



UNIONE EUROPEA



REPUBBLICA ITALIANA



REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA  
REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA

# Burg Monreale

Patrimonio culturale  
**SARDEGNA** Virtual Archaeology



## ■ Die Ernährungsgewohnheiten

Der Fund von Gegenständen, die mit der Zubereitung der Speisen in Zusammenhang stehen, im Kontext der Burg Monreale, hat es gestattet, Hypothesen über die Aktivitäten aufzustellen, die im Raum theta ausgeführt wurden, wo ein Kochfeld gefunden wurde, das belegt, dass der Raum als Küche genutzt wurde.

Die Ernährungsgewohnheiten sind einer der interessantesten Aspekte der Kultur und der Zivilisation eines Volkes und einer historischen Epoche. Während des Mittelalters ging Sardinien von einer typisch mediterranen Ernährung wie der römischen, die vor allem auf Getreide, Wein und Öl basierte, ergänzt durch Käse und Fleisch, zu einer Wirtschaft über, die auf der Jagd, dem Fischfang, dem Sammeln von Früchte sowie der Zucht von Schafen und Schweinen basierte.

Die Feuerstelle war ein wesentliches Element für die Zubereitung der Speisen: Hier wurden die Zutaten durch Kochen oder Braten gegart. Dazu wurde Behältnisse aus Terrakotta oder Töpfe aus Kupfer verwendet, die über den Flammen aufgehängt wurden, um Fleisch, Fisch oder Suppen zu garen. Es gab auch Öfen zum Backen von Brot. Fleisch und Fisch wurden unter Salz konserviert.

Die Ernährung der ärmeren Bevölkerungsschichten bestand aus Suppen aus Zerealien und Hülsenfrüchten sowie einer Scheibe Brot, bestrichen mit Pasten, die wenig Fette, Proteine und Vitamine enthielten. Die reicheren Schichten aßen hingegen Wild wie Wildschwein, Reh, Hirsch, Widder, und Hasen, aber auch kleinere Tiere wie Tauben, Rebhühner, Wachteln und Drosseln.



**Abb. 1** - Beispiel einer mittelalterlichen Küche (aus: *Tacuina sanitatis*, 14. Jahrhundert).

Es wurde Weinbau betrieben und es wurden auch Weine aus passierten Trauben produziert; aus dem Most wurde der „Saba“, ein antiker Süßstoff, der bereits in römischer Epoche verwendet wurde und der für die Zubereitung von Süßspeisen verwendet wurde, die auch heute noch zu unserem gastronomischen Erbe gehören, die die (*sas tilicas*).



**Abb. 2** - Mittelalterliche Miniatur, die das Treten der Trauben im Weinberg darstellt (aus: B. MARCHISIO, *La vite, la vigna, il vino nella Bibbia*, Cavallermaggiore-Gribaudo 1999).

Auch die Verwendung von Gewürzen war wichtig, die einerseits verwendet wurden, um den „starken“ Geschmack des Wildbretts zu überdecken, und andererseits auch im Wein, um den zu starken Säuregehalt durch die Zugabe von Honig zu verdecken.

Unter der Herrschaft der genueser Familie Doria fand vor allem in Sassari der Anbau von Kichererbsen Verbreitung, die geröstet und zu Mehl gemahlen wurden.

Während des Mittelalters ändert sich auch die Art und Weise, die Speisen einzunehmen, drastisch: Während der Römer und die Etrusker liegend aßen (Abb. 3), aß man im Mittelalter auch Schemeln oder Bänken sitzend (Abb. 4). In der Mitte des Tisches wurde ein Teller mit den Speisen aufgestellt, von sich die Speisenden direkt mit den Händen bedienten, sowie Behältnisse für Wasser und Wein, dessen Verwendung auch in der Burg Monreale durch einen Krug aus archaischer Majolika belegt wird (Abb. 5).



**Abb. 3** - Szene eines Banketts zur Römerzeit: Eine Dienerin bringt die Speise der Hausherrin und ihrem Kind, die zusammen mit einem kleinen Hund liegend essen (von <http://dizionario.zanichelli.it/storiadigitale/p/voce/5261/roma-antica#!prettyPhoto>).



**Abb. 4** - Hochzeitsbankett – Miniatur aus der "*Biblia Porta*", XIII sec. – Lausanne, Kantonsbibliothek (von <http://ilpalazzodisichelgaita.files.wordpress.com/2013/10/banchetto-nuziale.jpg>).



**Abb. 5** - Pokal aus archaischer Makolika aus der Burg Monreale, datiert auf das 14. Jahrhundert  
(Foto von Unicity S.p.A.).

## ■ Credits

Vertiefung bearbeitet von Dr. Maria Grazia Arru.

Voruntersuchung von Dr. Valeria Paretta und Dr. Daniele Corda.





UNIONE EUROPEA



REPUBBLICA ITALIANA



**REGIONE AUTÒNOMA DE SARDIGNA**  
**REGIONE AUTONOMA DELLA SARDEGNA**

## La Sardegna cresce con l'Europa



UNIONE EUROPEA

Progetto cofinanziato dall'Unione Europea  
Programma Operativo FESR 2007-2013

FESR - Fondo Europeo di Sviluppo Regionale - Asse I, Linea di Attività 1.2.3.a