romeinen nu
educatie

Proef de Oudheid

eten en drinken bij de Romeinen

Voor de leerkracht

Deze lesbrief bevat bronteksten, vragen en opdrachten voor leerlingen over eten en drinken bij de Romeinen en hoe we aan de kennis hierover komen.

Doelgroep
Groep 7-8 basisonderwijs

Doel
De leerlingen leren over het eten en de eetgewoonten van de Romeinen en over de bronnen waaruit deze kennis voortkomt.

De lesbrief sluit aan bij:
- Canonvenster: De Romeinse limes
- Tijdvak 2: Grieken en Romeinen (3000 voor Chr. – 500 na Chr.)

Werkwijze
De opdrachten kunnen individueel of in groepjes door leerlingen worden gemaakt. De antwoorden kunnen aan de hand van het antwoordblad klassikaal besproken worden.

Tijd/duur
1 of 2 lessen

Benodigdheden:
- prints van de teksten en opdrachten voor leerlingen
- tekenpotloden

Colofon

Deze lesbrief is onderdeel van het educatieve programma van RomeinenNU, het promotiebureau voor Romeinse geschiedenis in Nederland.

Ontwikkeling
Manon Henzen | eet!verleden | www.eetverleden.nl
Martine van Empel | Stijl 10 | www.stijl10.nl
Suzanne Klüver | www.suzannekluver.nl

Vormgeving
Maartse Hazen | www.maartsehazen.nl

www.romeinen.nu

1. De Romeinen waren hier!

De Romeinen kwamen oorspronkelijk uit Rome. Ze wilden heel veel land in hun bezit hebben. Zo kwamen de Romeinen ook terecht in het gebied waar tegenwoordig Nederland ligt. Ongeveer 50 jaar voor Christus kwamen de Romeinen naar ons land. Ze bleven hier tot ongeveer 400 jaar na Christus.

De Romeinen kwamen niet met lege handen naar ons gebied. Ze namen spullen mee, zoals spiegels, glas en geld. Ze bouwden de eerste stenen huizen en legden wegen aan. Ook hebben ze de mensen hier leren schrijven. Allemaal dingen die we nu nog steeds hebben en doen.

Toch leefden ze heel anders dan hoe wij nu leven. Hun huizen zagen er anders uit, de winkels waren anders en een school zoals die van jou bestond toen nog niet.

Ook het eten en de eetgewoonten van de Romeinen waren anders. Wat de verschillen zijn en wat hetzelfde is gebleven ontdek je in de bronnen en opdrachten die je nu gaat doen!

1. Teken een Romeinse keuken

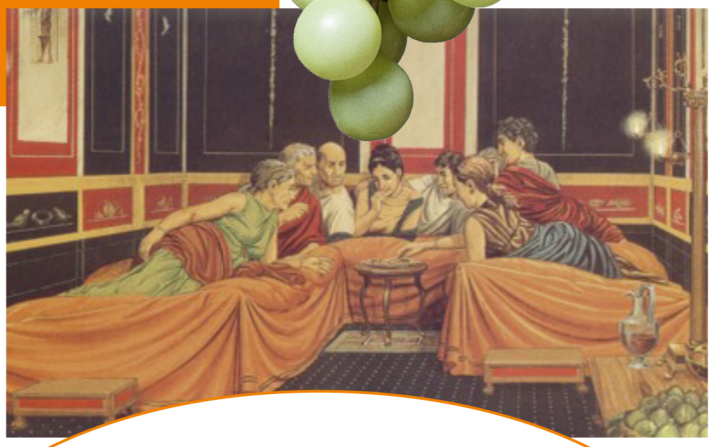
Hoe ziet volgens jou een Romeinse keuken er uit? Staat er een tafel in? Zijn er kastjes? Is er een koelkast en een magnetron? Wat voor soort eten ligt er? Hadden ze mooi servies en bestek? Aten ze in de keuken?

Gebruik je fantasie en alles wat je al weet over de Romeinen.

2. Aan tafel!

Lekker liggen

Overdag aten de Romeinen niet zo veel, maar met de avondmaaltijd gingen alle remmen los! De avondmaaltijd heette toen: *cena*. Romeinen aten liggend op grote banken met kussens erop. Die banken stonden in een eetkamer. Zowel de eetkamer als de bank noemden de Romeinen *triclinium*. In dat woord zit 'tri' en dat betekent 'drie'. Dat noemden ze zo, omdat er meestal drie banken in de eetkamer stonden en omdat er drie mensen op één bank lagen.
Gezellig toch?!



