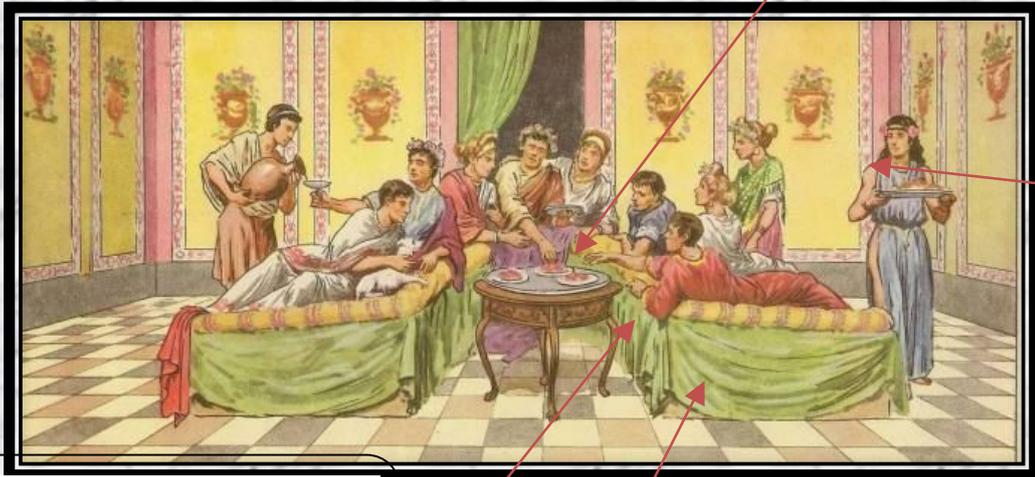


Buffet romain

Les Romains mangeaient avec les doigts et avaient une serviette ou parfois s'essuyaient les mains dans les cheveux des esclaves !



Les Romains s'étendaient sur le triclinium, le coude du bras gauche appuyé sur un coussin.

Les convives prennent place selon leur rang social dans le triclinium, appelé ainsi parce que trois lits de trois places chacun étaient disposés autour d'une table carrée.

Il faut attendre l'Empire pour que les femmes participent à la cena.

Selon Sénèque, les Romains de l' Empire :

« Mangent pour vomir et vomissent pour manger »

Si l'on en croit les historiens, les Romains n'étaient donc pas des êtres raffinés mais de véritables gloutons qui, une fois repus, se faisaient vomir pour pouvoir continuer à manger !

On distinguait alors trois repas par jour :

- Le jentaculum (petit déjeuner)
- Le prandium (déjeuner rapide et froid)
- La cena (dîner : composé d'entrées, plats et desserts et qui durait plus de trois heures !)

★ À vos sens !

Reliez le verbe latin à son équivalent français :

- | | |
|-------------------|---------------------|
| a. Gusto, as, are | 1. Sentir une odeur |
| b. Tango, is, ire | 2. Voir |
| c. Video, is, ire | 3. Goûter |
| d. Audio, is, ire | 4. Écouter/Entendre |
| e. Odoro, as, are | 5. Toucher |

Réponses : a-3/ b-5/ c-2/ d-4/ e-1

★★ À chacun son métier !

a. Agricola, ae, m	1. Le cuisinier
b. Coquus, i, m	2. Le boucher
c. Mercator, oris, m	3. Le paysan
d. Pistor, oris, m	4. Le boulanger/le pâtissier
e. Lanius, ii, m	5. Le marchand

Réponses : a-3/ b-1/ c-5/ d-4/ e-2



À table !

- a. Quelle déesse régnant sur l'agriculture nourrit les êtres humains ?
- b. Qui a le foie dévoré par un vautour ?
- c. Quel dieu, père de Jupiter, avale ses enfants dès leur naissance afin de ne pas être détrôné ?
- d. Qui se nourrit de nectar et d'ambrosie ?
- e. Dans quel jardin trouve-t-on des pommes d'or ?
- f. Qui donna à manger son fils Pélops aux dieux ?

Réponses : a-Cérès/ b-Prométhée/ c-Saturne/ d-Les dieux/ e-Le jardin des Hespérides/ f- Tantale

Connaissez-vous le plus grand chef cuisinier de l'Antiquité ?



Je vais vous parler de la vie trépidante d'Apicius, un grand chef cuisinier romain. Tout commença en 25 av. J.-C quand il naquit dans une famille aux richesses inestimables. Il passa son enfance dans une ville de Campanie, mangeant des langoustes très onéreuses, qui étaient très grosses. Ayant entendu dire qu'il y en avait aussi d'énormes sur la côte d'Afrique, il s'y rendit en bateau sans attendre un seul jour, et fut très malade pendant la traversée. Mais, parvenu près de l'endroit, avant même qu'il ne débarque, des pêcheurs vinrent lui apporter les plus belles langoustes. Les voyant, il leur demanda s'ils en avaient de plus grosses, et ils lui répondirent que non. Se rappelant alors celles de sa ville, il ordonna à son équipage de retourner en Italie par le même chemin, sans même approcher du rivage !

