

Mag.^a Martina Sieber

studierte die Fächer Latein und Deutsch an der Universität Innsbruck und unterrichtet diese an einem Gymnasium in Vorarlberg.

ISBN 978-3-9503242-6-6

Latein  Forum

Der Verein **Latein Forum** veröffentlicht seit 1987 periodisch in der gleichnamigen Didaktikzeitschrift Beiträge zum Latein-, Griechisch- und Geschichteunterricht.

www.latein-forum.tsn.at
latein-forum@tsn.at

Latein Forum 82

Das Thema Ernährung in der lateinischen Literatur

Martina Sieber

Martina Sieber

Das Thema Ernährung in der lateinischen Literatur von der Antike bis in das Mittelalter



Latein  Forum 82

Martina Sieber

**Das Thema Ernährung
in der lateinischen Literatur
von der Antike bis in das Mittelalter**

Cover: Rekonstruierte Küche im „Haus des Lucius“, Archäologischer Park Carnuntum (Foto: Matthias Kabel)

ISBN 978-3-9503242-6-6

Impressum:

Latein Forum (gegründet 1987),
Verein zur Förderung der Unterrichtsdiskussion,
c/o Institut für Klassische Philologie der Universität Innsbruck, Langer Weg 11, A-6020 Innsbruck

Die Zeitschrift Latein Forum wird in Innsbruck seit 1987 von einem LehrerInnen-Team herausgegeben. Sie stellt praxisorientierte Unterrichtsideen und -materialien zur Diskussion und versammelt wissenschaftliche Beiträge auf dem Gebiet der Didaktik der Alten Sprachen.

Kontaktadresse:
latein-forum@tsn.at
www.latein-forum.tsn.at

Redaktionsteam: Christine Leichter, Harald Pittl, Michael Sporer, Reinhard Senfter, Otto Tost

Bankverbindung: Hypo Tirol Bank (BLZ 57000), Kontonummer: 210 080 477
Bitte bei Auslandsüberweisung angeben: IBAN AT22 5700 0002 1008 0477, BIC HYPTAT22

Latein Forum 82 / 2014

Vorwort

In der Einleitung zu ihrer Diplomarbeit, die hier nun in für den Druck im Latein Forum aufbereiteter Form vorliegt, regt Martina Sieber zum Austausch von Unterrichtsmaterialien und damit zur gegenseitigen Inspiration zwischen Lehrerinnen und Lehrern an. Ein Ansinnen, dem das Latein Forum und mit ihm seine Autorinnen und Autoren seit vielen Jahren nachkommen – ein ideales Medium also für die Publikation der vorliegenden Arbeit.

Bekanntermaßen eignen sich Themen, die einen Bezug zur lebensweltlichen Realität von Schülerinnen und Schülern aufweisen, wie etwa Liebe, Freundschaft, Schulalltag, Inter-Spezies-Beziehungen, Schönheitsideale und andere, *idealiter* dazu, die intrinsische Motivation der Lernenden zu fördern. Wie auch das Latein Forum bereits in zahlreichen seiner Ausgaben gezeigt hat, gibt es eine Fülle von lateinischen Texten von der Antike bis zur Neuzeit, die sich genau dafür anbieten.

So können auch das von der Autorin gewählte Thema und seine kreative und gleichzeitig sorgsame Aufbereitung für den Unterricht wesentliche Anziehungspunkte bieten, um die Schülerinnen und Schüler für lateinische Texte zu interessieren, in denen sich die verschiedenen Aspekte antiker Essgewohnheiten spiegeln und die zu einem Vergleich mit heutigen Ernährungsformen einladen.

Gleichzeitig kann, wie auch von Martina Sieber intendiert, die Beschäftigung mit diesem Thema Schülerinnen und Schüler zu einer kritischen Hinterfragung der eigenen Ernährungsweise anregen und so für eine gesunde Lebensweise sensibilisieren.

Ao. Univ.-Prof. Mag. Dr. Gabriela Kompatscher Gufler
Institut für Sprachen und Literaturen /
Abteilung Gräzistik und Latinistik
Universität Innsbruck

1. Inhaltsverzeichnis

1. Einführung.....	3
1.1 Aufbau	3
1.2 Ziele dieser Diplomarbeit	4
1.3 Umsetzung im Unterricht	7
2. Altertumswissenschaftliche Hintergründe	9
2.1 Allgemeine Informationen über Ernährung	9
2.1.1 Welche Mahlzeiten gab es?	10
2.1.2 Wo und wie wurde gegessen?	11
2.1.3 Wo und wie wurde gekocht?	13
2.1.4 Welche Lebensmittel standen zur Verfügung?	14
2.1.5 Welche Getränke waren bekannt?	16
2.2 Fachdidaktische Umsetzung mit Einleitung in das Modul 'Ernährung'	17
2.2.1 Erste Unterrichtsstunde	17
2.2.2 Zweite Unterrichtsstunde	19
3. Überblick über lateinische Originaltexte zum Thema Ernährung.....	33
3.1 Fachschriftsteller	34
3.1.1 Cato	34
3.1.2 Celsus.....	34
3.1.3 Apicius	36
3.1.4 Anthimus	39
3.1.5 Benedikt von Nursia	41
3.1.6 Hildegard von Bingen	43
3.2 Lyriker und Epiker	44
3.2.1 (Pseudo-)Vergil	45
3.2.2 Horaz	46
3.2.3 Petron	48
4. Das Thema Ernährung in der lateinischen Literatur: Eine fachdidaktische Bearbeitung. 50	
4.1 Das Thema Ernährung in der Fachschriftstellerei	50
4.1.1 Dritte und vierte Unterrichtsstunde	50
4.1.2 Fünfte Unterrichtsstunde.....	56
4.1.3 Sechste Unterrichtsstunde	60
4.1.4 Siebente Unterrichtsstunde	61
4.1.5 Achte und neunte Unterrichtsstunde	70
4.2 Das Thema Ernährung in literarischen Aufarbeitungen	71
4.2.1 Zehnte Unterrichtsstunde	71
4.2.2 Elfte Unterrichtsstunde	77
4.2.3 Zwölfte Unterrichtsstunde	81
5. Schlussbemerkung	82
6. Abbildungsverzeichnis.....	84
7. Literaturverzeichnis.....	85
Primärliteratur.....	85
Sekundärliteratur	85
Internetquellen	87

