Pfeffer, Salz, Nelken und den Wein hinzufügen und alles zugedekt bei mittler Hitze 90 Minuten schmoren. Alles mit Zitronensaft, Ingwer, Zimt, Kardamom würzen und abschmecken. Wenn der Schmorfond zu trocken wird, kann er mit etwas Fleischbrühe abgelöscht und kurz aufgekocht werden.

© 2025 coquina.de

Lauchsuppe mit gerösteten Brotbrocken

slete soppes

Dies ist ein Rezept aus dem Mittelalter, das vorzugsweise in der Fastenzeit zubereitet wurde. Obwohl einfach in der Zubereitung, waren die Zutaten für arme Leute recht unerschwinglich. Insbesondere das Kochen mit Wein und die Verwendung von Weißbrot galten als Luxus.
SLETE SOPPES. XX.IIII.
Take white of Lekes and slyt hem, and do hem to seeþ in wyne, oile and salt, rost brede and lay in dysshes and the sewe above and serue it forth.
Brotbrocken.
Nimm das Weiße vom Lauch und schneide es und siede es in Wein, Öl und Salz. Röste Brot und lege es auf Teller und gieße das Gemüse darüber und trage es auf. (Cl, IV 82)

Herkunft: England im Mittelalter
Kategorie: Hauptspeisen, Suppen

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 6 Portionen

8 Stange(n) Lauch
2 EL Olivenöl
1 Prise Salz
¾ Liter Weißwein
4 Scheibe(n) Weißbrot

Vorbereitung

Den Lauch in den grünen und weißen Teil zerteilen; das Grüne kann für andere Gerichte verwendet werden. Den weißen Lauch in dünnen Scheiben schneiden. Das Weißbrot im Toaster oder Ofen leicht rösten.

Zubereitung

Die Lauchscheiben mit Salz und Olivenöl im Wein garen. Die gerösteten Weißbrotscheiben in kleine Stücke zerteilen und auf Suppenteller verteilen. Wenn der Lauch im Wein weich geworden ist, werden die Suppenteller aufgefüllt. Servieren, sobald das Brot etwas von der Flüssigkeit aufgenommen hat.

© 2025 coquina.de

Lukanische Frikadellen
isciae lucanicae

Dieses Rezept basiert auf dem zweiten Buch des Apicius (Liber II - Sarcoptes, 2 ,4). Die Füllung für lukanische Würstchen (lucanicae) lässt sich auch für Frikadellen nutzen:
Lukanische Würstchen: Man mahlt Pfeffer, Kümmel, Saturei, Raute, Petersilie, Gewürzkraut, Lorbeeren, Liquamen, und es wird fein geschnittenes Fleisch dazugemischt, so dass es wieder damit zusammen gemahlen und zerrieben wird. Zusammen mit dazugemischtem liquamen, ganzen Pfefferkörnern und reichlich Fett und Pinienkernen fülle es in die Wursthaut, die überaus dünn gezogen sein soll, und so wird es zum Räuchern aufgehängt.
LVCANICAE. Lucanicas similiter ut supra scriptum est: [Lucanicarum confectio] teritur piper, cuminum, satureia, ruta, petroselinum, condimentum, bacae lauri, liquamen, et admiscetur pulpa bene tunsa, ita ut denuo bene cum ipso subtrito fricetur. cum liquamine admixto, pipere integro et abundanti pinguedine et nucleis inicies in intestinum perquam tenuatim productum, et sic ad fumum suspenditur.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
2 TL Pfeffer
1 TL Kümmel
1 Prise Lorbeer gemahlen
1 EL Bohnenkraut
½ TL Weinraute
½ TL Rosmarin
½ TL Thymian
2 EL liquamen
600 g Schweinehackfleisch
40 g Pinienkerne

Lukanische Frikadellen

Vorbereitung
Die Gewürze im Mörser zerstoßen und mit liquamen vermischen. Zusammen mit den Pinienkernen gründlich unter das Hackfleisch mischen und die Masse nochmals abschmecken.
Zubereitung
Aus der Fleischmasse kleine Frikadellen formen und von beiden Seiten braten oder grillen.

© 2025 coquina.de

Numidisches Huhn
pullum numidicum

Dieses Gericht stammt aus dem sechsten Buch des Apicius (Liber VI - Aeropetes, 9, 4).
Numidisches Huhn: Bereite das Huhn vor, koche es, wasche es, würze es mit Laser und Pfeffer und grille es. Stoße Pfeffer, Kümmel, Koriandersamen, Laserwurzel, Raute, Datteln und Pinienkerne, gieße Essig, Honig, Liquamen und Öl dazu und schmecke ab. Wenn es aufgekocht ist, binde mit Stärkemehl, begieße das Huhn damit, streue Pfeffer darauf und serviere.
Pullum Numidicum: pullum curas, elixas, lavas, lasere ac pipere et assas. teres piper, cuminum, coriandri semen, laseris radicem, rutam, caryotam, nucleos, suffundis acetum, mel, liquamen et oleum, temperabis. cum ferbuerit, amulo obligas, pullum perfundis, piper aspergis et inferes.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
1 Hähnchenbrustfilets mit Haut
1 Prise Asant
1 Prise Pfeffer
1 EL Olivenöl
Für die Sauce
50 g Pinienkerne
¼ TL Pfeffer
1 Prise Kreuzkümmel
1 TL Koriandersamen
4 Datteln
¼ TL Weinraute
1 EL Weinessig
1 TL Honig
4 EL liquamen
2 EL Öl
1 Prise Asant
1 TL Kartoffelmehl

