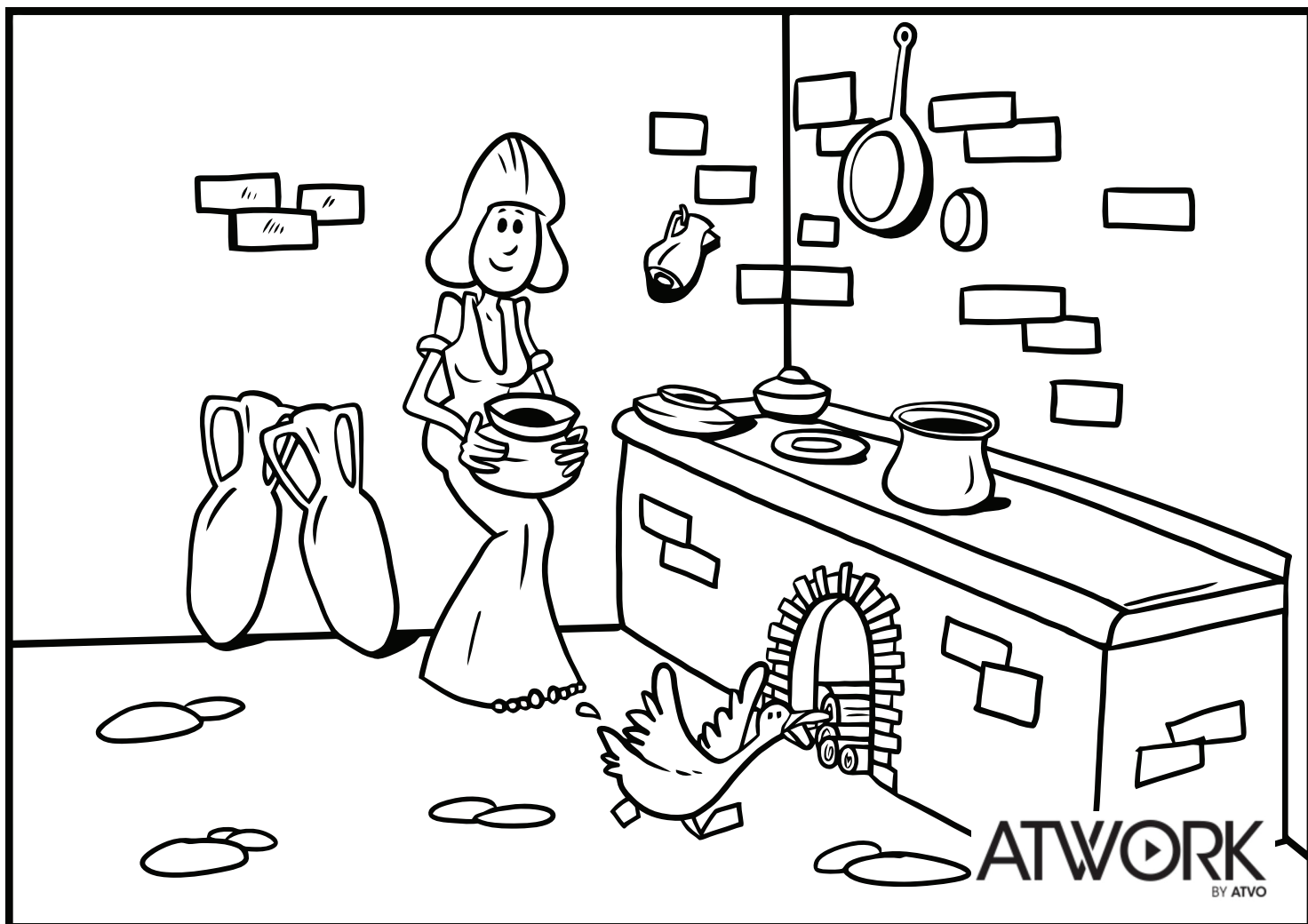




LE CUCINE

Le cucine delle case signorili erano situate nel quartiere dei servi; vi erano dei banconi in muratura ricoperti da piastrelle in terracotta, alti da 1,30 a 1,80 m, sui quali veniva steso un letto di brace e, al di sopra, pentole e casseroles. Sul fondo c'era una nicchia per la riserva di legna. C'era anche il lavello in cui si lavavano piatti e stoviglie con acqua corrente fornita dagli scaldabagni dell'impianto termale; l'acqua sporca veniva convogliata nella fognatura in comune con la vicina latrina; nelle case meno ricche l'acqua piovana era fornita da una cisterna. Quali erano i piatti che si preparavano nelle cucine romane? Esistono vari libri di ricette, il più noto dei quali è la *De re coquinaria*, l'Arte Culinaria, di Marcus Apicius, vissuto tra la fine del 1° sec. a.C. e i primi decenni del 1° sec.d.C., con ben 468 ricette, purtroppo senza dosaggio degli ingredienti: Ecco il nome di qualche ricetta: 'Capretto alla flauto', 'Cosciotto di cinghiale alla Terenzio', 'Zucche alla moda di Alessandria', 'Zucche al pollo con contorno di pesche, datteri e miele'. Indispensabile in quasi tutte le pietanze, che mescolavano dolce e salato, era un condimento liquido a base di interiora o pezzi di pesce, garum, ereditato dalla cucina orientale.

THE KITCHEN

The kitchen of the noble houses were located in the servant's district. On the counters made of bricks (1,30-1,80 metres of height) and covered with terracotta tiles, there was a layer of embers for cooking. At the bottom there was a niche to store firewood. The sink was provided with tap water coming from the boilers of the thermal baths. Dirty water flowed into the sewer of the nearby latrine. In the poorer houses, the rainwater was collected in tanks. Which were the typical dishes of the Roman cuisine? The most famous recipe book is the *"De re coquinaria"* (The culinary art) by Marcus Apicius, who lived between the end of the 1st century BC and the first decades of the 1st century AD. The book collects more than 468 recipes, unfortunately without exact indication of the ingredients. Here there are some recipes: "Goat in the flute manner", "Boar leg in Terenzio's manner", "Pumpkins in Alexandria style", "Chicken-filled pumpkins with peaches, dates and honey". All the recipes that mixed sweet and savoury used the garum, a sauce made of fish entrails derived from oriental cuisine.