

## Küche und Essgewohnheiten zu Teller Zeit

In der mittelalterlichen Literatur finden sich Abhandlungen über grossartige Speisenfolgen, die aufgetischt wurden, um Gäste zu bewirten; dabei muss aber unterschieden werden zwischen dem, was als «Herrenspeisen» oder als «Bauernschmaus» bezeichnet werden kann. Als «Herren» wurden in diesem Zusammenhang Adlige, Landbesitzer, Menschen mit Verfügungsgewalt, Geistliche und Freie bezeichnet. Unter den Begriff «Bauern» fällt in diesem Zusammenhang jeder Arbeiter, der in Abhängigkeit war von seinem Lohnherren oder Lehnsherren, und der auf dem Land arbeiten musste.

Im Gegensatz zum Adel mussten die Bürger und die Bauern genügsam leben. Sie ernährten sich weitgehend von Erzeugnissen aus den Gärten und von Produkten des Ackerbaus. Es gab täglich ein Einerlei von Gersten-, Hirse- oder Haferbrei, je nach Saison angereichert mit Garten- oder Wildgemüse. Nur an Feiertagen wurde geschlachtet, gebraten, gebacken und gekocht. Diese Gerichte allerdings konnten sich durchaus mit denen der gehobenen Stände messen. Diese besondere Küche war oft so verführerisch und lecker, dass auch wir modernen Menschen der Neuzeit gerne solche mittelalterlichen Gerichte ausprobieren und geniessen möchten. In diesem Buch finden sich deshalb eine Vielzahl mittelalterliche Rezepte für den Alltag, aber ebenso viele, welche ursprünglich für festliche Anlässe gedacht waren.