1. Einführung¹

Als Erstes möchte ich das Wesen und die Ziele dieser Arbeit erläutern, um Unklarheiten oder Missverständnisse schon zu Beginn aus dem Weg zu räumen. Die vorliegende Diplomarbeit hat nämlich einen fachdidaktischen Charakter und ist eigens dafür konzipiert, das Thema Ernährung im Lateinunterricht behandeln zu können. Demgemäß erhebt diese Arbeit keinen Anspruch auf eine vollständige und ganzheitliche Darstellung des Themas Ernährung in der lateinischen Literatur von der Antike bis in das Mittelalter. Vielmehr zeigt sie anhand von ausgewählten Textstellen aus den genannten zwei Epochen Beispiele für Ernährung, Essen und Trinken und nennt Vorschläge für die Bearbeitung dieser Themen im Lateinunterricht.

1.1 Aufbau

Die Arbeit gliedert sich mit dieser Einführung als erstem Kapitel in vier Teile. Im zweiten (2. Altertumswissenschaftliche Hintergründe) soll eine Grundlage dafür geschaffen werden, um das Thema Ernährung in der Antike und im Mittelalter den SchülerInnen im Unterricht näherbringen zu können. Somit geht es hier um grundlegende Fakten und Details, zum Beispiel, wo und wie gegessen wurde, welche Nahrungsmittel es gab, und andere Informationen bezüglich der Ernährung. Auch schon diesem ersten Teil hänge ich einen kurzen fachdidaktischen Teil an und zeige eine Möglichkeit auf, wie dieses eher theoretische Wissen in der Schule vermittelt werden könnte.

Im dritten Teil (3. Überblick über lateinische Originaltexte zum Thema Ernährung) wird ein Überblick darüber gegeben, welche Texte der lateinischen Literatur bei der Betrachtung der Ernährung relevant sind und für den Lateinunterricht herangezogen werden könnten. Weiters stelle ich hier die Texte vor, die ich für das vierte Kapitel ausgewählt habe, und erläutere, warum es ausgerechnet diese Texte in die engere Wahl geschafft haben.

Der vierte Teil (4. Das Thema Ernährung in der lateinischen Literatur: Eine fachdidaktische Bearbeitung) bildet den Hauptteil dieser Arbeit. Hier präsentiere ich die lateinischen Originaltexte, die sich gut zur Behandlung des Themas Ernährung im Lateinunterricht eignen, in solcher Weise, wie sie den SchülerInnen vorgelegt werden könnten, und bette sie in einen Unterrichtskontext ein. Dabei strebe ich einerseits eine möglichst detaillierte Unterrichtsplanung an, andererseits möchte ich bewusst Freiräume eröffnen, um den Lehrpersonen, die

¹ Der Inhalt dieser Latein-Forum-Ausgabe wurde als Diplomarbeit bei Frau Prof. Gabriela Kompatscher (Mitbetreuer Mag. Simon Zuenelli) im Dezember 2012 am Institut für Sprachen und Literaturen der Universität Innsbruck eingereicht.

meine Arbeit für ihren Unterricht verwenden, genügend Gestaltungsfreiheit und -möglichkeit zu gewährleisten und sie nicht einzuschränken.

Um die für das Modul benötigten Materialien einfach finden zu können, möchte ich noch darauf hinweisen, dass die Kopiervorlagen zu den einzelnen Unterrichtsstunden direkt den Erklärungen zu diesen folgen und mit einer Umrahmung gekennzeichnet wurden.

1.2 Ziele dieser Diplomarbeit

Die vorliegende Diplomarbeit strebt im Grunde drei Ziele an:

