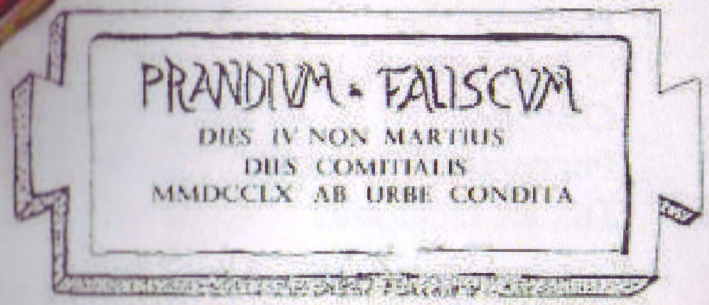
TABERNA AD TRES PONTES

ABEMVS ♡ INCENA

FVLLVM ⊗ PISCEM

I testi ed i disegni sono riprodotti secondo le leggi vigenti per pubblicazioni non commerciali



GRUPPO ARCHEOLOGICO ROMANO

Propona
Mulsum

Panis
Panis cibarius
Panis strepticius
Liba
Savillum neapolitanus

Gustum
Ova elixa
Moretaria
Olivae et apium
Olivae
Porrorum intrita
Ius ex ciceribus

Mensa prima
Lenticulae ex lucanicis
Pulta iuliana
Minutal matianum
Ius in pisce elixo
Lactuca

Mensa Secunda
Savillum
Palmulae mellitae
Patina castanearum
Poma

MULSUM

Sciogliete in una tazza 3 cucchiai di miele con un po' di vino. Rimettetelo con un imbuto nella bottiglia e lasciatelo in frigorifero per almeno 2 ore. Prima di servirlo controllate che non ci sia deposito di miele sul fondo, nel qual caso, mescolate bene. Potete servirlo travasandolo in una brocca, che sarà più intonata di una bottiglia a una cena antica

Dosi:
1 bottiglia di vino bianco secco profumato,
3 cucchiai di miele di montagna.

Quando lo servirete ai vostri ospiti, potrete raccontare l'aneddoto seguente, riportato da Plinio; ad Augusto che gli chiedeva come facesse a conservarsi così giovane e in forma, un certo Pollione Romilo, centenario, rispose: «Usando *mulsum* per l'interno e olio per l'esterno[1]!».

Oltre alle bevande descritte i Romani consumavano dei vini di frutta, che venivano prodotti facendo fermentare pere, cotogne, melograni e perfino datteri.

Un'altra rinfrescante bibita molto apprezzata era l'idromele o *aqua mulsa,* una bevanda preparata mescolando 1 parte di miele con 2 parti di acqua (Plinio 14, 113). Quando essa veniva bevuta appena fatta, veniva chiamata *aqua mulsa subita,* altrimenti prendeva il nome di *aqua mulsa inveterata.*

1 Riferendosi all'usanza che i Romani, come i Greci, avevano di spalmarsi d'olio per proteggere la pelle.

IL "LIBUM"

(Catone LXXV)

Libum hoc modo facito. Casei P. II bene disterat in mortario. Ubi bene destriverit, farinae siligineae libram, aut, si voles tenerius esse, semilibram semilaginis eodem indito, permiscetoque cum caseo bene. Ovum unum addito et una permisceto bene. Inde panem facito, folia laurea subdito: in foco caldo sub testu coquito leniter.

Il libum si fa così: si disfacciano bene nel mortaio due libbre di cacio. Quando si saranno ben ridotte in briciole, verrà unita una libbra di farina di grano tenero o, se vorrai che sia più soffice, mezza libbra di similagine, e verrà incorporata col cacio. Si unisca un uovo e si incorpori bene. Con questo impasto si farà un pane: ci si metteranno sotto delle foglie di lauro e si cuocerà lentamente sotto il testo sul focolare caldo.

Se la focaccia era buona per il Lare familiare, assaggiamola anche noi.
Per 700 gr. di cacio fresco (o ricotta),
impastiamo 300 gr. di farina e
2 uova;
formiamo poi dei panini non troppo grandi e cuociamoli a forno moderato (180°) per 30 minuti ca.