Numidisches Huhn

Vorbereitung
Die Pinienkerne, Pfeffer, Kümmel und den Koriandersamen für die Sauce in einem Mörser zerstoßen. Die Datteln entkernen, klein schneiden und dazu geben. Alles mit Raute, Essig, Honig, liquamen, Öl und einer Prise Asant verrühren. Die Sauce kurz aufkochen lassen, mit dem Kartoffelmehl binden und dann noch weitere 5 Minuten zugedeckt köcheln lassen.
Zubereitung
Die Hähnchenbrust mit Pfeffer und Asant würzen und zuerst auf der Hautseite goldbraun anbraten, dann wenden und mit der Sauce übergießen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten garen.

© 2025 coquina.de

Pfefferpotthast

Pfefferpotthast

Der Name bezeichnet die Art dieses Fleischgerichtes: »Hast« verweist auf das Fleischstück, »Pfeffer« und »Pott« (Topf) geben Aufschluss über Geschmack und Zubereitungsart.
Wenn auch zum ersten Mal 1378 urkundlich in Dortmund erwähnt, ist das Gericht mit Sicherheit älter. Von seiner Beliebtheit hat es in Westfalen bis heute nichts eingebüßt.
Im Jahre 1378, so berichtet ein Chronist, lebte eine gewisse Agnes Sudermann, geborene von der Vierbecke, als angesehene Kaufmannsfrau in Dortmund. Graf Dietrich von Dinslaken, der wie viele Ritter Dortmund die Fehde angesagt hatte, versuchte durch Mittelsleute und Verrat die schier uneinnehmbare Stadt in die Hand zu bekommen. So fing er mit der verwitweten Sudermann ein Verhältnis an und weihte sie in den Plan ein.
Am 4. Oktober, dem Sonntag nach Michaelis, spannte Agnes Sudermann zwei Wagen an und zog damit zum Wißstraßentor. Im ersten Wagen hatte sie Holz geladen, im zweiten versteckte sie unter Planen, Heu und Stroh Soldaten des Grafen. Vertraut mit den Stadtwachen, bat sie einen der Wächter, ihr von den Fleischbänken »Hast« für einen Pfeffertopf zu besorgen. Es solle sein Schaden nicht sein, er bekäme auch eine große Portion des köstlichen Mahles ab.
Der Wächter, nichts ahnend, tat ihr den Gefallen und ging zum Fleischmarkt. Indessen stieg die Sudermann auf den Turm, gab mit einem Tuch den Feinden das verabredete Zeichen und zog an der Kette für die Fallgitter. Mit lautem Geschrei stürmten die Soldaten auf das Tor zu.
Allein das zweite Falltor bildete eine weitere Barriere und der Anschlag schlug fehl. Die Angreifer wurden von den Wachen und der Bürgerwehr erschlagen. Die Rädelsführer und Hintermänner enthauptete man am folgenden Tage.
Agnes Sudermann band man auf ihren Holzwagen und verbrannte sie bei lebendigem Leibe.
Der Sieg der Stadt Dortmund wurde mit einem üppigen Potthastmahl gefeiert. Und vielfach werden auch heute noch offizielle Festlichkeiten der Stadt durch ein Pfefferpotthast-Essen gekrönt.

Herkunft: Deutschland
Kategorie: Hauptspeisen, Fleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 90 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

1 Kilogramm Rinderkamm
800 g Zwiebel(n)
70 g Schweineschmalz
1 Liter Fleischbrühe
1 TL Pfefferkörner
4 Gewürznelke(n)
2 Lorbeerblätter
1 EL Kapern
200 g Pumpernickel zerbröselt
1 Zitrone(n) abgerieben oder ausgepresst
250 ml Bier dunkel
1 Prise Zucker

1 Prise Salz

Vorbereitung

Das Fleisch in große Würfel, die Zwiebeln schälen und in Ringe schneiden. Die Pfefferkörner im Mörser zerstoßen.

Zubereitung

In einer Kasserolle Schmalz erhitzen und das Fleisch unter häufigem Wenden kurz anbraten. Die Zwiebeln zugeben, mit Brühe ablöschen. Die Pfefferkörner mit Lorbeer und Nelken zugeben. Allse anderthalb Stunden schmoren, bis das Fleisch weich ist.

Die Sauce mit Pumpernickel binden, mit Salz, Kapern, Zitronensaft oder -schale und Bier würzig abschmecken, eine Prise Zucker macht den Potthast lieblich. In einer Schüssel servieren und mit grob gemahlenem Pfeffer überstreuen.

© 2025 coquina.de

Reis mit Mandelmilch
ein guot gesoten ris

Dies ist ein Rezept (Nr. 74a) aus der Handschrift »Buch von guter Speise« die zwischen 1347 und 1350 entstanden ist und bis 1354 durch Nachträge ergänzt wurde. Ein wesentliches Lebensmittel der mittelalterlichen Küche ist die Mandelmilch. Sie besteht aus der Flüssigkeit, die entsteht, wenn man Mandeln im Mörser zerstößt und Wasser, Wein oder Milch hinzufügt und diese Masse durch ein Tuch abseiht.

