



## Il banchetto romano

La buona cucina svolgeva un ruolo fondamentale nell'Antica Roma: poteva creare un'occasione di piacevole convivialità, essere utilizzata per evidenziare il proprio prestigio sociale oppure confermare legami clientelari e alleanze politiche. I romani le conferivano dunque il dovuto riguardo, arrivando perfino a spendere somme folli per organizzare ricevimenti indimenticabili. A testimonianza di ciò, è stata ritrovata una legge che già nel 131 a.C. (cronologicamente ancora lontano dai fasti di Roma imperiale) poneva un tetto massimo di spesa per i banchetti. Ovviamente questa legge non fu sufficiente: i romani trovarono innumerevoli modi per aggirarla, le cene divennero sempre più preziose e prelibate, cucinate da appositi *coqui* che facevano pagare a caro prezzo il loro talento.

I romani attribuivano importanza ad uno solo dei pasti della giornata, la *cena*. Si cominciava intorno alle 4 di pomeriggio ed il rito prevedeva tre momenti distinti: la *gustatio*, che corrisponde al nostro antipasto, la *cena vera e propria*, che era composta di sette portate, e le *secundae mensae*, momento conclusivo di brindisi alla salute dei presenti. In età imperiale la cena era consumata nel *triclinium*, luogo che prese il nome dalla presenza dei *triclinia*, letti a tre posti in legno o in muratura, leggermente inclinati dalla parte della mensa, su cui venivano distesi materassi, coperte e cuscini. Il convitato si stendeva sul letto, appoggiato sul gomito del braccio sinistro, e consumava il cibo con la mano destra, senza avvalersi dell'ausilio di nessuna posata.

## Apicio

Marco Gavio Apicio è un controverso personaggio della prima epoca imperiale: uomo molto ricco, era certamente conosciuto all'interno della cerchia dell'imperatore Tiberio. La sua grande passione era però la cucina; molti aneddoti circolano sul suo conto; uno dei più noti proviene da una testimonianza di Seneca, che lo ricorda come un grande spendaccione. Ad una vita di piaceri seguì una fine tragica: dopo aver speso gran parte dei suoi averi, Apicio si avvelenò per non vedersi costretto ad abbassare il tenore di vita.

Il *De re coquinaria* è il suo manuale di cucina, nel quale sono contenute sia le ricette più comuni dell'epoca che le invenzioni della sua fantasia, a cui spesso diede il nome.



# PULTES

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 aliciam condies, et ad trullam permisces et lias ut quasi sucus videatur.

Così sono cotte le polente alla maniera di Giulio: fai macerare la semola nettata e mettila a cuocere fino a raggiungere la bollitura. Quando bolle, aggiungici l'olio; appena si addensa schiaccia accuratamente i grumi. Prendi due cervella cotte e stemperaci insieme 1/2 libbra di carne macinata come per le polpette e sistema in una pentola. Trita: pepe, ligustico, semi di finocchio, tempera con garum e un po' di vino; travasa nella pentola, sulle cervella e sulla polpa. Quando sarà abbastanza cotto, mescola con la salsa. Condisci e mescola, bene, un po' per volta la polenta, mestolo dopo mestolo, con questa salsa, stemperando ben bene per darle la consistenza della crema.

# VULVULAE BOTELLI

Vulvulae esicatae sic fiunt: piper tritum et cuminum, capita porrorum brevia duo ad molle purgata, rutam, liquamen; admiscentur pulpae bene tunsae et fricatae denuo cum ipso subtrito ita ut commisceri possit, mittas piperis grana et nucleos, et calcabis in materia bene lota. Et sic coquuntur ex aqua, oleo, liquamine, fasciculo porrorum et aneto.

Botellum sic facies: sex ovi vitellis coctis, nucleis pineis concisis cepam, porrum concisum, ius crudum misces, piper minutum, et sic intestinum farcies. Adicies liquamen et vinum, et sic coques.

Polpette di matrici: pepe macinato e cumino, due testine di porri sfogliati fino alla parte più tenera, ruta, garum; si aggiunge la polpa ben battuta e si tritura di nuovo con il contenuto del mortaio così che tutto si incorpori bene.

Aggiungi pepe in grani e pinoli, guarnisci, riempiendo, la matrice ben lavata. Fai cuocere in acqua con olio, garum, un mazzetto di porri e aneto.

Salsiccia: mescola sei tuorli d'uova cotte con pinoli sminuzzati, cipolla, un porro tagliuzzato, una salsa cruda, pepe in polvere; riempi con ciò un budello. Fai cuocere in garum e vino.

# DULCIA DOMESTICA

Dulcia domestica: palmulas vel dactilos excepto semine, nuce vel nucleis vel piper tritum infercies. Sale foris contingi, friges in melle cocto et inferes.

Aliter dulcia: Musteos Afros optimos rades et in lacte infundis. Cum biberint, in furnum mittis, ne arescant, modice. Eximes eos calidos, melle perfundis, compungis ut bibant. Piper aspergis et inferes.

Dolci casalinghi: snocciola i dattereri oppure i dactyli, farciscili con noci o pinoli o pepe in polvere. Salali all'esterno e friggsi nel miele cotto. Servi.

Altri dolci: prendi degli ottimi panini al mosto, toglila la crosta e mettili a mollo nel latte. Una volta ben macerati, mettili nel forno, ma solo per poco tempo perché non diventino secchi. Levagli caldi, spalmali di miele e pungili per farli impregnare bene. Spruzza il pepe e servi.

# CONDITUM PARADOXUM

Conditi paradoxi compositio: mellis pondo XV in aeneum vas mittuntur, praemissis vini sextariis duobus, ut in coctura mellis vinum decoquas. Quod igni lento et aridis lignis calefactum, commotum ferula dum coquitur, si effervere coeperit, vini rore compescitur, praeter quod subtracto igni in se redit. Cum perfrixerit, rursus accenditur. Hoc secundo ac tertio fiet, ac tum demum remotum a foco post pridie despumatur. Tum mittes piperis uncias IV iam triti, masticis scripulos III, folii et croci dragmae singulae, dactilorum ossibus torridis quinque, isdemque dactilis vino mollitis, intercedente prius suffusione vini de suo modo ac numero, ut tritura lenis habeatur. His omnibus paratis supermittis vini lenis sextaria XVIII. Carbones perfecto aderunt [duo milia].

Composizione del vino speziato: si mettono 15 libbre di miele nel vaso di bronzo, dove precedentemente sono stati versati 2 sestari di vino di modo che il vino si riduca durante la cottura del miele. Si fa scaldare su un fuoco dolce di legna ben secca e durante la cottura si mescola con un bastoncino; se ricomincia a bollire si rompe la bollitura con una spruzzata di vino, ma il liquido cessa di bollire anche quando lo si toglie dal fuoco. Quando si è raffreddato lo si rimette sul fuoco, si procede così per due o tre volte. Alla fine lo si toglie dal fuoco e lo si schiuma il giorno successivo. Poi si mettono 4 once di pepe tritato, 3 scrupoli di mastice, 1 dracma di foglie di nardo e 1 di zafferano, 5 noccioli tostati di datteri e i datteri ammolati nel vino; s'innaffia dapprima con vino di qualità e in quantità sufficiente affinché l'impasto risulti dolce. Compiuta questa operazione, si versi sul tutto 18 sestari di vino dolce; si metterà poi nel composto ottenuto i carboni ardenti.