Questo pane era chiamato così, perché era una focaccia usata anche per le offerte sacrificali: ricordiamo che Catone detta queste ricette per il "massaro", il fattore, il quale ha tra suoi compiti anche quello di fare i sacrifici di rito, nelle Feste Compitali (in onore del Lare familiare *n.d.t.),* al crocevia o presso il focolare» (Catone V).

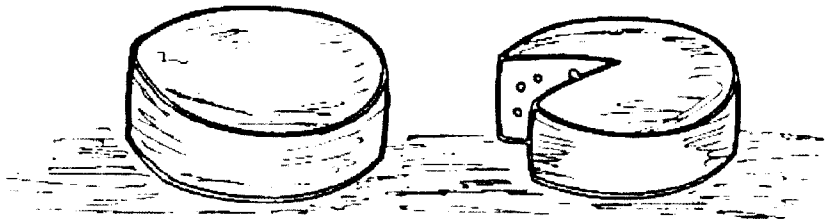
TORTA DI FORMAGGIO ALLE ERBE

(dal *Moretum, Appendix Virgiliana)*

Quattuor alia, apius, ruta, coriandrum, salis micas, caseus.

Quattro spicchi d'aglio, prezzemolo, ruta, coriandolo, sale e cacio.

La preparazione: in un mortaio si pesta l'aglio, poi il cacio, infine le erbe, in modo che il tutto si amalgami bene; l'impasto viene ammorbidito con olio di oliva, infine una goccia di aceto forte. Alla fine si dà all'impasto di formaggio ed erbe una forma rotonda e lo si mette a raffreddare in frigorifero.



Insieme a questo formaggio condito, il contadino, protagonista del poemetto Moretum, *mangia una focaccetta che si prepara con cura. Per prima cosa macina dei chicchi di grano, poi setaccia la farina ottenuta. In fine impasta la farina con acqua ed erbe aromatiche e sale. Dopo avere lavorato a lungo questo impasto, forma una focaccia rotonda, vi forma sopra un reticolo premendo con la mano. In fine la mette a cuocere sul focolare al calore della cenere.*
Anche noi possiamo preparare questa specie di "piadina ", cuocendola al forno o in una padella antiaderente, senza aggiungere nessun grasso per la cottura.

ZUPPA ALLA GIULIANO

(Apicio 179)

Pultes Iulianae sic coquuntur: alicam purgatam infundis, coques, facies ut ferveat. Cum ferbuerit, oleum mittis; cum spissaverit, lias diligenter. Adicies cerebella duo cocta et selibram pulpae quasi ad esicia liatae, cum cerebellis teres et in caccabum mittis. Teres piper, ligusticum, feniculi semen, suffundis liquamen et vinum modice, mittis in caccabum supra cerebella et pulpam. Ubi satis ferbuerit, cum iure misces. Ex hoc paulatim alicam condies, et ad trullam permisces et lias ut quasi sucus videatur.