Der woelle machen ein guot gesoten ris, der erlese ez schone vnd wasche ez schone vnd legez in einen hafen vnd saltz es niht ze vil vnd siedez, bis ez trucken werde. vnd menge ez mit einer mandelmilich vnd ruers ein wenig, biz daz ez aber siede untz im sine dicke kumme. vnd gebz mit eime zucker dar. daz ist auch guot.

Wer einen gut gekochten Reis machen will, verlese ihn schön sorgfältig und wasche ihn gut und gebe ihn in einen Tontopf und salze ihn nicht zu viel und siede bis er trocken wird und vermische ihn mit einer Mandelmilch und verrühre es ein wenig, bis er abermals kocht und eindickt. Und gebe es mit Zucker dar. Das ist auch gut.

Herkunft: Deutschland
Kategorie: Hauptspeisen, Reisgerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
250 g Reis
2 EL Zucker
1 Prise Salz
150 g Mandeln
1 Liter Wasser

Der wölle machen ein gůt gesotē
ris · der erlese ez schone uñ wasche ez
schone uñ legez in einen hafen und
saltz ez niht ze vil · uñ siedez biz ez truc
ken werde · uñ menge ez mit einer
mandelmilich · uñ růrz ein wenic
biz daz ez aber siede untz im sine dicke
kumme · uñ gebz mit eime zucker dar
daz ist auch gůt.
Reis mit Mandelmilch

Vorbereitung
Mandelmilch: Für die Mandelmilch nimmt man 150 g Mandeln und ½ bis 1 Liter Wasser oder Wein oder Wasser-Wein-Gemisch. Die Mandeln kurz überbrühen, häuten, trocknen, dann möglichst fein zerkleinern und in den Mixer füllen. Nach und nach Wasser-Wein-Mischung hinzufügen und solange pürrieren, bis eine milchig weiße Flüssigkeit entsteht. Konsistenz nach Mischungsverhältnis.

Zubereitung
Den Reis waschen. Aus den Mandeln und dem Wasser wie beschrieben eine recht dicke

Mandelmilch herstellen. Den Reis in einen großen Topf mit kaltem Wasser geben, aufkochen, abschäumen, vom Feuer nehmen und abtropfen lassen. Den Reis wieder in den Topf geben, mit einem Teil der Mandelmilch bedecken, aufkochen und auf kleiner Flamme unter ständigem Rühren köcheln lassen. Im gleichen Maß wie der Reis trocken wird, nach und nach Mandelmilch zugeben, bis sie aufgebraucht ist. Der Reis muß die Konsistenz von normalem Milchreis haben. Eventuell mit Zucker oder Salz würzen.

Rheingauer Hühner
hünre vom rinkauwe

Dies ist ein Rezept (Nr. 50) aus der Handschrift »Buch von guter Speise« die zwischen 1347 und 1350 entstanden ist und bis 1354 durch Nachträge ergänzt wurde.
Die »Rheingauer Hühner« sind ein schönes kleines Sommeressen, das mit seiner eigenwilligen Mischung von Gewürzen den Gaumen überrascht, vielfältig und harmonisch zugleich.
Wir können uns das Gericht als einen großen Pfannkuchen vorstellen, auf diesen Eierkuchen wird eine Fülle geschichtet. Die Ränder werden zur Mitte hin eingeschlagen (wie ein Briefkuvert) und das Ganze wird gestürzt. So entsteht eine Art Pastete, in die durch eine kleine Öffnung die Würzsauce aus Wein, Honig, Anis und Pfeffer eingefüllt wird.

Von gebratem.
Man sol ein huon braten vnd roeste ein vemme sniten von semeln vnd
backe diz rot in smaltze vnd snit bizzen als zvo einem brot muose,
zve lide daz huon clein vnd brat sehs birn, mache ein condimoente
von wine vnd von honige, do rip denne wuertze in, pfeffer vnd anis,
vnd mache ein blat von fünf eyern, slach sie in die pfannen vnd
lege denne ienz dor in suenderlichen vnd lege denne daz blat
zvo sammene vnd decke ein schuezzeln dor vf vnd
kere denne die pfannen vemme, snit oben durch daz blat vnd guez
daz condiment dor in vnd beguez daz blat niht. diz heizzent huenre
von Rinkauwe. vnd gibz hin.

Man soll ein Huhn braten. Dann röste
entrindete Weißbrotscheiben und bak-
ke sie goldgelb in Schmalz und schneide sie
zu Würfeln wie zu einer Brotsuppe, zerlege
das Huhn und brate sechs Birnen.
Mache eine Sauce aus Wein und
Honig, reib als Würze hinein
Pfeffer und Anis. Dann mache einen
Pfannkuchen aus fünf Eiern, back ihn in der
Pfanne. Lege die Fülle darauf
und falte den Pfannkuchen
zusammen. Decke einen Teller da-
rauf und kehre dann die Pfanne um.
Schneide in den Pfannkuchen oben ein Loch und gieße
die Sauce hinein, aber begieß den Pfannkuchen
nicht. Das heißt Hühner vom Rheingau.
Gib es hin.