- Damit nicht nur ich, sondern auch andere Personen einen Nutzen aus meiner Beschäftigung mit dem Thema Ernährung ziehen können, schreibe ich meine Arbeit für Lehrpersonen des Unterrichtsfaches Latein. Da die Vorbereitungen des Unterrichts einen nicht unerheblichen Teil des Lehrberufes ausmachen – vor allem natürlich für JunglehrerInnen – und ich die Erfahrung gemacht habe, dass unter FachkollegenInnen nur selten ein Austausch von Materialien stattfindet, möchte ich mit dieser Arbeit einen Anteil zur Verbesserung dieser Situation beitragen. Es wäre wünschenswert, dass das gegenseitige Ausleihen von beispielsweise besonders aufwendig hergestellten oder bereits erprobten Materialien keine Ausnahmen mehr darstellt und sich die Lehrpersonen gegenseitig mit ihren Ideen bereichern. Durch den verminderten Vorbereitungsaufwand jedes/jeder Einzelnen käme es zu zeitlichen Einsparungen und die gewonnenen zeitlichen Ressourcen könnten in andere schulische Angebote, die die heutige Zeit erfordert, investiert werden (Aufgabenbetreuung, Mittags- und Nachmittagsbetreuung, Förder- und Leistungskurse etc.).
- Angesichts der Tatsache, dass ein Viertel aller österreichischen SchülerInnen übergewichtig ist² (siehe Seite 6), ist es ein weiteres Ziel dieser Arbeit, das Thema Ernährung auch in solchen Unterrichtsfächern zu behandeln, in denen es wahrscheinlich nicht vermutet werden würde – obwohl dieses Thema auch im Lehrplan genannt wird (siehe 1.3). Dabei wird angestrebt, dass sich die SchülerInnen kritisch mit ihrer eigenen Ernährung auseinandersetzen und sich unweigerlich die Frage stellen, was unter 'gesunder Ernährung' verstanden werden kann.

Die Themenbereiche rund um die Ernährung – man bedenke zum Beispiel die vielen Diskussionen um 'gesunde' versus 'ungesunde' und 'richtige' versus 'falsche' Ernährung –

² vgl.: Elmadfa (2012): S. 36

sind allgegenwärtig und sollten deswegen auch in der Schule nicht auf den Biologieunterricht reduziert werden, ebenso wie die Verantwortung für die Ernährung der SchülerInnen nicht ausschließlich auf das elterliche Zuhause geschoben werden kann. Kinder sind in ihrer Schulzeit schon von den Essgewohnheiten ihrer Familie geprägt und deswegen ist es dann umso wichtiger, dass die schulische Ausbildung die Kinder/Jugendlichen zur kritischen Betrachtung ihrer bereits angeeigneten Essgewohnheiten anregt.

Die heutige Zeit ist in den Industrieländern von Überfluss an Nahrung gekennzeichnet und ein Großteil der Lebensmittel ist mit Zusatzstoffen versehen, deren Namen ein/e durchschnittliche/r Bürger/in nicht einmal aussprechen kann – oder überhaupt kennt. Im Zeitalter von Discountern und Fast-Food-Ketten, die sich gegenseitig mit den niedrigsten Preisen in den Konkurrenzkampf jagen, ist es unumgänglich, die SchülerInnen für das Thema Ernährung zu sensibilisieren, um ihnen einen bewussten Umgang mit Lebensmitteln zu ermöglichen. Dass dies im jetzigen Schulsystem nur unzureichend gelingt, beweist der im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit im September 2012 erschienene *Österreichische Ernährungsbericht 2012*. Laut diesem sind in Österreich rund 40% der Erwachsenen (18 bis 64 Jahre) übergewichtig³, davon ca. 12% adipös⁴. Bei den 7- bis 14-jährigen SchülerInnen seien 24% übergewichtig⁵, davon 7,3% adipös⁶ – man halte sich vor Augen, dass somit jede/r vierte Schüler/in zu viel Gewicht auf die Waage bringt. Dies stellt ein ernst zu nehmendes Problem dar. So merkt auch der Bundesminister für Gesundheit, Alois Stöger, an, dass „die richtige Ernährung ein Grundpfeiler der Gesundheit“⁷ ist.

Die Zahlen des *Österreichischen Ernährungsberichtes 2012* zeigen, dass das Thema Ernährung nicht den Eltern alleine überlassen werden kann, sondern auch die Schulen Initiative ergreifen müssen. Dies könnte einerseits durch das Aufgreifen dieses Themas in den einzelnen Unterrichtsfächern geschehen, andererseits könnte die Ernährung auch direkt durch das Einführen gesunder Jausenangebote in der Schule beeinflusst werden. Erste Schritte in diese Richtung hat der Bundesminister für Gesundheit Alois Stöger be-

³ vgl.: Elmadfa (2012): S. 5

⁴ vgl.: ebenda: S. 5

⁵ vgl.: ebenda: S. 36

⁶ vgl.: ebenda: S. 36

⁷ vgl.: ebenda: Vorwort des Bundesministers [o.S.]

reits getan und die Initiative 'Unser Schulbuffet'⁸ ins Leben gerufen (vgl. auch 'Cool is(s)t gesund'⁹).

Diese Diplomarbeit soll also einen Beitrag dazu leisten, dass das Thema nicht nur in seinem üblichen Kontext – dem Biologieunterricht – eine Rolle spielt, sondern ebenso in anderen Fächern seinen Platz bekommt.

- Weiters wird mit der Unterrichtsvorbereitung dieser Arbeit eine Kompetenz gefördert, die im Lateinunterricht großgeschrieben wird: die interkulturelle Kompetenz. Kuhlmann (2009) definiert diese Kompetenz als ein Ziel des Lateinunterrichts:

*Das Eintauchen in eine fremde Denkwelt durch das Medium lateinischer Originaltexte sowie die vertiefte Kenntnis einer fremden Kultur fördert die Fähigkeit, eigene Standpunkte in Frage zu stellen und die eigenen Lebensbedingungen durch den Vergleich kultureller Unterschiede kritisch zu reflektieren.*¹⁰

Durch die Beschäftigung mit der Ernährung in älteren Kulturen und den Vergleich mit den zeitgenössischen Gegebenheiten lernen die SchülerInnen die (Ess-)Gewohnheiten ihres Umfeldes und auch ihre eigenen kritisch zu überdenken. Dabei sollten sie versuchen, die kulturellen (und zeitlichen) Unterschiede nicht zu Ungunsten der fremden Kultur zu bewerten, sondern sie als alternative Möglichkeit zu betrachten. Anhand des Themas Ernährung in der römischen Kultur werden die SchülerInnen erkennen, dass die eigenen kulturellen Prägungen nicht als das 'Maß aller Dinge' zu sehen sind, und können daraus eine größere Akzeptanz gegenüber anderen Kulturen entwickeln.