2. Waarom aten de Romeinen liggend?

a. De stoel was nog niet uitgevonden
b. Omdat de Grieken dat ook deden
c. Omdat ze zo meer konden eten

3. Wie zorgden voor de bediening ?

a. De vrouwen
b. De mannen
c. De slaven
d. Ze hadden geen bediening

Weetje:

Romeinen hielden van eten tot ze er misselijk van werden. Soms aten ze zoveel dat ze tussen de gangen door moesten overgeven. Daarna aten ze weer gewoon verder. Lekker smakelijk!

Hompen of Hapjes?

Lekker makkelijk om liggend te eten...of toch niet? Romeinen lagen op hun zij en steunden daarbij op één arm. Met hun andere arm konden ze het eten van de tafels pakken. De tafels stonden tussen de banken in. Probeer maar eens te liggen als een Romein aan tafel.

4. Aten de Romeinen grote hompen vlees om van te kluiven of juist kleine hapjes denk je? Waarom?

5. Welk bestek gebruikten de Romeinen aan tafel? Omcirkel het bestek dat ze gebruikten volgens jou.

Waarom denk je dat?

_____

_____

_____

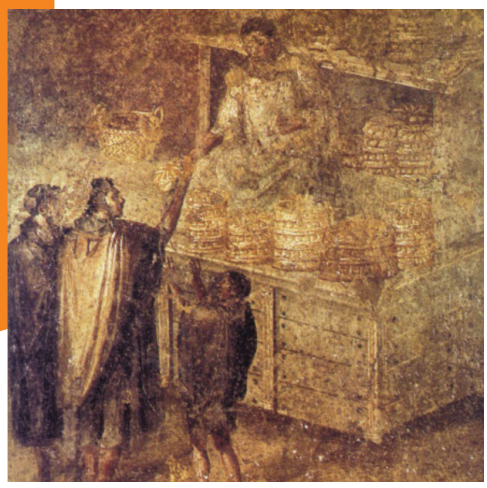
_____

Naar de snackbar

Als wij uit eten gaan, is dat toch wel een beetje bijzonder. Normaal koken en eten we gewoon thuis. Bij de Romeinen was het in de stad net andersom. In de Romeinse tijd aten rijke Romeinen altijd thuis in hun mooie eetkamers en op hun lekkere zachte bedden. Dat was voor gewone Romeinen in de stad wel anders. Zij woonden in kleine kamertjes in een soort flats en hadden geen keuken.

Daarom gingen gewone Romeinen lekker uit eten in kleine restaurantjes. Dat heette een *taverne*. De *taverne* kun je vergelijken met onze snackbar. Je kon er goedkoop eten kopen. Het eten was wel een stuk gezonder dan in onze snackbar. Ook kon je een maaltijd bij elkaar sprokkelen op de markt of in winkeltjes om daarna thuis op te eten.

Zo ziet een Romeinse snackbar er uit



Even boodschappen doen

6. Wat kon je in een Romeinse taverne eten? Omcirkel de snacks die de Romeinen ook al aten.

7. Wat dronken Romeinse kinderen als ze een hapje gingen eten in de taverne?

a. een bekertje koffie
b. een bekertje vers sinaasappelsap
c. een bekertje azijn
d. een bekertje melk

Lekkere hapjes!

De Romeinen aten veel meer verschillende dieren dan wij nu. Je zou bijna kunnen zeggen dat ze alles aten wat er op de wereld loopt, vliegt of zwemt! Ze aten bijvoorbeeld zwanen, kraaien en raven. Maar ook gefrituurde slakken die ze eerst vet hadden gemest met rauw vlees. En ze aten bijna alles van een dier, dus ook de hersenen en de uiers.

8. De Romeinen aten veel verschillende etenswaren, maar geen sinaasappels, aardappels, tomaten en chocola? Waarom niet?

a. Deze etenswaren bestonden nog niet
b. Deze etenswaren komen uit werelddelen die pas later ontdekt zijn
c. Deze etenswaren vonden ze vies

De Romeinen aten ook dit schattige beestje op de foto hiernaast. Het is een relmuis. Dat is een soort hamster. Relmuizen werden met heel veel tegelijk in een grote ton gestopt. Hiernaast zie je zo'n ton. Kijk maar eens goed hoe hij er van binnen uit ziet.