Herkunft: Deutschland
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 60 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

Für den Teig

100 g Weizenmehl
250 ml Milch
2 Ei(er)
1 Prise Salz
50 g Butter zum Ausbacken

Für die Sauce

200 ml Weißwein
5 EL Honig
1 Prise Pfeffer schwarz, gemahlen
2 Msp Anis

Für die Füllung

1 kleine Pourlade oder 4 Hähnchenbrustfilets
2 Scheibe(n) Weißbrot
2 Birne(n)
1 TL Zucker
2 Msp Zimt
150 g Butterschmalz
1 Prise Zucker
1 Prise Salz
1 Prise Pfeffer
8 Scheibe(n) Speck zum Bardieren

Vorbereitung

Die Poularde waschen, trockentupfen, innen und außen pfeffern und salzen, mit Speck umwickeln. Etwas Schmalz in einen Schmortopf geben, die Poularde kurz anbraten, mit Hühnerbrühe ablöschen und bei schwacher Hitze in etwa 45 Minuten garen. Wenn man Hähnchenbrustfilets verwendet, diese in einer Pfanne in etwas Schmalz anbraten, bei geschlossenem Deckel und schwacher Hitze in etwa 20 Minuten garen. Das Hühnerfleisch in Tranchen schneiden, in eine Schüssel legen, zudecken und warmstellen.

Zubereitung

Die Rinde von den Weißbrotscheiben abschneiden, die Scheiben toasten und würfeln. Die Birnen schälen, das Kerngehäuse daraus entfernen, in Spalten schneiden, etwas Zucker und Zimt auf die Scheiben streuen und in heißem Schmalz backen, sie sollen nicht zerfallen.

Die Sauce vorbereiten: Weißwein mit Honig erhitzen, bis sich der Honig ganz aufgelöst hat. Mit frisch gemahlenem Pfeffer und Anis abschmecken.

Damit das Mehl für den Eierkuchen gut ausquellen kann, wird zuerst der Teig bereitet: Die Milch langsam in das Mehl einrühren. Wenn der Teig glatt ist, die Eier unterrühren, mit einer Prise Salz abwürzen und beiseite stellen. Aus dem Teig wenigstens vier dünne, möglichst große Pfannkuchen in heißer Butter ausbacken. Auf jeden Pfannkuchen gebackene Birnen, Weißbrotwürfel und zwei bis drei Tranchen Hühnerfleisch legen. Jede Schicht mit Pfeffer, Salz, Ingwerpulver und etwas Zucker würzen. Die Pfannkuchen zusammenfalten, auf einen tiefen Teller stürzen, ein Loch von ca. 2 bis 3 cm Durchmesser hineinschneiden und die Sauce hineingießen.

© 2025 coquina.de

Sauce für gekochten Strauß
in strutione elixo

Dieses Gericht stammt aus dem sechsten Buch des Apicius (Liber VI - Aeropetes, 1, 1).
Für gekochten Strauß: Pfeffer, Minze, gerösteten Kümmel, Selleriesamen, normale oder kariotische Datteln, Honig, Essig, Passum, Liquamen und ein wenig Öl. Und lass es in einem Topf kochen. Binde mit mit amulum und übergieße so die Teile des Straußes auf der Platte und streue Pfeffer darauf, wenn Du es aber zu einer Gewürzsauce kochen willst, gib Grütze dazu.
In struthione elixo: piper, mentam, cuminum assum, apii semen, dactylos vel caryotas, mel, acetum, passum, liquamen et oleum modice et in caccabo facies ut bulliat. amulo obligas, et sic partes struthionis in lance perfundis, et desuper piper aspargis si autem in condituram coquere volueris, alicam addis.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Hauptspeisen, Geflügelgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 15 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
800 g Straußenfleisch
1 TL Pfeffer schwarz, gemahlen
4 Datteln
1 TL Minze
1 TL Kreuzkümmel
½ TL Selleriesamen
1 TL Honig
150 ml passum
4 EL liquamen
1 EL Kräuteressig
1 TL Öl für die Sauce
2 TL Kartoffelmehl zum Binden
1 Prise Pfeffer zum Abschmecken

Sauce für gekochten Strauß

Vorbereitung
Die Datteln entsteinen und fein hacken, die Minze waschen, abtupfen und ebenfalls fein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Datteln, Minze, Selleriesamen, Honig, Kreuzkümmel, passum und liquamen kurz aufkochen und beiseite stellen.
Zubereitung
Das Straußenfleisch pfeffern, und mit Öl in einer Pfanne unter mehrfachem Wenden 6 bis 8 Minuten rosa braten. Herausnehmen und warm stellen. Die Würzsauce in die Pfanne mit dem Fleischfond geben und aufkochen lassen, mit dem Kartoffelmehl binden und dann mit Pfeffer pikant abschmecken. Das Straußenfleisch anrichten und mit der Sauce überziehen.