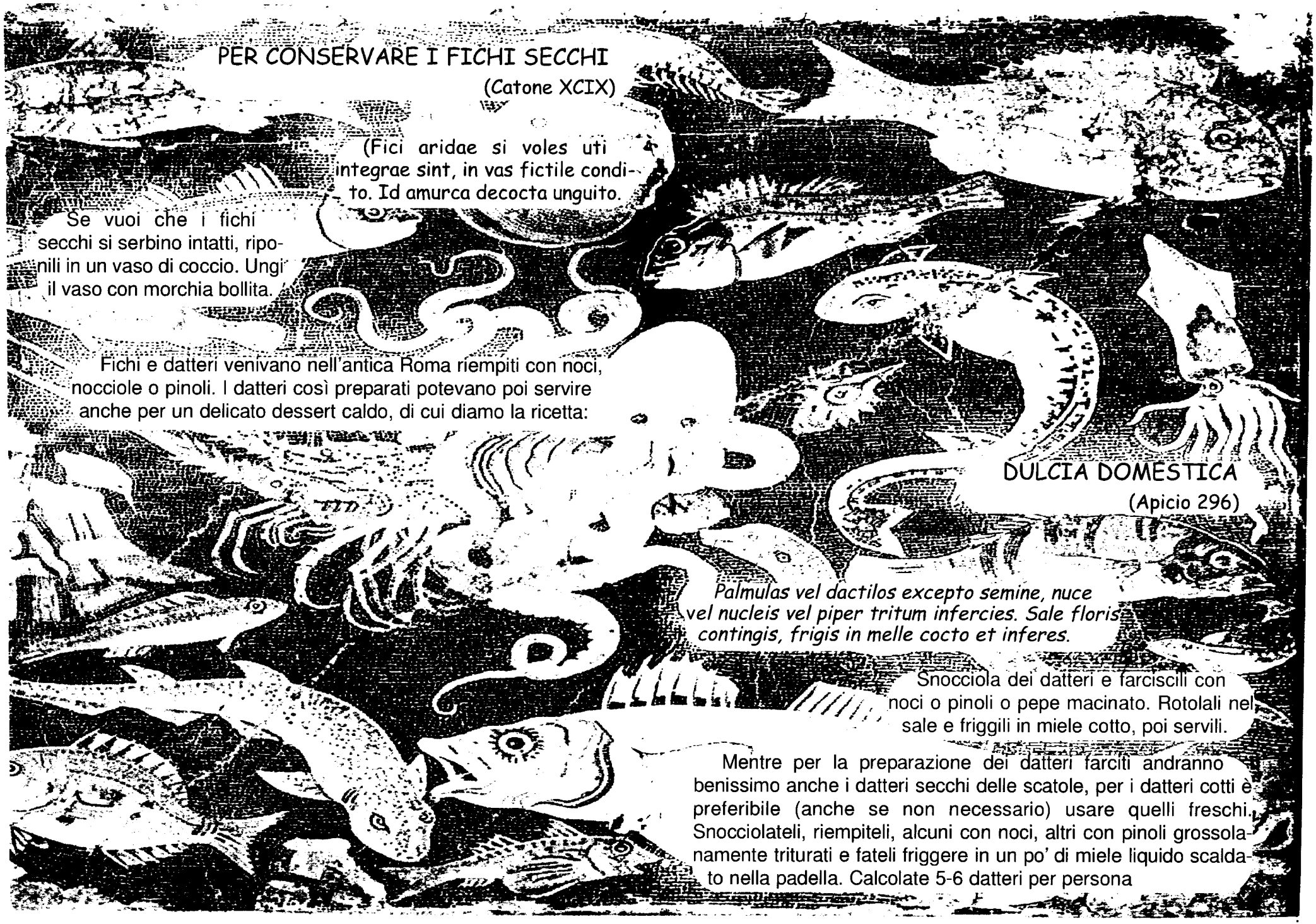
La puls *alla Giuliano si cuoce così: metti a bagno del farro pestato, pulito; fai cuocere finché bolle. Quando avrà bollito aggiungi olio, e quando sarà ispessito, togli con cura i grumi. Aggiungi due cervelli lessati e mezza libbra di carne, tritata come per polpette, mescolala al cervello e metti il tutto in una pentola. Trita pepe, levistico, seme di finocchio, versa sopra del* garum *e un po' di vino e versa nella pentola sul cervello e sulla carne. Quando saranno abbastanza cotti, diluisci con un po' di brodo. Mescola poi il farro a questo composto, poco a poco, mettendo una cucchiaiata dopo l'altra di carne nel farro e legando il tutto in un composto omogeneo.*

Con ogni probabilità si deve usare qui del semolino di grano duro; infatti lo scrittore avverte di eliminare gli eventuali grumi nella crema. Si tratta di un procedimento un po' complicato, ma degno del lavoro che comporta. Fate lessare il cervello e unitelo alla carne trita: sia cervello che carne devono essere di agnello. Come ancor oggi in uso presso i popoli arabi e i turchi, il cervello di agnello era considerato una raffinatezza.
Mettete dunque la carne e il cervello sminuzzati in una pentola: copriteli con un condimento composto da pepe ed erbe tritati, bagnate con garum e vino. Fate cuocere a fuoco lento una decina di minuti, mescolando bene.
A parte avrete preparato un semolino con acqua, semola di grano duro e olio. Unite la carne al semolino a poco a poco, un mestolo dopo l'altro, amalgamando bene e date ancora dieci minuti di cottura.

Dosi per 4 persone:

2 cervelli di agnello,
200 gr. di carne trita di agnello (o di manzo),
1 cucchiaiata di pepe,
levistico e semi di finocchio,
1 cucchiaio di *garum*,
1 bicchiere di vino bianco secco.
Per il semolino:
250 gr. di semola di grano duro,
2 cucchiai d'olio,
acqua q.b.