Gerade die Arbeit an der Akzeptanz spielt heutzutage eine wichtige Rolle: Laut *Statistik Austria* lag am Stichtag 01. Jänner 2012 der Anteil der in Österreich lebenden MigrantInnen bei 11,5%¹¹. Dieser hohe Anteil von BürgerInnen mit Migrationshintergrund erfordert es, dass Kinder und Jugendliche an Fremdartiges gewöhnt werden und damit umgehen können. Der Lateinunterricht könnte somit unter der Berücksichtigung der Interkulturellen Kompetenz auch innerhalb Österreichs zur Verbesserung des gegenseitigen Verständnisses zwischen den verschiedenen Ethnien beitragen.

⁸ vgl.: <http://unerschulbuffet.at/> [03.10.2012 18:11]

⁹ vgl.: <http://www.coolisstgesund.at/> [03.10.2012 18:16]

¹⁰ Kuhlmann (2009): S. 17

¹¹ vgl.: http://www.statistik.at/web_de/statistiken/bevoelkerung/bevoelkerungsstruktur/bevoelkerung_nach_staatsangehoerigkeit_geburtsland/index.html [03.10.2012 20:10]

1.3 Umsetzung im Unterricht

Wie bereits bei 1.2 *Ziele dieser Diplomarbeit* angemerkt, ist diese Arbeit darauf ausgelegt, im Schulunterricht verwendet zu werden. Aufgrund des Themas und der Schwierigkeitsgrade der lateinischen Originaltexte würde ich empfehlen, das Unterrichtskonzept im sechsjährigen Latein in der siebten Klasse der Oberstufe (ca. 16- und 17-jährige SchülerInnen) zu verwenden. Wenn allerdings kleine Änderungen an den Vorbereitungen durchgeführt werden (zum Beispiel mehr Angaben bei den Texten als Hilfestellung), könnte das Konzept auch für das vierjährige Latein in der achten Klasse (17- und 18-jährige SchülerInnen) sinnvoll eingesetzt werden.

Da die Lektürephase des Lateinunterrichts laut dem neuen Lehrplan des *Bundesministeriums für Unterricht, Kunst und Kultur (bm:ukk)* nach Modulen aufbereitet wird¹², ist auch die Unterrichtsvorbereitung zum Thema Ernährung dementsprechend zu verstehen. Dieses könnte als (Teil-)Modul von 'Fachsprachen und Fachtexte'¹³ gesehen und eventuell noch mit Texten aus den Bereichen Naturwissenschaften, Mathematik und Recht ergänzt werden. Die Länge meines geplanten Moduls 'Ernährung' beträgt etwa 12 Unterrichtsstunden und nimmt demnach bei drei Schulstunden pro Woche insgesamt vier Wochen Bearbeitungszeit in Anspruch. Je nach den vorhandenen zeitlichen Möglichkeiten kann durch Änderung der Übungen, Hausaufgaben und Texte das Modul gekürzt oder auch verlängert werden. Um die Möglichkeit der Kürzung zu gewährleisten, gestalte ich das Modul so, dass einzelne Teile (= Unterrichtsstunden) weggelassen werden könnten und das Modul auf diese Weise den individuellen Bedürfnissen der LehrerInnen und SchülerInnen angepasst werden kann.

Das Unterrichtskonzept zum Thema Ernährung ist aber nicht nur bezüglich der Module lehrplankonform, sondern berücksichtigt auch die Bildungsbereiche, die im Lehrplan verankert sind¹⁴:

¹² vgl.: Lehrplan: S. 1

¹³ vgl.: ebenda: S. 3

¹⁴ vgl.: ebenda: S. 1 und 2

Bildungsbereich 'Sprache und Kommunikation':

*Erfassen von komplexen Sprachstrukturen und Textsequenzen; kritische Auseinandersetzung mit Textinhalten; Steigerung der persönlichen Ausdrucksfähigkeit in der Präsentation*¹⁵

Bildungsbereich 'Mensch und Gesellschaft':

*Bewusstmachen der Verantwortung für die eigene Person, die Gesellschaft und die Umwelt; Befähigung zur kritischen Auseinandersetzung mit Werten und Normen der Gesellschaft in ihrer Zeitgebundenheit; flexibler Umgang mit den Herausforderungen im sozialen Kontext*¹⁶

Bildungsbereich 'Gesundheit und Bewegung':

*Kontrastive Betrachtung von Körperlichkeit, Gesundheitsbewusstsein und Lebensstil*¹⁷