© 2025 coquina.de

Wildschwein in heißer Sauce
aliter in aprum assum iura ferventia

Dieses Gericht stammt aus dem achten Buch des Apicius (Liber VIII - Tetrapus, 1, 4).
Heiße Brühen für gegrilltes Wildschwein mache folgendermaßen: Pfeffer, Kümmel, Selleriesamen, Minze, Thymian, Bohnenkraut, Saflorblüte, geröstete Pinienkerne oder geröstete Mandeln, Honig, Wein, Essig-liquamen und etwas Öl.
Aliter in aprum assum iura ferventia: piper, ligusticum, apii semen, mentam, thymum, nucleos tostos, vinum, acetum, liquamen et oleum modice. cum ius simplex bullierit, tunc triturae globum mittes et agitas cepae et rutae fasciculo. si volueris pinguius facere, obligas ius albo ovorum liquido, moves paulatim, aspergis piper tritum et inferes.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Hauptspeisen, Wildfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 25 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
4 Schnitzel oder Koteletts vom Wildschwein
2 EL Öl zum Braten
1 TL schwarzer Pfeffer
½ TL Kreuzkümmel
¼ TL Selleriesamen
1 Prise Salz
1 EL Minze
½ EL Thymian
1 TL Bohnenkraut
1 Msp Safran
½ EL Honig
150 ml Rotwein
1 EL Rotweinessig
2 TL liquamen
2 EL Pinienkerne

Wildschwein in heißer Sauce

Vorbereitung
Die Pinienkerne in einer Pfanne mit etwas Öl rösten, bis sie leicht braun geworden sind. Die Fleischstücke mit Pfeffer und Öl einreiben. Den Kreuzkümmel in einer Pfanne rösten und mit Selleriesamen und Salz zermahlen. Die Minze, Thymian und das Bohnenkraut sehr fein hacken, und mit dem Kreuzkümmel und Selleriesamen, Safran, Honig und Rotwein verrühren.

Zubereitung
Das Wildschwein in einer Pfanne auf jeder Seite 3 bis 4 Minuten braten, herausnehmen und warm stellen. Die angerührten Zutaten für die Sauce in die Pfanne geben und mit dem Bratfond verrühren, kurz aufkochen und dann etwa 10 Minuten einkochen lassen. Dabei mit dem Rotweinessig und liquamen abschmecken. Wenn die Sauce die gewünschte sämige Konsistenz erreicht hat, über das Wildschwein geben, die gerösteten Pinienkerne darübergeben und

servieren.

Wildschwein wird so gewürzt
aper ita conditur

Dieses Gericht stammt aus dem achten Buch des Apicius (Liber VIII - Tetrapus, 1, 1).
Wildschwein wird so gewürzt: Es wird abgetupft, und sodann wird Salz und gemahlener Kümmel darübergestreut und so bleibt es. Am nächsten Tag wird es in den Ofen gegeben. Wenn es gar ist, wird gemahlener Pfeffer, Honig, liquamen, caroenum und passum darübergegossen.
Aper ita conditur: Spongiatur, et sic aspergitur ei sal et cuminum frictum, et sic manet. alia die mittitur in furnum. cum coctus fuerit, perfunditur piper tritum, [condimentum aprunum] mel, liquamen, caroenum et passum.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Hauptspeisen, Wildfleischgerichte

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 80 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
1000 g Wildschwein (Rücken oder Keule)
2 TL Meersalz
½ TL Kreuzkümmel
2 EL Olivenöl zum Anbraten
250 ml Rotwein
1 TL Pfeffer schwarz
2 TL Honig
1 TL liquamen
5 ml caroenum

Wildschwein wird so gewürzt

Wildschwein wird so gewürzt

Vorbereitung
Den Kreuzkümmel in einer Pfanne ohne Fett anrösten, bis er anfängt zu duften.
Den Wildschweinbraten kräftig mit Salz un dem gerösteten Kümmel einreiben, in Aluminiumfolie einwickeln und einen Tag im Kühlschrank marinieren lassen.
Zubereitung
Das Fleisch in einem Schmortopf von allen Seiten in heißem Öl scharf anbraten und anschließend mit dem Wein ablöschen. Den Topf mit Aluminiumfolie dicht verschließen, den Deckel auflegen

und den Braten im Backofen (175 °C, Gas Stufe 2) etwa 60 Minuten schmoren.
Den Schmorfond abgießen, mit grob gemahlenem Pfeffer, Honig, liquamen und caroenum abschmecken und dickflüssig einkochen lassen.
Den Braten offen noch weitere 10 Minuten offen bräunen, in Aluminiumfolie einschlagen und weitere 10 Minuten ruhen lassen. Danach aufschneiden, anrichten und mit der Sauce servieren.

Pfefferliquamen
garum piperatum

Garum piperatum ist eine Variante des antiken römischen Garums, einer beliebten Würzsoße. Garum wurde aus fermentierten Fischen und Salz hergestellt und war ein Grundnahrungsmittel in der römischen Küche. Garum piperatum wurde zusätzlich mit Pfeffer gewürzt, um den Geschmack zu intensivieren.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Zutaten

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 3 Tag(e)
Zubereitungszeit: 10 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
200 ml liquamen
200 ml Weißwein trocken
100 ml Weinessig
3 EL Pfeffer

Vorbereitung
Den Pfeffer grob mahlen.

Zubereitung
Alle Zutaten gut miteinander vermischen, 2 bis 3 Tage ziehen lassen. Anschließend wird die Mischung durch einen Filter in eine saubere Flasche umgefüllt. Pfefferliquamen hält sich im Kühlschrank viele Wochen.