9. Waarom stopten de Romeinen relmuizen in deze ton denk je?

_____

_____

_____

_____

10. Waarom zitten er schapjes in de ton?

_____

_____

_____

_____

Weetje:

Romeinen hielden van vermaak tijdens het eten. Er traden vaak zangers, fluitspelers, dansers en zelfs acrobaten op.

3. Masterchef Apicius

Meesterchef of meester & chef?

Kijk jij wel eens naar kookprogramma's op tv? Al die beroemde koks maken heerlijke gerechten, zodat je ze thuis na kunt maken. Ze zijn vaak wereldberoemd en echte sterren! Ze weten alles over koken, maar ook waar je de mooiste, lekkerste, bijzonderste en gekste etenswaren en ingrediënten vandaan moet halen.

Bij de Romeinen was dat net even anders. Een kok was meestal een slaaf. De Romeinse koks konden net zo goed koken als de bekende koks van nu. Alleen was een kok toen zelf helemaal niet zo beroemd. De baas van de kok, de meester, deed niks in de keuken, maar kreeg wel alle complimentjes over het eten van zijn gasten aan tafel.

Het boodschappenlijstje maken voor het eten was een hele belangrijke zaak. Aan tafel werd er veel gepraat over welke vogeltjes het sappigst zijn, waar de grootste garnalen te krijgen zijn of wat de beste appels zijn. Sommige Romeinen wisten meer dan anderen over wat echt lekker eten was. Een van die Romeinen was Apicius. Hij wist precies waar je de lekkerste ingrediënten voor het eten kon krijgen.

11. Waar halen jullie meestal je boodschappen voor het eten?

12. Fiets je wel eens een blokje om, omdat ergens anders de ijsjes net iets lekkerder zijn?

Weetje:

Het beste kon je een kok uit Griekenland nemen, die konden het beste koken volgens de Romeinen.

13. Wat deed Apicius als hij trek had in de lekkerste garnalen?

a. Hij liet ze halen aan de andere kant van de stad
b. Hij deed niets. Hij praatte er alleen maar over
c. Hij liet ze halen aan de andere kant van de wereld
d. Hij kweekte ze zelf

Boodschappenlijstjes

Apicius heeft een kookboek geschreven. Het boekje heet 'Over de kookkunst'. Het is het enige kookboekje dat we kennen van de Romeinen. Nou ja, kookboek, het is meer een boek vol met boodschappenlijstjes. Bijvoorbeeld:

- Kruiden voor het moretum. Munt, wijnruit, koriander, venkel, allemaal vers, lavaszaad, peper, honing, garum. Als je het gebruiken wilt, voeg je azijn toe.

- Gehaktballetjes van zeedieren maakt men van krab en kreeft, verschillende soorten inktvis en langoest. Kruid het gehakt met peper, lavaszaad, komijn en duivelsdrek.

14. Waarom staat in het boek van Apicius niet hoe je een gerecht moet klaarmaken denk je?

a. Hij wist uit zijn hoofd hoe hij het gerecht moest klaarmaken
b. Hij was zelf geen kok, dus hij hoefde dat niet te weten
c. Hij wilde die informatie heel graag geheim houden

15. Kunnen de beroemde koks van nu de smaak van het Romeinse eten van toen precies namaken denk je? Waarom denk je dat?

Wil je zelf eens iets lekkers uit het boekje van Apicius maken? Wij hebben een hele lekkere kruidenkaas voor je uitgezocht en opgeschreven hoeveel je van alles nodig hebt en waar je alles kunt kopen.
Dat was 2000 jaar geleden ook best handig geweest Apicius!!
Wat nog steeds hetzelfde is voor dit gerechtje als vroeger: je kunt nog steeds niet alle boodschappen hiervoor in één winkel kopen. Vraag dus iemand om je te helpen met de boodschappen.