Diese Bereiche werden im Modul 'Ernährung' weitgehend behandelt, vor allem der Bereich 'Sprache und Kommunikation' wird durch die Beschäftigung mit den lateinischen Originaltexten gänzlich abgedeckt. Aber auch die anderen zwei genannten Bildungsbereiche ('Mensch und Gesellschaft', 'Gesundheit und Bewegung') kommen in diesem Modul auf ihre Kosten. Die SchülerInnen sollten sich durch die Beschäftigung mit dem Thema bewusst werden, dass sie selbst die Verantwortung für ihre Ernährung und dadurch auch für ihren Körper und ihre Gesundheit tragen. Aber nicht nur für sich selbst tragen sie diese Verantwortung, sondern auch für die Personen in ihrem Umfeld, auf die sie Einfluss ausüben könnten, um somit in der Gesellschaft etwas bewirken zu können. Durch die vergleichende Betrachtung der eigenen Kultur mit der römischen werden die SchülerInnen angeregt, ihre eigenen Gewohnheiten, die die Ernährung und somit auch das Gesundheitsbewusstsein und den Lebensstil betreffen, kritisch zu überdenken.

Zudem hält das Modul 'Ernährung' auch den Anforderungen stand, die von der neuen Reifeprüfung an den Lateinunterricht gestellt werden. Dieses zentralisierte Prüfungsformat wird in den österreichischen AHS im Schuljahr 2014/15 eingeführt¹⁸, worauf die SchülerInnen dementsprechend vorbereitet werden sollten. Um ihnen eine ausgezeichnete Vorbereitung bieten zu können, sollten die SchülerInnen schon in der Lektürephase mit den Übungen und

¹⁵ ebenda: S. 1

¹⁶ ebenda: S. 1

¹⁷ ebenda: S. 1

¹⁸ vgl.: <https://www.bifie.at/srdp> [06.10.2012 10:37]

Arbeitsanweisungen vertraut gemacht werden, die in der neuen Reifeprüfung vorkommen könnten. Das *Bundesinstitut für Bildungsforschung, Innovation & Entwicklung des österreichischen Schulwesens* (bifie) hat dazu auf seiner Homepage einiges an Material veröffentlicht, unter anderem auch eine Hilfestellung für Lehrpersonen zum Erstellen von Schularbeiten im Format der zentralisierten Reifeprüfung ('*Bausteine zum Erstellen von*¹⁹). Einige dieser vorgeschlagenen Bausteine werde ich, wo möglich, in das Modul einbauen, um so zu einer optimalen Vorbereitung der SchülerInnen auf die neue Reifeprüfung beitragen zu können. Dabei sollte aber beachtet werden, dass sich bei der Reifeprüfung die Arbeitsaufgaben nicht wie in diesem Modul auf den Übersetzungs-, sondern auf den Interpretationstext, der nicht schriftlich übersetzt werden muss, beziehen.

2. Altertumswissenschaftliche Hintergründe

In diesem Kapitel wird grundlegendes theoretisches Wissen zum Thema Ernährung dargestellt. Da im Lateinunterricht der Fokus allerdings nicht auf der Vermittlung von Faktenwissen, sondern auf der Arbeit mit Texten liegt, wird dieser Teil eher kurz ausfallen und vor allem die Zeit der Antike behandeln. Nach einer allgemeinen Einführung über die Ernährungsgewohnheiten (2.1 *Allgemeine Informationen über Ernährung*) folgt dessen fachdidaktische Umsetzung in der Schule. Diese fachdidaktische Bearbeitung stellt zudem die Einleitung in das Modul 'Ernährung' dar (2.2 *Fachdidaktische Umsetzung mit Einleitung in das Modul 'Ernährung'*).

2.1 Allgemeine Informationen über Ernährung

Vor diesem Kapitel darf eine Information nicht fehlen: Wie sich auch heute nicht alle ÖsterreicherInnen gleich ernähren und sich auch in unserem relativ kleinen Land regionale und soziale Unterschiede in der Ernährung finden lassen, hat es diese Verschiedenheiten natürlich auch schon im römischen Reich gegeben. Während heute ein/e Angestellte/r aus einem sozial niedrigen Milieu und mit geringem Einkommen nicht tagtäglich Kaviar und Trüffel auf-tischen kann, hatte ein/e einfache/r Bauer/Bäuerin im römischen Reich ebenso nicht die Möglichkeit (also Geld), seinen/ihren Hunger mit teuren Lebensmitteln (zum Beispiel Fleisch) zu stillen – wohingegen die Reichen sich dieses leisten konnten.

Um also den Rahmen dieser Diplomarbeit nicht zu sprengen und den Sinn – die Umsetzung in der Schule – nicht außer Acht zu lassen, wird sich das folgende Kapitel nur auf die wich-

¹⁹ vgl.: <https://www.bifie.at/node/1387> [06.10.2012 11:19]

tigste Informationen konzentrieren und keine Darstellung der Ernährung des römischen Reiches von dessen Anfang bis zu dessen Untergang anstreben.