© 2025 coquina.de

Schwallenbergs Sauce
Swallenberges salse

Dies ist ein Rezept (Nr. 49 aus der Handschrift »Buch von guter Speise« die zwischen 1347 und 1350 entstanden ist und bis 1354 durch Nachträge ergänzt wurde.Ein guot salse.
Nim win vnd honicsaum, setze daz vf daz fiuer vnd laß es sieden
vnd tuo dar zvo gestozzen ingeber me denne pfeffers. stoz knobelauch,
doch niht al zvo vil vnd mach es starck vnd ruerez mit eyner
schinen, laz ez sieden, biz daz ez brinnen beginne. Diz sal man
ezzen in kaldem wetere vnd heizzet Swallenberges salse.Eine gute Sauce
Nimm Wein und Honig, setz das aufs Feuer und laß es kochen.
Tu mehr zerstossenen Ingwer dazu als Pfeffer. Zerstoß Knoblauch,
doch nicht allzuviel, und mach es stark und rühr es mit einem
schmalen Löffel aus Holz oder Metall um, laß es kochen, bis es aufwallt. Dies soll man
bei kaltem Wetter essen, und es heißt Schwallenbergs Sauce.

Herkunft: Deutschland
Kategorie: Zutaten, Saucen, Dips

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
600 ml Rotwein
4 EL Honig
5 cm Ingwer
1 TL Pfeffer schwarz
5 Zehen(n) Knoblauch
6 EL Semmelbrösel

Ein gůt salse.
H im win und honigsaum setzze
daz uf daz fiůr uñ laz ez sieden · uñ
tů dar zů gestozzen ingeber me denne
pfeffers stoz knobelauch doch niht
alzů vil uñ mach ez starck uñ růrez
mit eyner schinen laz ez sieden biz
daz ez brůnnen beginne diz sal mā
ezzen in kaldem wetere und heizzet
swallenberges salse
Schwallenbergs Sauce

Vorbereitung
Den Wein zusammen mit dem Honig erhitzen. Den Ingwer schälen, fein würfeln und im Mörser zerkleinern, den Pfeffer ebenfalls im Mörser mittelfein zerstoßen. Den Knoblauch schälen und durch die Knoblauchpresse treiben.

Zubereitung
Alles zusammen mit den Semmelbröseln oder dem Milchbrötchen in die Wein-Honig-Mischung geben und einkochen lassen, bis die Sauce aufwallt.
Diese Sauce wurde traditionell bei kaltem Wetter zu Rinder- oder Schweinebraten serviert.

Weinliquamen
oenogarum

Dies ist ein Rezept aus dem vierten Buch »De re coquinaria« des Apicius (Liber IV - Pandecter Verschiedenes, 5, 1). Oenogarum ist eine antike römische Soße, die aus einer Mischung von Garum (einer fermentierten Fischsoße) und Wein besteht. Diese Soße wurde oft verwendet, um verschiedenen Gerichten zusätzlichen Geschmack zu verleihen. Ein klassisches Rezept für Oenogarum enthält Pfeffer, Liebstöckel, Garum, Wein, süßen Wein (wie Passum), etwas Öl und wird mit Stärke angedickt.
Ein klassisches Oenogarum-Rezept findet sich in Apicius Buch 4.5.1, wo eine Patina, eine Art dicke Frittata aus Fleisch, Fisch und Gemüse, auf einen Teller gestürzt und mit dieser Soße übergossen wird (gustum versatile).

"dum ducit, oenogarum ad eam sic facies: teres piper, ligusticum, fricabis, suffundis liquamen et vinum, passo temperabis vel vino dulci. temperabis in caccabulo, mittis olei modicum, facies ut ferveat. cum ferbuerit, amulo obligas. patinam versas in lancem, folia malvarum ante tollis, oenogaro perfundis, insuper piper aspargis et inferes."
"Wenn es kocht, machst du das Oenogarum so: Du zerreibst Pfeffer und Liebstöckel, röstest sie, gießt Garum und Wein darüber, würzt es mit Passum oder süßem Wein. Du schmeckst es in einem Topf ab, gibst ein wenig Öl hinzu und lässt es aufkochen. Wenn es kocht, bindest du es mit Stärke. Du drehst die Schüssel auf eine Platte, entfernst vorher die Malvenblätter, übergießt es mit Oenogarum, streust Pfeffer darüber und servierst es."

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Zutaten, Würzmittel

Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
100 ml liquamen
100 ml Rotwein
4 EL passum oder süßer Dessert-Wein
2 TL Pfeffer
1 EL Liebstöckel
3 EL Öl
1 EL Weizenmehl

Vorbereitung
Den Pfeffer frisch mahlen oder in einem Mörser fein zerstoßen, den Liebstöckel waschen, abtupfen und fein hacken.
Zubereitung
Mischen Sie die Zutaten einfach in einem Topf bei niedriger Hitze, bis die Soße zu einer dünnen Emulsion verdickt ist. Sie ergibt eine leckere Dip-Soße für Geflügel, Garnelen oder eine Frittata.

© 2025 coquina.de

Getreideauflauf
Fromenté

Fromenté ist ein mittelalterliches französisches Gericht, das oft als eine Art Getreidebrei beschrieben wird. Es wurde traditionell aus Weizenmehl (froment) hergestellt und mit Milch oder Brühe gekocht. Häufig wurde es mit Zucker und Gewürzen wie Zimt verfeinert, um einen süßen oder herzhaften Brei zu erhalten.Dieses Gericht war besonders in wohlhabenderen Haushalten beliebt, da die Zutaten wie Weizen und Gewürze teuer waren. Fromenté wurde oft als Beilage oder als eigenständiges Gericht serviert.