Recept: moretum

200 gram fetakaas
1,5 eetlepel honing
1,5 theelepel wijnazijn
1 theelepel vissaus
een flinke snuf zwarte peper
4 takjes verse munt
4 takjes venkel
een klein bosje koriander
2 takjes wijnruit
1 takje lavas

(lavas en wijnruit kun je in het tuincentrum vinden bij de eetbare plantjes, maar je mag het ook weglaten. Alle andere dingen kun je in de supermarkt kopen)

En hier volgt de manier waarop je het zelf kunt maken:

Brokkel de **fetakaas** in stukjes.
Haal de blaadjes van de **munt, venkel, wijnruit, lavas** en **koriander** af. De takjes gooi je weg. Maak alle blaadjes klein door ze te hakken of te snijden.
Doe alle kruidenblaadjes samen met de **honing**, de **witte wijnazijn**, de **vissaus** en de **zwarte peper** bij de **fetakaas**.

Meng alles goed door elkaar tot je een mooie lichtgroene massa hebt. Dit kun je op z'n Romeins doen in een vijzel of een kom. Maar als dat te lang duurt, vraag dan iemand om te helpen met een staafmixer.

Het is heel erg lekker (en typisch Romeins!) op een stukje brood.

Eet smakelijk!!

Weetje:

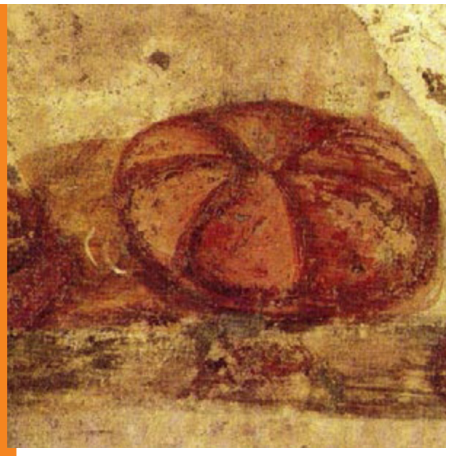
Gladiatoren, dat zijn sterke mannen die met elkaar vochten in een arena, aten veelal vegetarisch.

4. Hoe weten we dit allemaal?

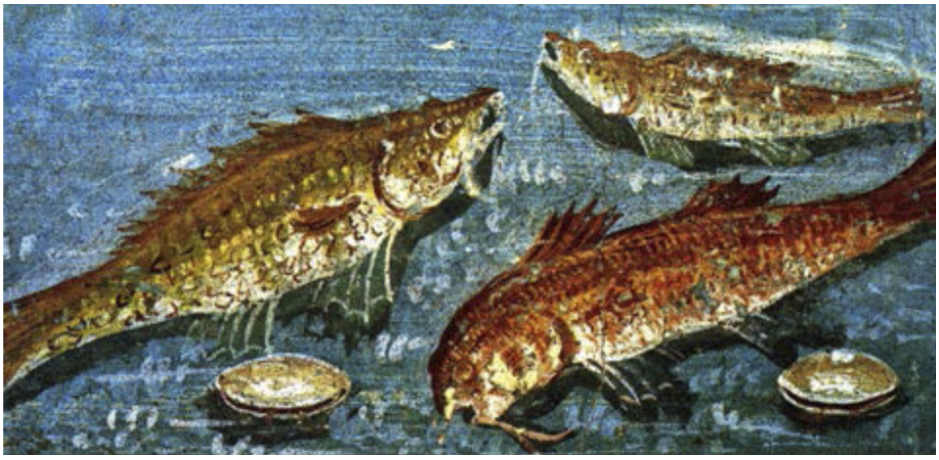
We weten nu best veel over het eten en de eetgewoonten van de Romeinen. Maar hoe weten we dit eigenlijk allemaal? Dat weten we uit bronnen. Daar kun je informatie uit halen.

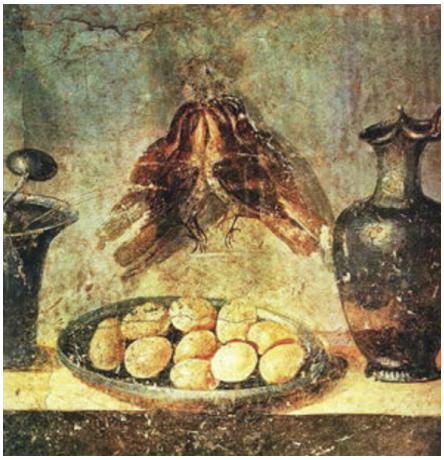
Een bron is bijvoorbeeld de *geschreven bron*. Dat zijn verhalen en teksten die opgeschreven zijn, zoals het kookboekje van Apicius. De Romeinen hebben heel erg veel opgeschreven. Door dit te lezen weten we veel over het eten in de Romeinse tijd. Maar door alleen teksten te lezen weet je natuurlijk niet alles.