2.1.1 Welche Mahlzeiten gab es?

In der Regel nahmen die RömerInnen drei Mahlzeiten zu sich: *ientaculum* war das Frühstück, *cena* das Mittagessen (als Hauptmahlzeit) und *vesperna* das Abendessen. Diese drei Mahlzeiten wurden je nach Jahreszeit zu verschiedenen Tageszeiten eingenommen, denn da an Brennstoffen für Beleuchtung gespart wurde, orientierte man sich am Tageslicht. Also wurde nach Sonnenaufgang zuerst gefrühstückt und dann bis zu Mittag gearbeitet. Nachdem das Mittagessen, das in den ersten Jahrhunderten als Hauptmahlzeit galt, beendet worden war, folgte eine Mittagspause, bevor die Arbeit wieder aufgenommen wurde. Die dritte Mahlzeit, das Abendessen, wurde noch vor Einbruch der Dunkelheit eingenommen und spätestens mit Einbruch der Dunkelheit beendet.²⁰

Im dritten vorchristlichen Jahrhundert kam es aufgrund der Ausdehnung des Reiches zu neuen Importen, die einerseits die Nahrungsvielfalt bereicherten, andererseits auch die gewohnte Mahlzeitenfolge veränderten – allerdings hauptsächlich in den höheren Gesellschaftsschichten. Die Hauptmahlzeit (*cena*), die bis dahin am Mittag eingenommen wurde, wurde auf den Abend verschoben und an deren Stelle trat das *prandium*, eine Art zweites Frühstück. Die *cena*, die in den Sommermonaten ungefähr um 16 Uhr und in den Wintermonaten um 14 Uhr begann, wurde aber dennoch immer vor Eintritt der Nacht abgeschlossen, jedoch konnte diese von einer *comissatio* ersetzt oder in eine solche übergeleitet werden. Unter einer *comissatio* wird ein nächtliches Gelage verstanden, bei dem reichlich gegessen und getrunken wurde.²¹

Zur Kaiserzeit fand die Esskultur ihren Höhepunkt und wurde in der Oberschicht dermaßen exzessiv ausgelebt²², dass sich Seneca veranlasst sah zu sagen:

*Vomunt ut edant, edunt ut vomant*²³

Im Mittelalter war ein durchschnittlicher Tag dann nicht mehr von drei, sondern nur noch von zwei Mahlzeiten gekennzeichnet. Das Frühstück wurde weggelassen, dafür das Mittagessen vorverlegt. Dieses wurde nämlich schon zwischen 10 und 11 Uhr am Vormittag eingenommen, zum Abendbrot setzte man sich zwischen 16 und 17 Uhr.²⁴

²⁰ vgl.: Schareika (2007): S. 12

²¹ vgl.: ebenda (2007): S. 14-16

²² vgl.: ebenda (2007): S. 17

²³ Fink (1992): S. 306

²⁴ vgl.: Schubert (2006): S. 245

Allerdings konnte es auch von diesem neuen Brauch Abweichungen geben: Neben Kindern und Kranken war es auch körperlich schwer arbeitenden Menschen (zum Beispiel Bauern) erlaubt, ein Frühstück einzunehmen.²⁵

Erst um 1500 kehrte man dann wieder zu den drei Tagesmahlzeiten zurück. Später wurde es in den höheren Gesellschaftsschichten sogar zur Gewohnheit, vier Mahlzeiten zu sich zu nehmen. Zu diesen vier zählten das Frühstück ('jentamen'), das Frühmal ('prandium'), das Mittagessen ('underimbiz') und das Abendessen ('cena').²⁶

2.1.2 Wo und wie wurde gegessen?

Die Mahlzeiten wurden in der römischen Zeit im Kreise der Familie zu sich genommen. Zur *familia* zählten aber nicht nur Vater, Mutter und Kinder, sondern auch die Sklaven/Sklavinnen. Ursprünglich aßen die Familienmitglieder im Sitzen an einem oder mehreren Tischen, nur der Vater, der das rechtliche Oberhaupt der Familie war, speiste liegend.²⁷

Im zweiten Jahrhundert vor Christus fand eine Annäherung an die Tischsitten der Griechen statt und von da an wurde – zumindest bei Gastmählern der höher gestellten Familien – im Liegen gegessen. Dafür wurden eigens Plätze errichtet, die aus drei aneinandergereihten Liegen bestanden, weswegen das Speisezimmer von nun an 'triclinium' genannt wurde: Denn aus dem griechischen Wort κλίνη (*kline*= Bett/Liege) wurde das lateinische Wort triclinium als Bezeichnung für das Speisezimmer gebildet. Diese drei Liegen waren für höchstens neun Personen geeignet und bildeten eine U-Form, in deren Mitte der Tisch (*mensa*) platziert war.²⁸