Herkunft: Frankreich
Kategorie: Beilagen, Mehlspeisen

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 30 Minuten
Vorbereitungszeit: 10 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
250 g Dinkelmehl
¼ Liter Milch
4 Ei(er)
1 TL Honig
½ TL Ingwer gemahlen
1 Prise Safran
1 Prise Salz
4 EL Butter

Vorbereitung
Das Mehl mit der Milch, den Eiern und dem Honig verquirlen, bis eine glatte Masse entsteht. Mit Ingwer, Safran und Salz abschmecken und den Teig 30 Minuten quellen lassen. Eine flache Form gut fetten und bemehlen. Den Teig nochmals gründlich durchrühren.

Zubereitung
Den Teig in die vorbereitete Form ausstreichen und in einem vorgeheitzten Ofen ausbacken (30 Minuten bei 200 °C), bis der Teig gut aufgegangen und eine goldbraune Farbe angenommen hat. Nach etwa 20 Minuten mit Butter oder Schmalz bestreichen. Den Teig herausnehmen, wenn er fertig gebacken ist, und frisch geschnitten als Beilage servieren.

© 2025 coquina.de

Kürbis nach Art des Alexander
cucurbitas more alexandrino

Dieses Gericht stammt aus dem dritten Buch des Apicius (Liber III - Cepuros, 4, 3).
Kürbisse auf alexandrinische Art: Presse die gekochten Kürbisse aus, streue Salz darüber und lege sie in eine Pfanne. Zerstoße Pfeffer, Kümmel, Koriandersamen, grüne Minze und Laserwurzel, gieße Essig dazu und gib Datteln und Pinienkerne dazu und zerstampfe es, schmecke mit Honig, Essig, Liquamen, Defrutum und Öl ab und übergieße die Kürbisse damit. Wenn es gekocht hat, streue Pfeffer darüber und trage auf.
cucurbitas more Alexandrino: elixatas cucurbitas exprimis, sale asparges, in patina compones. teres piper, cuminum, coriandri semen, mentam viridem, laseris radicem, suffundes acetum, adicies caryotam, nucleum, teres, melle, aceto, liquamine, defrito et oleo temperabis, et cucurbitas perfundes. cum ferbuerint, piper asparges et inferes.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
800 g Zucchini
1 Prise Salz
1 TL Pfeffer
1 TL Kümmel
½ TL Koriander Samen, gemahlen
2 TL Minze
6 Datteln
1 EL Pinienkerne
1 Prise Asant
1 TL Honig
1 EL Weinessig
2 EL liquamen
1 EL defrutum
1 EL Öl
1 Prise Pfeffer zum Abschmecken

Kürbis nach Art des Alexander

Vorbereitung
Die Datteln entkernen und fein schneiden. Die Zucchini waschen und in daumengroße Stückchen oder fingerdicke Scheiben schneiden. Die Minze waschen und fein hacken. Pfefferkörner, Kümmel und Koriander im Mörser zermahlen, dann die Minze, Datteln und Pinienkerne hinzugeben. Alles gut zerreiben und mit Asant, Honig, Essig, liquamen, defrutum süß-scharf abschmecken.
Zubereitung
Die Zucchini in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zucchini darin kurz anbraten, dann die Sauce dazugeben und alles kurz aufkochen lassen. Nochmals mit Pfeffer abschmecken und zu

Fleisch- oder Fischgerichten vom Grill servieren.

Kräuterkäse
moretum

Moretum ist ein einfaches Gericht der antiken römischen Küche, das einer Art Pesto ähnelt. Es besteht üblicherweise aus Schafskäse (oder geriebenen Walnüssen), Olivenöl, Weißweinessig, Salz, Knoblauch, Selleriegrün, Weinraute und Koriander. Moretum wurde oft zu frisch gebackenem Brot gegessen und war ein beliebter Brotaufstrich.
Das Rezept für Moretum wurde in einem Gedicht namens »Moretum« überliefert, das Teil der sogenannten »Appendix Vergiliana« ist, einer Sammlung von Werken, die dem Dichter Vergil zugeschrieben werden, auch wenn er wahrscheinlich nicht der tatsächliche Verfasser ist. Es gibt auch Varianten des Rezepts, die andere Zutaten wie Sesam, Pinienkerne oder Mandeln verwenden.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Beilagen, Milchspeisen

Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 20 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
250 g Schafskäse
2 Knolle(n) Knoblauch
1 Bund Koriander
5 EL Selleriegrün
¼ TL Weinraute
5 EL Olivenöl
5 EL Weinessig

Kräuterkäse

Vorbereitung
Den Knoblauch schälen und im Mörser oder Mixer zu einer Paste verarbeiten. Die Kräuter waschen und fein hacken, zu dem Knoblauch geben.
Zubereitung
Den Schafskäse reiben und ebenfalls zu der Knoblauch-Kräutermischung geben und alles mit Essig und Öl zu einer glatten Paste verarbeiten. Darauf achten, dass die Paste nicht zu flüssig wird. Das moretum nun zu Kugeln von 3 cm Größe formen und zugedeckt noch einige Zeit ziehen lassen. Mit frisch gebackenem Brot servieren. Variieren Sie das moretum mit unterschiedlichen frischen Kräutern, je nachdem, was gerade zur Verfügung steht, aber achten Sie auf einen sehr sparsamen Einsatz von Weinraute.