Er zijn ook *ongeschreven bronnen*, zoals tekeningen en *fresco's*. Fresco's zijn een soort schilderijen die op de muur worden geschilderd. Hier zie je er een paar over eten bij de Romeinen.



16. Als je deze fresco's bekijkt, wat weet je dan over het eten van de Romeinen?





De archeoloog

Naast schilderingen zijn er meer ongeschreven bronnen. Heel veel informatie weten we door onderzoek van archeologen. Heb je wel eens een echte archeoloog aan het werk gezien? Archeologen onderzoeken sporen in de grond om meer over onze geschiedenis te weten te komen.

Hierbij gebruikt een archeoloog verschillende gereedschappen zoals een graafmachine en een schep. En als ze iets vinden dat kwetsbaar is, zoals een glas of een mooi stukje aardewerk, gebruiken ze een troffel en een kwast. Alles wat ze vinden wordt gefotografeerd en daarna in een zakje gedaan. Daarna wordt het goed schoongemaakt en als het stuk is weer aan elkaar geplakt. De bijzondere vondsten gaan vaak naar een museum.

Maar niet alleen de spullen die in de grond zitten zijn belangrijk voor een archeoloog. Ook de verschillende lagen in de grond en verschillende kleuren aarde vertellen een verhaal.

Door alle voorwerpen, de verkleuringen in de grond en bijvoorbeeld de resten van gebouwen ontdekken archeologen hoe de mensen vroeger leefden. Zo weten we bijvoorbeeld hoe de huizen er vroeger uit zagen, welke spullen ze gebruikten en wat ze aten.

Stukje van een Romeinse wrijfschaal

Verkleuringen in de grond

17. Zou een archeoloog ook etensresten uit de Romeinse tijd kunnen vinden denk je? Zo ja, welke?

18. Hoe weten archeologen dat bepaalde vondsten op een plek uit de Romeinse tijd afkomstig zijn en niet uit de Middeleeuwen bijvoorbeeld? Zet achter ieder antwoord of het goed of fout is.

	goed	fout
Door te kijken naar andere opgravingen die in de buurt zijn gedaan		
Door heel diep in de grond te graven		
Als er een Latijnse tekst op een gevonden voorwerp staat		
Als ze een munt vinden met een afbeelding van een Romeinse keizer		
Als er heel veel voorwerpen worden gevonden		
Als er relmuizen in de buurt zijn		
Doordat ze weten wat typisch Romeinse voorwerpen zijn		
Door te kijken naar andere opgravingen die in de buurt zijn gedaan		
Door testjes te doen in een laboratorium		

Antwoorden

1. Voorbeelden van Romeinse keukens. Lijkt het op de tekeningen?

2. Waarom aten de Romeinen liggend?
Antwoord B. Omdat de Grieken dat ook deden. Veel van wat de Grieken deden vonden de Romeinen chique en namen zij over.

3. Wie zorgden voor de bediening denk je?
Antwoord C. Slaven. In de bediening werkten voornamelijk slaven. Ze dienden het eten op.

4. Aten de Romeinen grote hompen vlees om van te kluiven of juist kleine hapjes denk je? Waarom?
Kleine hapjes. Steunend op één arm kun je moeilijk bewegen en is bestek lastig om te gebruiken.

5. Welk bestek gebruikten de Romeinen aan tafel?
Ze gebruikten alleen een lepel. Soep, pap of een stoofpotje eten uit een kommetje met een lepel is onhandig, maar gaat nog wel. Maar je eten snijden is geen optie. Dus messen werden niet gebruikt aan tafel. Vorken kenden de Romeinen nog niet. Die kwamen pas aan tafel aan het einde van de 16e eeuw. Daarom kwamen er allemaal hapklare gerechtjes op tafel bij de Romeinen.

6. De Romeinen aten als snacks: broodje hamburger, broodje gehaktbal, hotdog.
De Romeinen aten veel broodjes die gevuld werden met eten, zoals vlees, groenten en peulvruchten. Ze maakten van gehakt vlees al ballen (gehaktbal), burgers (hamburger) en vulden er de darmen van varkens mee (worstjes).