Questa ricetta fa parte delle zuppe dense o pultes. *Chi sia il personaggio storico che le ha dato il nome non è dato sapere: due imperatori e un usurpatore portarono questo nome, Didio Giuliano, Giuliano l'Apostata e Giuliano tiranno, tutti e tre posteriori ad Apicio. Didio Giuliano e Giuliano l'Apostata furono nell'antichità noti per essere assai parchi. La* Storia Augusta *racconta nella vita di Didio Giuliano: «Giuliano era tanto sobrio.., che si accontentava di mangiare verdura e legumi senza carne».*
Non sapremo mai a chi attribuire questo piatto; certo non si tratta di una "specialità povera" ma, al contrario, di una zuppa molto ricca. Oggi la definiremmo un piatto unico.



PER CONSERVARE I FICHI SECCHI

(Catone XCIX)

(Fici aridae si voles uti integrae sint, in vas fictile condito. Id amurca decocta unguito.

Se vuoi che i fichi secchi si serbino intatti, riponili in un vaso di coccio. Ungi il vaso con morchia bollita.

Fichi e datteri venivano nell'antica Roma riempiti con noci, nocciole o pinoli. I datteri così preparati potevano poi servire anche per un delicato dessert caldo, di cui diamo la ricetta:

DULCIA DOMESTICA

(Apicio 296)

Palmulas vel dactilos excepto semine, nuce vel nucleis vel piper tritum infercies. Sale floris contingis, frigis in melle cocto et inferes.

Snocciola dei datteri e farciscili con noci o pinoli o pepe macinato. Rotolali nel sale e friggili in miele cotto, poi servili.

Mentre per la preparazione dei datteri farciti andranno benissimo anche i datteri secchi delle scatole, per i datteri cotti è preferibile (anche se non necessario) usare quelli freschi. Snocciolateli, riempiteli, alcuni con noci, altri con pinoli grossolanamente triturati e fateli friggere in un po' di miele liquido scaldato nella padella. Calcolate 5-6 datteri per persona

"SAVILLUM"
(Catone LXXXIV)

Savillum hoc modo facito: farinae selibram, casei P. II S una commisceto quasi libum, addito mellis P. et ovum unum. Catinum fictile oleo unguito. Ubi omnia bene commiscueris, in catinum indito, catinum testo operito. Videto ut bene percocas medio, ubi altissimum est. Ubi coctum erit, catinum eximito, melle unguito, papaver infriato, sub testum subde paulisper, postea eximito. Ita pone cum catillo et lingula.

Il "savillum" si fa così: mezza libbra di farina e due libbre e mezzo di cacio, come per fare il libum. Aggiungi un quarto di libbra di miele e un uovo. Ungi con olio un catino di terracotta; quando avrai ben rimescolato e incorporato tra loro gli ingredienti, versa la pasta nel catino e copri il catino col testo. Guarda di lasciarlo cuocere bene nel mezzo dove è più alto. Quando sarà cotto, togli il catino, spalma di miele, cospargilo di papavero, mettilo ancora un momento sotto il testo e poi toglilo; servi così nel piatto, con una paletta da dolci.

Dosi per 4 persone:
150 gr. di farina,
750 gr. di cacio fresco o ricotta,
70 gr. di miele,
1 uovo.

La cottura va fatta in forno caldo (200°) per circa 20-30 minuti. Per evitare che la parte superficiale si bruci, per la prima metà del tempo di cottura coprite con carta d'alluminio

Si tratta di una torta dolce al formaggio: impastato dol formaggio fresco, possibilmente ricotta romana, con la farina, il miele e uovo. Ungete di olio una teglia, versatevi l'impasto e cuocete al forno.

A cottura ultimata cospargete di miele, spolverizzate con semi di papavero, rimettete per *5* minuti nel forno, poi servite.

Il sistema di cottura indicato da Catone va inteso così: l'impasto veniva versato in un recipiente di terracotta; sopra di esso si metteva un "testo", una specie di coperchio di terracotta o di rame, che si ricopriva di braci calde, si lasciava cuocere.

A cottura ultimata il dolce si rimetteva brevemente nel forno ancora caldo, questa volta senza coperchio (Catone LXXVI).

