

Rezepte

Vorspeise:

Ova elixa (gekochte Einer)

Zutaten:

- 4 Eier
- Öl
- Essig, Salz, Pfeffer und Senf
- frische Kräuter

Zubereitung:

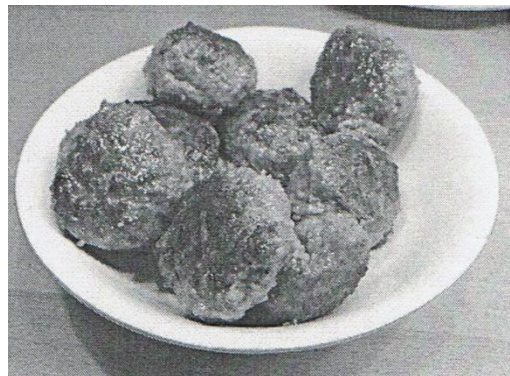
- 4 Eier hart kochen, teile sie, die Dotter herauslösen.
- Die Dotter mit Öl verrühren, sodass eine geschmeidige feste Masse entsteht.
- Die Masse mit einigen Tropfen Essig, Pfeffer und Salz abschmecken.
- Abschließend die Masse in die Eihälften füllen und mit frischen Kräutern garnieren.

Hauptspeise:

Isicia (Frikadellen)

Zutaten für 4 Personen:

- 500g Hackfleisch
- 1 Ei
- 1 Zwiebel
- 1 trockenes Brötchen
- 2 TL Salz
- 1 TL Pfeffer
- 1 TL Senf



Zubereitung (ca. 20 min)

- Brötchen in Wasser einweichen und ausdrücken.
- Zwiebeln fein hacken.
- Zutaten zu einem Fleischteig kneten.
- Frikadellen formen und in der Pfanne braten oder etwa 40 min bei 200° im Backofen garen lassen.

Nachspeise:

Ova sfongia ex lacte (Süßes Omelett mit Milch)

Zutaten:

- 4 Eier
- 0,25l Milch
- 30g Öl
- Honig
- Pfeffer

Zubereitung:

- Die Eier mit der Milch und dem Öl verrühren.
- Etwas Öl in der Pfanne heiß werden lassen und Eiermischung hinzufügen
- Wenn das Omelett auf einer Seite gar ist, stürze es auf einen flachen Teller.
- Nun mit etwas Honig übergießen und mit Pfeffer bestreuen.
- Mit Brot oder Obst servieren.

Ova quattuor, lactis emnam, olei unciam in se dissolvís, ita ut unum corpus facias. In patellam subtilem adicies olei modicum, facies ut bulliat, et adicies imensam quam com parasti. Una parte cum fuerit coctum, in disco vertes, melle perfundis, píper aspargís et inferes.

Originalrezept des römischen Koches Apícíus, der ein Kochbuch (De re coquinaria) veröffentlicht hat.