7. Wat dronken Romeinse kinderen als ze een hapje gingen eten in de taverne?
Antwoord C. Azijn. Romeinse kinderen kregen vaak een beker wijnazijn aangelengd met water. Het heette 'posca' en was een heel verfrissend drankje. Romeinse soldaten dronken het ook. Ze hadden een veldfles met wijnazijn bij zich en lengden dat in hun drinkbeker aan met water. Azijn kun je heel lang bewaren en het bederft niet.

8. De Romeinen aten veel, maar geen sinaasappels, aardappels, tomaten en chocola? Waarom niet?
Antwoord B. Deze etenswaren komen uit werelddelen die pas later ontdekt zijn.

9. **Waarom stopten de Romeinen relmuizen in een ton?**
In deze ton mestten ze de relmuizen vet. Op de ton zat een deksel, zodat het donker was in de ton. De relmuizen dachten dat het winter was en verkeerden in een permanente winterslaap. Er werd veel eten in de ton gegooid en de relmuizen aten telkens alles op. Ze dachten dat het winter was en aten alles op om te hamsteren. Zo werden ze in korte tijd vet.

10. **Waarom zitten er schapjes in de ton denk je?**
Daar sliepen de relmuizen op voor hun winterslaap.

11. **Waar doen jullie je boodschappen?**
Eigen antwoord.

12. **Fiets je wel eens een blokje om, omdat bijvoorbeeld ergens anders de ijsjes net iets lekkerder zijn?**
Eigen antwoord.

13. **Wat deed Apicius als hij trek had in de lekkerste garnalen?**
Antwoord C. Apicius hoorde dat de grootste garnalen te krijgen waren aan de kust van Libië (Noord-Afrika). Hij stuurde een schip om de garnalen te laten kopen. Toen het schip onderweg was, hoorde Apicius dat het een fabeltje was dat daar de grootste garnalen te krijgen waren en liet hij het schip, dat bijna in Libië was, terug naar huis keren.

14. **Waarom staan er geen echte recepten in het boek van Apicius denk je?**
Antwoord B. Apicius was zelf geen kok. De koks die de gerechtjes maakten, kenden de gerechten uit het hoofd. Bovendien pasten ze de smaken aan, aan de smaak van hun meester.

15. **Kunnen de beroemde koks van nu de smaak van het Romeinse eten van toen precies namaken denk je?**
Nee, want we weten niet hoe de gerechten gesmaakt hebben. Dit komt omdat we de hoeveelheden van de ingrediënten niet weten. Ook zijn er geen gerechten en dus ook geen smaken 2000 jaar lang bewaard gebleven. We kunnen het verleden niet proeven. Net zoals we het niet kunnen ruiken of horen. Iedereen die nu Romeins eten maakt, bedenkt dus zelf hoe het zou kunnen hebben gesmaakt.

16. **Als je deze fresco's bekijkt, wat weet je dan over de Romeinen?**
Op de fresco's staat geschilderd wat de Romeinen aten, bv taart, eieren, vis en fruit.

17. **Zou een archeoloog ook etensresten uit de Romeinse tijd kunnen vinden denk je? Zo ja, welke?**
Ja, soms worden er etensresten gevonden, bijvoorbeeld botjes van dieren of graatjes van vissen. Maar ook zaden, granen en pitten. Eten blijft niet lang bewaard, zeker geen 2000 jaar, dus stukken brood, groente en fruit zul je niet snel meer vinden.

18. **Hoe weten archeologen dat bepaalde vondsten op een plek uit de Romeinse tijd afkomstig zijn en niet uit de Middeleeuwen bijvoorbeeld?**
- Door te kijken naar andere opgravingen die in de buurt zijn gedaan= **goed**
- Door heel diep in de grond te graven= **fout**, soms is de Romeinse laag niet zo heel diep.
- Als er een Latijnse tekst op een gevonden voorwerp staat = **goed**
- Als ze een munt vinden met een afbeelding van een Romeinse keizer = **goed**
- Als er heel veel voorwerpen worden gevonden = **fout**, soms vinden ze heel weinig, maar wel Romeinse voorwerpen.
- Als er relmuizen in de buurt zijn = **fout**, die leven hier niet .
- Door vondsten te vergelijken met voorwerpen in een museum = **goed**
- Doordat ze weten wat typisch Romeinse voorwerpen zijn = **goed**
- Door testjes te doen in een laboratorium = **goed**, daar kun je uitzoeken hoe oud iets is.