I ROMANI ALL'OSTERIA

Dal momento in cui si alzavano, all'alba, fino a quando, verso il tramonto, tornavano a casa dopo il bagno alle Terme, i Romani di città passavano l'intera giornata fuori casa, al Foro, presso gli uffici pubblici, i tribunali, il Senato, tra le varie botteghe; un vero e proprio orario continuato, in termini attuali. Inevitabilmente perciò molti di loro mangiavano un boccone in "centro" senza perdere troppo tempo; d'inverno si sentiva anche la necessità di una bevanda calda, d'estate di qualcosa di rinfrescante. Di qui il fiorire nel Foro e nelle vicinanze delle Terme, di locali di ristoro, dalle semplici osterie (chiamate Popinae o Thermopolia) che offrivano a seconda della stagione vino caldo o freddo, torte di ceci, focaccine e altri cibi pronti, alle locande (dette cauponae) che offrivano a chi veniva da fuori città anche un letto.

Questi esercizi pubblici, di cui abbiamo abbondante testimonianza nelle strade di Pompei, Ercolano, Ostia, si presentavano con il banco di mescita rivolto verso la strada, in mattoni, in cui erano murate grosse anfore per il vino, l'acqua e olio; degli scaffali per i boccali e i bicchieri e, sulla parete di fondo, dei fornelli per preparare qualche cibo caldo o per riscaldarlo in fretta. Nel retro, per servire gli avventori meno frettolosi, vi erano quasi sempre uno o più locali arredati rozzamente con banchi e tavolacci. Qui si mangiava seduti, come sempre tra gli strati più bassi della popolazione, ma le locande più organizzate avevano anche qualche triclinio per gli avventori più esigenti. Il personale che serviva in questi locali e sempre descritto, negli scritti degli antichi, come infimo, l'oste é considerato alla stregua di un ladro, all'ultimo livello della classe sociale, le serve prestano in genere anche altri poco nobili servizi ai clienti. Il gioco d'azzardo, che in genere si svolgeva nelle stanzette del retro, era riprovato dai magistrali edili, ma l'oste non era incriminabile per ciò che gli avventori facevano nel suo locale. Bastava che non si presentasse a protestare contro i danni eventuali provocati dalle risse, che, numerose nascevano tra questa gentaglia. Tali locali non avevano orari disturbando la popolazione.

I ladri pordigiorno, giocatori d'azzardo, marinai, schiavi fuggiti ai loro padroni erano i frequentatori fissi; ma la persona per bene non aveva bisogno di mescolarsi a questa fauna di habitués: poteva comprare direttamente dalla strada un boccale di vino caldo spezziato, o una focaccina calda, dolce o salata, un piatto di puls (farinata) calda o della frutta. Gli esercenti più attivi (e con loro i salari, o salumieri) non esitavano a spedire intorno per il Foro, per le vie del centro e alle Terme dei garzoni ad offrire salsicce cotte e simili snack.

Per ogni tipo di cibo offerto c'era un richiamo particolare che attirava l'attenzione dei passanti e li invitava a comprare; abitudine questa che ricorda i venditori ambulanti una volta numerosi in Italia, ora in via di estinzione, come i trippai fiorentini o i caldarrostai, i venditori di pere cotte a Milano o i venditori di "u'musu" (testina di vitello o di maiale lessa) nel napoletano. Il prodotto più amato era la torta di ceci e chi la vendeva faceva affari d'oro. Ma anche alle terme si poteva mangiare. Oltre ai garzoni sopraccitati che venivano a offrire spuntini, molte popinae si affacciavano sia all'interno delle Terme che nei portici al loro esterno e gli uomini, che vi andavano, potevano pranzare lì, senza dover tornare a casa. Le Terme infatti aprivano a mezzo giorno e chi arrivava a fare il bagno, la ginnastica, il massaggio, aveva spesso fame.

Naturalmente queste osterie erano frequentate solo dagli uomini e, anche nel periodo imperiale durante il quale anche le donne si recavano alle terme (in sezioni speciali riservate a loro), nessuna donna che non fosse di malaffare avrebbe potuto entrare in simili locali.

Oltre al bar vi erano anche le locande dove si poteva avere un posto per dormire e una cena calda. Qui i viaggiatori di passaggio, i mercanti, i legati militari, si fermavano a dormire, come nelle Stazioni di posta, e si facevano portare una cena calda dall'oste o mandavano in cucina i loro schiavi a preparare la cena.