© 2025 coquina.de

Linsen mit Maronen
lenticulam de castaneis

Dieses Gericht stammt aus dem fünften Buch des Apicius (Liber V - Ospreos, 2, 2).
Linsen mit Kastanien: Nimm einen neuen Topf und gib die sorgfältig gesäuberten Kastanien hinein. Gib Wasser und ein wenig Natron dazu und lass es kochen. Wenn es kocht, gib in einen Mörser Pfeffer, Kümmel, Koriandersamen, Minze, Raute, Laserwurzel, Poleiminze und zermahle es. Gieße Essig, Honig, Liquamen dazu und schmecke es mit Essig ab und gieße es über die gekochten Kastanien. Gib Öl dazu und lass es aufkochen. Wenn es gut aufgekocht ist, stampfe es, wie Du im Mörser stampfst. Koste; wenn etwas fehlt, gib es dazu. Nachdem Du es in eine Servierschüssel getan hast, gib grünes Öl dazu.
Lenticulam de castaneis: accipies caccabum novum, et castaneas purgatas diligenter mittis. adicies aquam et nitrum modice, facies ut coquatur. cum coquitur, mittis in mortario piper, cuminum, semen coriandri, mentae, rutae, laseris radicem, puleium, fricabis. suffundis acetum, <adicies> mel, liquamen, aceto temperabis, et super castaneas coctas refundis. adicies oleum, facies ut ferveat. cum bene ferbuerit, tudiclabis [ut in mortario teres]. gustas: si quid deest, addes. cum in boletar miseris, addes oleum viride.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 30 Minuten
Zubereitungszeit: 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
500 g Linsen
1 ½ Liter Gemüsebrühe
200 g Kastanien
½ TL Backpulver
1 TL Pfeffer schwarz
¼ TL Kreuzkümmel
½ TL Koriander gemahlen
½ TL Minze
2 Prise Weinraute
1 Prise Asant
2 TL Weinessig
2 TL Honig
3 EL liquamen
3 EL Öl

Linsen mit Maronen

Vorbereitung
Die Linsen über Nacht einweichen lassen, dann das Wasser abgießen und zugedeckt in der Gemüsebrühe 30 Minuten weich kochen. Die Schalen der Maronen kreuzweise einschneiden. Anschließend in kochendem Wasser mit dem Natron 5 Minuten überbrühen. Dann Abgießen und, wenn sie sich abgekühlt haben, schälen und in einem Mörser zerstoßen.
Zubereitung

Den Pfeffer grob mahlen (oder frisch aus der Mühle), zusammen mit Kreuzkümmel, Koriandersamen, Minze, Weinraute und Asant in einem Mörser zerstoßen. Die Gewürzpaste zusammen mit den Kastanien unter die Linsen rühren und ohne Deckel weitere 20 Minuten kochen lassen, bis die Linsen fast trocken sind. Mit Weinessig, Honig und liquamen abschmecken, reichlich Olivenöl darüber gießen und anrichten.

Reifer Lauch
porros maturos

Dieses Gericht stammt aus dem dritten Buch des Apicius (Liber III - Cepuros, 10, 1).
Reifer Lauch wird so zubereitet: eine Handvoll Salz, Wasser und Öl, mische es und koche ihn darin und nimm ihn heraus. Serviere ihn mit Öl, liquamen und unvermischtem Wein.
Porros maturos fieri: pugnum salis, aquam et oleum: mixtum facies et ibi coques et eximes. cum oleo, liquamine, mero [et] inferes.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 4 Portionen
750 g Lauch
1 TL Salz
1 EL Öl
50 ml Weißwein trocken
2 EL liquamen
¼ TL Kümmel
1 Prise Pfeffer
1 EL Koriander frisch
1 TL Balsamicoessig

Reifer Lauch

Vorbereitung
Den Lauch waschen, in 2 cm lange Stücke schneiden. Salzwasser mit dem Öl zum Kochen bringen und den Lauch darin kochen.
Zubereitung
Während der Kochzeit die restlichen Zutaten zu einer Sauce zusammenrühren und diese vor dem Servieren über den Lauch geben.

© 2025 coquina.de

Taufbrot des Konstantin

Dieses Rezept soll einen kleinen Eindruck vermitteln, wie Brot möglicherweise zubereitet wurde, als sich das Christentum im Römischen Reich langsam zur Staatsreligion entwickelte.

Herkunft: Italien
Kategorie: Beilagen, Mehlspeisen

Marinieren / Einlegen / Ruhen: 60 Minuten
Vorbereitungszeit: 15 Minuten
Zubereitungszeit: 90 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

300 g Dinkelmehl
200 g Weizenmehl
500 g Roggenmehl
1 EL Honig
1 ½ EL Salz
70 g Hefe
700 ml Wasser

Vorbereitung

Die Hefe mit warmem Wasser und Honig zu einem Vorteig verarbeiten und etwa 15 Minuten zugedeckt ruhen lassen.

Zubereitung

Die drei Mehlsorten und den Vorteig gut vermischen und zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Teig abdecken und bei Zimmertemperatur eine Stunde ruhen lassen. Danach den Teig nochmals durchkneten, zu zwei Kreuzen formen und auf ein Backblech geben und nochmals eine halbe Stunde reifen lassen. Die Oberfläche mit einem Messer nach Belieben einschneiden. Einen Ofen bei 230° C vorheizen und das Brot 25 Minuten backen.

© 2025 coquina.de