



Romeinse recepten

Gustum (voorgerecht)

Gekookte eieren met pijnboompittensaus

5 eieren

50 gram pijnboompitten (geweekt)

1 theelepel peperkorrels

1,5 eetlepel honing

1,5 eetlepel azijn

0,5 theelepel garum (vissaus)

0,5 theelepel lavas

Week de pijnboompitten een nacht in vers water (voor de kookles is dit gedaan).

Doe water in een pan, leg de eieren er voorzichtig in en breng aan de kook. Laat de eieren 7 minuten koken, giet ze af en leg ze in koud water.

Maal de peperkorrels en de pijnboompitten in een vijzel fijn. Voeg de vissaus toe. Roer de honing, azijn en lavas goed door elkaar en voeg dit mengsel bij de pijnboompitten tot de saus een goede dikte heeft.

Pel de eieren en snijd ze in de lengte doormidden. Leg de halve eieren op een schaal en giet de saus er op.

Epityrum van groene en zwarte olijven

Groene en zwarte olijven

1 eetlepel olijfolie

1 theelepel azijn

Koriander

Komijn

Munt

Venkelzaad

Hak de olijven zo fijn als je kan. Haal de blaadjes van de kruiden af en snijd ze heel fijn. Meng de olijven met de kruiden, de olie en de azijn.

Een lekker smeerseltje voor op brood.



Kruidenkaas zonder knoflook

200 gram feta
4 takjes verse munt
1/2 handjevol verse koriander
4 takjes venkelgroen
1 takje lavas
1 eetlepel honing
1 eetlepel azijn
klein scheutje vissaus
zwarte peper

Brokkel de feta in stukjes. Haal de blaadjes van de kruidentakjes en hak fijn. Doe alles bij elkaar in een schaal en prak het door elkaar tot alles goed is gemengd. Doe er nog wat azijn of honing bij om de kaas iets smeùiger te maken.

Komkommersalade

1 komkommer
Peper
Munt
Honing
Azijn
Vissaus

Snijd de komkommer in dunne plakjes of in reepjes. Maal de peper in een vijzel, snijd de munt heel fijn en meng de kruiden met de honing, azijn en vissaus. Giet de saus over de komkommer en meng goed.

Mensa secunda (nagerecht)

Dadels met amandel en honing

20 gedroogde dadels
20 amandelen
2 eetlepels honing
zout naar smaak

Ontpit de dadels en stop er een amandel in. Vouw de dadels weer dicht en strooi er een beetje zout over. Giet de honing over de dadels.



Posca (Romeinse limonade)

1 liter water

4 eetlepels honing

8 theelepels appelazijn

Los de honing op in een beker heet water en meng met de rest van het (koude) water en de azijn.

Kopen:

10 eieren

50 g pijnboompitten

Blik tonijnmoot

200 g feta

Amandelen (20)

Dadels (20)

Pot honing

Fles appelciderazijn

Groene en zwarte olijven

Koriander (plukken)

Komijn

Wijnruit (plukken)

Munt (plukken)

Venkelzaad en -groen

Lavas

Turks brood

Bekers

Bordjes

Meenemen:

Eten

Zout

Peperkorrels

Vijzel

Maatbeker

Vissaus

Snijplanken

Messen

Lepels

Theelepels

Vorken

Voorbereiden:

Boodschappen doen

Woensdagavond pijnboompitten weken

Donderdag eieren koken

Donderdag kruiden plukken