

# EINIGE RÖMISCHE REZEPTE

DIE GARANTIERT SCHMECKEN  
UND LEICHT GELINGEN  
FÜR DIE KLASSE 5A VON IHREM LATEINLEHRER

## MORETVM (KRÄUTER-KÄSE- ZUBEREITUNG)

**(Columella, De re rustica, 12, 59, 1-4)**

### Grundlage:

In Salzlake eingelegter Käse (z.B. Feta),  
Olivenöl, gepresster Knoblauch,  
zerstoßener Pfeffer, Salz.

### Zubereitung:

Der Käse wird mit einer Gabel unter  
Zugabe von Olivenöl und den Gewürzen  
zu einer bröselig-cremigen Masse  
verarbeitet.

### Variationen der Grundlage:

Zum Salzlakenkäse kann ein weiter  
geriebener kräftiger Hartkäse (Parmesan  
oder Pecorino oder vergleichbare)  
gemengt werden.

### Unterschiedliche Würzungen:

Zur Grundlage kann man je nach  
Geschmack zufügen:

- reichlich gehackte Petersilie
- frischen gehackten Koriander
- frische gehackte Minze
- Thymian
- fein gehackte Rucola
- gehackte Walnüsse (besser ohne  
Knoblauch)
- geröstete Körner (z.B. Sesam;  
Kürbiskerne; Pinienkerne, ...)
- ohne Knoblauch

### Grundrezept:

Salzlakenkäse (250 g) – bitte nicht die  
ganze Portion mitbringen!

Olivenöl (mehrere Esslöffel, bis eine  
streichfähige Masse entsteht)  
Knoblauchzehen (je nach Geschmack 1-2)  
Pfeffer  
Salz

Variationen in unterschiedlichen  
Geschmacksrichtungen:

mit Knoblauch:

1. Mit Petersilie (1 Bund)
2. Mit Koriander oder Minze (1 Bund)

ohne Knoblauch:

3. Mit (gerösteten) Pinienkernen (ca.  
75g)
4. Mit Walnüssen

## KÄSEKÜCHLEIN NACH CATO

### Zutaten:

50g Weizenmehl  
200g Hartkäse (z.B. mittelalter Gouda),  
gerieben  
Honig  
1 Ei  
evtl. Semmelbrösel, bzw. Milch  
etwas Mohn

### Zubereitung:

Mehl, Käse, 1 Teelöffel Honig und das Ei  
mit dem Rührgerät vermischen und  
daraus kleine Plätzchen formen (evtl.  
Semmelbrösel/Milch zufügen, sodass  
eine formbare Masse entsteht) und diese  
auf ein mit Backpapier ausgelegtes  
Backblech setzen.

Im Backofen bei 150Grad (Umluft) 15  
Minuten backen.

Herausnehmen, mit etwas Honig  
bestreichen, Mohn aufstreuen; nochmals  
für etwa 5 Minuten zurück in den Ofen  
schieben

Am besten warm servieren.

# MUSTEA MOSTBRÖTCHEN

(Cato, De agricultura, 121)

## Zutaten:

250 g Mehl  
50 g Quark bzw. Feta (am besten vom Schaf)  
1 Päckchen (Trocken-)Hefe  
ca. 100 ml Süßwein (Tokayer oder Sherry)  
– **bei uns: Saft (Traube oder Apfel)!!!**  
½ Teelöffel Anis und Kümmel (jeweils grob zermörsert)  
1 Messerspitze Koriander (fein zermörsert)  
Salz (ca. ½ Teelöffel)

## Zubereitung:

Alle Zutaten zu einem Teig verkneten. Diesen ca. 1 Stunde an einem warmen Ort gehen lassen. Kleine, runde Brötchen formen; diese erneut ca. 15 Minuten gehen lassen und im vorgeheizten Ofen bei ca. 200° ca. 15 Minuten backen. Tipp: Einige Lorbeerblätter im Ofen mitbacken! Man kann die Brötchen auch auf Lorbeerblätter setzen. Diese müssen vor dem Verzehr zwar wieder abgezogen werden, sehen jedoch sehr dekorativ aus.



(Campus neu Ausgabe B, Bd. 1, S. 35, Bamberg 2017)

# DULCIA GEFÜLLTE DATTELN

## Zutaten:

Datteln  
Walnusshälften  
Honig

## Zubereitung:

Datteln entkernen, Walnüsse schälen halbieren, die Hälften in etwas Honig tauchen und damit die Datteln füllen.

# DULCIA

„PFANNKUCHEN“ MIT  
HONIG UND PFEFFER

(nach Apicius)

## Zutaten:

ca. 500 g Mehl  
ca. 250 ml Milch  
250 ml Birnensaft  
40 ml Olivenöl (Butter; Schmalz)  
Salz  
Honig  
gestoßenen (oder grob geriebenen)  
Pfeffer

## Zubereitung:

Aus Mehl, Saft, Milch und Öl einen zähflüssigen (Mehl- oder Milchmenge entsprechend anpassen) Teig bereiten, eine gute Prise Salz zugeben. In einer (beschichteten) Pfanne in etwas heißem Öl kleine Pfannkuchen (aus je einem Teelöffel Teig) herausbacken, auf Küchenpapier legen, mit etwas Honig bestreichen und mit dem Pfeffer bestreuen.