

# Kochen und schlemmen mit Apicius

Letzte Aktualisierung Sonntag, 5. Juli 2009

Heute überschwemmen uns Kochbücher über beinahe alle exotischen Küchen. Vielleicht geht die Entwicklung ja wieder zurück zu den Wurzeln. Aber wie war das noch gleich, mit den Anfängen des Kochbuchs? "De re coquinaria" von Marcus Gavius Apicius war wohl nicht die erste Rezeptsammlung.

Adam und Eva. Wann tatsächlich das erste Kochbuch geschrieben wurde, ist wie vieles andere unbekannt. Als einer der ersten gilt Arhestratus, dessen Buch aus dem 4. Jahrhundert v. Chr. allerdings verschollen ist. Erhalten dagegen ist die antike Rezeptsammlung von Marcus Gavius Apicius aus dem 1. Jhd. v. Chr. Die "Kochkunst in 10 Bänden" (De re coquinaria libri decem) entsprechen einer gehobenen Küche im Mittelmeerraum und sind nicht unbedingt repräsentativ für das, was die Menschen im Allgemeinen gekocht, gegessen und getrunken haben. Die einfachen Leute mussten wohl meist mit einfachem Getreidebrei (puls) Vorlieb nehmen.

:::Freiklick:::> Kochen und schlemmen mit Apicius (Rezepte, Glossar, u.a. mehr)

De re coquinaria. Das Apicius Kochbuch (De re coquinaria) ist eines der ältesten überlieferten Kochbücher der Welt. Die einzige Fassung, die noch vorhanden ist, stammt aus einer Nachbearbeitung aus dem 3. oder 4. Jahrhundert n. Chr.. Es sprechen verschiedene Tatsachen dafür, dass dieses Kochbuch nicht aus einem Guss, sondern von verschiedenen Autoren bearbeitet und ergänzt wurde und sogar verschiedene Quellen vorhanden waren. Dass Marcus Gavius Apicius selber Rezepte in schriftlicher Form veröffentlicht hat, gilt als erwiesen. Ob seine Rezepte wirklich Grundlage für das Kochbuch "De re coquinaria" ist allerdings nicht sicher.

Erst im 14. und 15. Jahrhundert kommt das Verfassen von Kochbüchern in weiterem Umfange auf. Unzweifelhaft hängt dies sowohl mit der Erfindung des papiers als auch mit Gutenbergs beweglichen Lettern zusammen. Aber es gibt auch eine andere Linie: In der Zeit des 12. und 13. Jahrhundert entwickelte sich an den Höfen eine gewisse Esskultur, die damit einherging, erste Tischsitten zu postulieren. In der Folge entstanden Regeln für das kunstgerechte Tranchieren, die Gabel fand ihren Einzug auf die Tafel und schließlich entwickelte sich so etwas wie die "Lehre der richtigen bürgerlichen Lebensführung", die stark mit der Kochkunst und Tischkultur verknüpft war.

:::Freiklick:::> Heidelberger Papyrussammlung, Altgriechisches Kochbuch - Bildmaterial + Übersetzung

Ein wichtiges Kochbuch aus dieser Zeit, das auch mitunter als das erste gedruckte Kochbuch bezeichnet wird, ist das 1474 in Italien von Bartolomeo Platina verfasste "De honesta voluptate". 1542 wurde es auch in die deutsche Sprache übersetzt und hieß: "Von der Ehrlichen ziemlichen auch erlaubten Wollust des Leibs". Die Kochbücher dieser Zeit haben mit den heutigen Rezeptsammlungen wenig zu tun, wohl aber mit der relativ neuen Gattung der gesundheitsbezogenen Kochbücher: Platinas Buch enthielt etwa eine umfassende Lehre von der richtigen Lebensführung. Die Kochbücher des 15. Jahrhunderts richteten sich allerdings ebensowenig an das gemeine Volk wie des Römers Apicius "De re coquinaria". Sie wandten sich vielmehr an die Köche, die im Dienste eines Adligen standen. So stößt man in den Büchern auf Formulierungen wie "bring dem Herrn" oder "gib dem Herrn". Auch das Fehlen jeglicher Mengenangaben in vielen Kochbüchern deutet darauf hin: Die Aufgabe des Kochs wurde kreativ und experimentell begriffen. Er sollte sich nicht zu sehr an starre Rezepturen halten.

:::Freiklick:::> Für Lateiner : Apicii de re coquinaria

Im 17. Jahrhundert warf man schließlich den "gesundheitlichen Ballast" der Kochbücher "über Bord" und stellte nun den Genuss der Speisen und die repräsentativen Zwecke die die Essen bei Hof hatten in den Vordergrund. So findet man in diesen Kochbüchern Rezepturen, in denen Bären, Pfauen, Kraniche und Adler zubereitet werden sollten. Das erste gedruckte deutsche Kochbuch ist das 1485 erschienene "Küchenmeistery". Es wurde bis in das 16. Jahrhundert immer wieder aufgelegt. Der Verfasser ist nicht bekannt. Es wird aber vermutet, dass es der Koch eines fürstlichen Hofes war. Auch die "Küchenmeistery" wendet sich an die höheren Stände. Einfache Rezepte fehlen ganz.

Die weitere Entwicklung der deutschen Kochbücher ist sehr eng mit drei Kochbüchern des 16. Jahrhunderts verknüpft. Max Rumpolt, Mundkoch eines Mainzer Kurfürsten, widmet sich noch der herrschaftlichen Küche. Die Menüvorschläge für kaiserliche Majestäten, Kurfürsten und Erzherzöge umfassen meist drei Gänge mit bis zu dreißig Speisen. Für die niedrigeren Stände schlägt er weniger Speisen vor. Bei der Auswahl der Lebensmittel hält er sich an die Vorschläge der italienischen und französischen Kochbücher: So sind Igel, Pfauen und Bären auch bei ihm zu finden.

Das zweite Kochbuch von Anna Wecker, das erste gedruckte Kochbuch einer Frau, richtet sich erstmals an die Hausfrauen der privaten Haushalte. Sie widmet sich in ihrem Buch auch "Kranken und Pflegebedürftigen" und die Rezepte enthalten weniger Fleisch, dafür aber mehr Gemüse, Getreide und Mandeln. Im 17. und 18. Jahrhundert entwickelte sich in Deutschland der städtisch-bürgerliche Kochstil allmählich zu seiner vollen Blüte. Kochbücher wurden nun auch immer mehr von Frauen verfasst. 1844 erschien Henriette Davidis "Praktisches Kochbuch", ein regelrechter Bestseller.eC