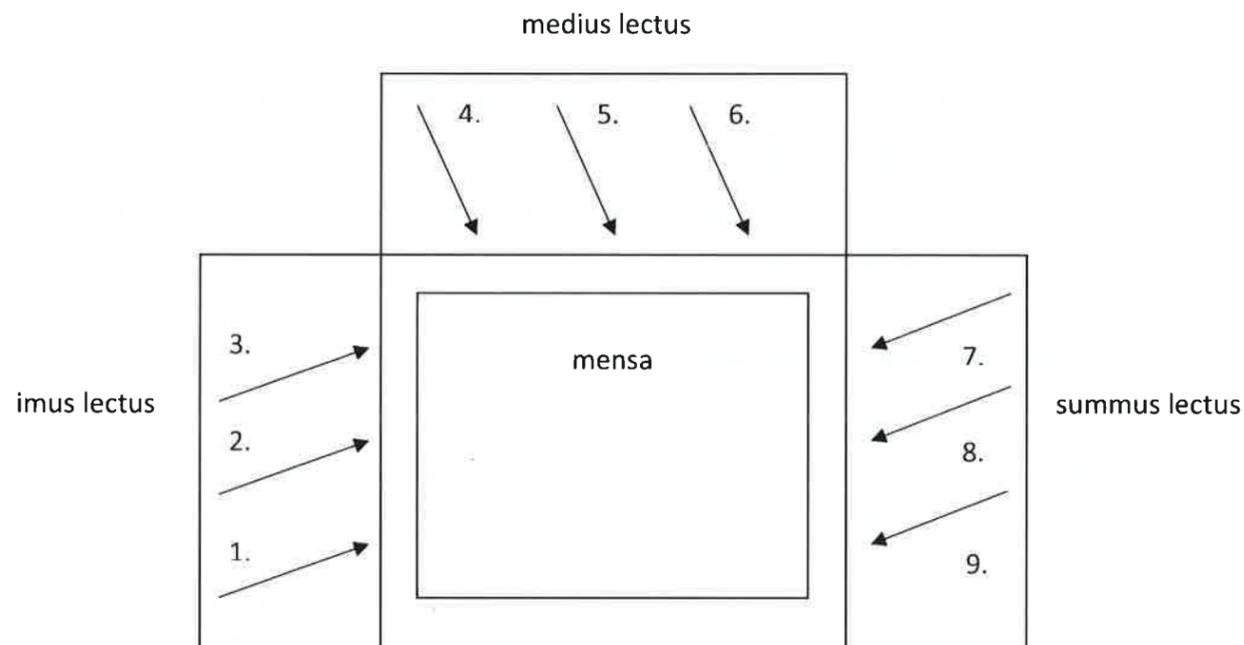
²⁵ vgl.: Laurioux (1992): S. 119

²⁶ vgl.: Schubert (2006): S. 246 und 247

²⁷ vgl.: Schareika (2007): S. 13 und 14

²⁸ vgl.: ebenda (2007): S. 23 und 24

Hier eine Skizze zur Veranschaulichung (vgl. auch Abbildung 2):



Die Gäste lagen leicht schräg (vgl. Pfeile) auf den Liegen, die zur Tischseite hin leicht ansteigend verliefen und höhenmäßig knapp über dem Tisch endeten. Jede Liege war mit Polstern und Kissen bedeckt und bot jeweils Platz für drei Personen, wobei den verschiedenen Plätzen Bedeutungen zukamen: Der linke Platz auf der *medius lectus* (4.) war für den ersten Ehrengast vorgesehen, der äußere Platz auf der *summus lectus* (9.) für den zweiten Ehrengast. Schräg gegenüber dem ersten Ehrengast lag in aller Regel der Gastgeber selber (3.).²⁹

Bevor die Gäste sich zu den Plätzen auf die Liegen begaben, wurden deren Schuhe ausgezogen und die Füße gewaschen. Bei den Plätzen auf dem Tisch lagen Messer, Zahnstocher und Löffel schon bereit, statt der Gabeln wurden einfach die Finger verwendet, weswegen das Händewaschen vor, während und nach dem Essen sehr wichtig war.³⁰

Im Mittelalter wurde dann nicht mehr im Liegen, sondern, wie es auch wir heute zu tun pflegen, im Sitzen gegessen. Die Gabel als Essbesteck war auch in dieser Zeit und bis in das 16. Jahrhundert noch unbekannt, obwohl andere Arten von Gabeln (zum Beispiel Mistgabeln) bereits im Umlauf waren. Wahrscheinlich waren die (Ess-)Gabeln aufgrund ihrer Größe sehr schwierig zu schnitzen oder zu schmieden. Aber auch sonst zeichnete sich das Mittelalter durch karges Vorhandensein von Essgeschirr und -besteck aus. Vor allem im bäuerlichen Milieu fehlten solche Küchenutensilien oft ganz oder waren nur spärlich vorhanden. Nicht

²⁹ vgl.: Siewert (1994): S. 12

³⁰ vgl.: Siewert (1994): S. 12 und 13

nur die Gabel, sondern auch das Messer war als Essbesteck unbekannt und somit wurde nicht nur bei den ärmeren Leuten mit den Fingern gegessen, sondern auch bei den wohlhabenden und sogar am Hof der Fürsten.³¹

2.1.3 Wo und wie wurde gekocht?

Interessant ist nicht nur die Frage, wo und wie zur römischen Zeit gegessen, sondern auch wo und wie gekocht wurde.

In den Häusern der besser situierten Familien, die sich ein eigenes Dach über dem Kopf leisten konnten, gab es extra Räume, die die Funktion einer *culina* ('Küche') erfüllten. Da bei den wohlhabenden Besitzern sich aber nicht die Hausherrn oder -frauen selber an den Herd stellten, sondern diese Aufgabe den Sklaven/Sklavinnen überließen, waren die Küchen meist nur kleine und einfach eingerichtete Räume, die aufgrund der fehlenden Rauchabzugsmöglichkeit sehr dunkel waren. Die Einrichtung beschränkte sich oft auf einen gemauerten Herd und, wenn es in dem betreffenden Haus einen Wasseranschluss gab, einen Wasserabfluss. Wegen nicht vorhandener Hinweise auf Wasserhähne oder ähnliche Vorrichtungen kann man sich die Wasserzufuhr wie bei unseren heutigen Laufbrunnen vorstellen, also permanent rinnend.³²