Richissime, il semble avoir consacré son existence à des recherches culinaires particulièrement extravagantes. On peut en effet trouver quelques anecdotes loufoques comme :

- cuisiner les langues de flamant rose, des tétines de truie farcies aux oursins ou encore des talons de chameau,
- améliorer la qualité des foies de porc, en les engraisant, comme les oies, de figues fraîches, avant de les tuer brutalement en leur faisant boire du vin miellé,
- expérimenter une amélioration du *garum* (condiment à base de poisson et de sel), en laissant mourir les poissons qui serviraient à le fabriquer, dans le *garum* lui-même !

Ce grand chef dépensa toute sa fortune en banquets somptueux jusqu'au moment où il préféra s'empoisonner n'ayant plus assez d'argent pour recevoir ses convives. Mais il nous reste désormais ses célèbres recettes dans son ouvrage intitulé *De Re Coquinaria* (*L'Art culinaire*).

Si après toutes ces explications vous avez encore faim, les latinistes vous souhaitent un :

Bene sapiat !

Déroulement de la matinée

Horaires	Classes	Recettes
De 8h 05 à 9h 10	3°/2de	Apothermum
De 9h 10 à 9h 45 et de 10h 00 à 10h 30	6°	Pullum frontinanum
De 10h 30 à 11h 40	5°/4°/Élèves norvégiens	Salade à l'hypotrimma

Recettes pour 15 personnes

Entrée : Salade composée à l'hypotrimma/ Hypotrimma

- Assortiment de salade
 - 300 g de fromage fermier non salé
 - 6 c. à café de miel
 - 3 dl de vinaigre
 - 3 c. à café nuoc-mam
 - 15 cl d'huile d'olive
 - 3 dl de vin blanc sec
 - 3 dl de defritum (équivalent moderne porto ou malaga)
 - 6 pincées de poivre
 - 3 c. à soupe de livèche sèche (céleri)
 - 9 cuillérées à soupe de menthe
 - 6 c. à soupe de pignons
 - 3 c. à soupe de raisins secs
 - 36 dattes
-
- Trier et laver soigneusement les salades.
 - Les égoutter.
 - Préparer la sauce: piler la livèche (céleri) et la menthe.
 - Dans un saladier, écraser le fromage et y incorporer le miel.
 - Détendre avec le vinaigre, le garum (nuoc-mam), l'huile d'olive, le vin blanc, le defritum (vin cuit).
 - Bien mélanger afin d'obtenir un mélange homogène.
 - Ajouter le poivre moulu.
 - Vérifier l'assaisonnement.
 - Disposer les salades.
 - Assaisonner avec la sauce.
 - Garnir avec les pignons, les raisins secs et les dattes dénoyautées et coupées en lamelles.
 - Servir bien frais, en entrée.

Plat : Poulet à la fronton / Pullum Frontinanum

- **Morceaux de poulet**
 - **Un peu d'eau**
 - **3 c. à soupe d'huile d'olive**
 - **9 gouttes de garum (nuoc-mam)**
 - **6 poireaux**
 - **Quelques branches de coriandre et d'aneth**
 - **3 pincées de poivre**
 - **15 dl de Porto**
-
- Couper le poulet en morceaux.
 - Dans une cocotte, faire cuire et dorer les morceaux de poulet sans ajouter de sel, seulement avec un filet d'huile d'olive.
 - Ajouter ensuite l'eau.
 - Couper les poireaux, bien les laver.
 - Hacher les poireaux grossièrement ainsi que la coriandre et l'aneth, le poivre, le céleri et le garum (nuoc-mam).
 - Couvrir et laisser cuire à feu doux.
 - Ajouter le vin cuit et laisser mijoter.
 - Servir chaud.

Dessert : semoule au lait et aux fruits secs/ Apothermum

- **1,5 litre de lait**
 - **150 grammes de semoule fine**
 - **6 cuillères à soupe de miel**
 - **6 cl d'huile d'olive**
 - **3 pincées de poivre gris moulu**
 - **3 dl de vin paillé**
 - **6 cuillères à soupe de raisins secs**
 - **9 cuillères à soupe d'amandes effilées**
 - **3 cuillères à soupe de pignons**
 - **Un soupçon de sauce nuoc-mam**
-
- Verser dans une casserole le lait, le miel, l'huile d'olive, les raisins, les pignons et les amandes.
 - Ajouter le poivre et le nuoc-mam.
 - Porter le tout à ébullition.
 - Verser la semoule à la préparation, baisser le feu.
 - Cuire pendant 5 minutes en remuant constamment.
 - Ajouter le vin et poursuivre la cuisson deux minutes supplémentaires.
 - Verser dans des ramequins individuels ou dans des coupes et laisser reposer la préparation.
 - Servir froid.

LEXIQUE :

- DEFRITUM ou DEFRUTUM : jus de moût de raisin cuit avec des aromates.
- GARUM : jus de poisson longuement macéré, comparé généralement au nuoc-mam, condiment universel.
- LIVECHE : ombellifère, proche du céleri.