Dies betrifft die Kochsituation solcher Leute, die sich den Luxus eines eigenen Hauses leisten konnten. Aber wie man sich wahrscheinlich nur unschwer vorstellen kann, konnten damals – wie es auch heute noch der Fall ist – bei Weitem nicht alle BürgerInnen ein Haus ihr Eigen nennen. Vor allem in Städten lebten sehr viele BürgerInnen, die nur die monatlichen Mittel für ein Zimmer oder eine kleine Wohnung in größeren Häusern aufbringen konnten. In einigen dieser mehrstöckigen Häuser gab es zwar auch Küchen und Speisezimmer, jedoch hatten nicht alle MieterInnen das Glück, Zugang zu diesen zu haben. Deswegen gab es, als Ersatz für die gemauerten Herde, transportable Kochstellen. Für materiell besonders benachteiligte Personen, die auch keine solche Kochstelle zur Verfügung hatten, galt wieder eine andere Situation: Sie mussten allmorgendlich auf die Gunst ihres/ihrer Patrons/Patronin hoffen und dort ihr tägliches Mahl oder etwas Geld, für das sie bei StraßenhändlerInnen ein warmes Essen bekommen konnten, erhaschen.³³

Im Mittelalter änderte sich der Standort der Herde: Er war nicht mehr in einem getrennten Raum, einer *culina*, zu finden, sondern im Wohnraum des Hauses. Dort diente er nicht nur

³¹ vgl.: Schubert (2006): S. 254 und 257

³² vgl.: Schareika (2007): S. 32

³³ vgl.: Schareika(2007): S. 33

zum Kochen als Herd, sondern genauso auch als Wärme- und Lichtquelle. Im Gegensatz zu den Herden der römischen Zeit befanden sich die mittelalterlichen direkt auf dem Boden oder sogar in einer Vertiefung des Bodens. Die Küchen der besser situierten Familien unterschieden sich dadurch, dass sie in einem vom Esszimmer getrennten Raum zu finden waren.

2.1.4 Welche Lebensmittel standen zur Verfügung?

Bis ca. 300 vor Christus war das römische Leben stark vom Ackerbau geprägt. Demnach ist es nicht verwunderlich, dass sich die Menschen in ihrer Ernährung stark am Ackerbau orientierten und deren Nahrungsmittel zu einem großen Teil aus Getreide bestanden. Oft gilt die Gerste als die älteste Getreideart der RömerInnen, wie auch der GriechInnen, manchmal aber auch das *far*, das mit 'Dinkel' oder 'Emmer' zu übersetzen ist. Erst später wurden Gerste, Dinkel und Emmer vom Weizen verdrängt. Daneben gab es noch die seltener angebauten Getreidesorten Hirse, Hafer und Roggen. Aufbewahrt wurde das Getreide in Gruben oder Schächten, um durch eine Einschränkung von Licht- und Luftzufuhr die Haltbarkeit zu verlängern. Bevor das Getreide zum Verzehr bereit war, musste es noch zerkleinert werden: Dies geschah anfangs in Mörsern, dann mit Hilfe von Steinmühlen (siehe Abbildung 1), die von Hand angetrieben werden mussten, später gab es auch größere von Sklaven oder Tieren betriebene Mühlen und Wassermühlen.³⁴

Das gemahlene Getreide wurde zu einem Brei verarbeitet, der '*puls*' genannt wurde und sehr lange das Hauptnahrungsmittel der einfachen Menschen war. Das Getreide wurde dazu mit Wasser oder Milch aufgekocht und mit Salz gewürzt. Dieser Brei wurde meist mit verschiedenem Gemüse als Hauptmahlzeit zu Mittag gegessen. Neben dem *puls* war auch der Fladen ('*libum*') ein beliebtes Nahrungsmittel. Er gilt als eine frühe Form des Brotes, das es zu dieser Zeit noch nicht gegeben hat.³⁵

Zu den weiteren wichtigen Nahrungsmitteln zählten Milch, Käse, Hülsenfrüchte, Rüben, Zwiebeln, Knoblauch und andere Gemüsesorten. Bekannte Obstsorten waren unter anderem Äpfel, Quitten, Feigen, Birnen und Granatäpfel. Wie aus dieser Aufzählung der Hauptnahrungsmittel schnell zu erkennen ist, gehörte Fleisch nicht zu den wichtigen Lebensmitteln der alten RömerInnen. Der Verzehr von Fleisch war selten und den Feiertagen vorbehalten.³⁶ Außerdem wurden schon sehr viele Gewürze verwendet, um die Gerichte schmackhafter zu machen. Es sind über 80 verschiedene Würzstoffe bekannt, die teilweise noch in den heuti-

³⁴ vgl.: Bommer (1943): S. 42, 43, 44 und 45

³⁵ vgl.: ebenda (1943): S. 45 und 46

³⁶ vgl.: ebenda (1943): S. 47, 48 und 49

gen Küchenregalen zu finden sind, neben Salz und Pfeffer zum Beispiel auch Basilikum, Kardamom, Lorbeer, Minze, Safran und Senf.³⁷

Im dritten Jahrhundert vor Christus begann sich die Situation im römischen Reich zu ändern. Das Reich dehnte sich aus und es wurden neue Kontakte mit anderen Kulturen geknüpft, durch die es zu einem kulturellen Austausch kam. Es wurden fortlaufend neue Nahrungsmittel importiert, die besonders in den gehobenen Gesellschaftsschichten zu neuen Ernährungsgewohnheiten führten. Ausgefallene Speisen waren eine Möglichkeit, Prestige zu erlangen und seinen Reichtum zur Schau zu stellen, und es standen immer mehr Luxusgüter auf dem Speiseplan – zum Beispiel Pfaue.³⁸

In dieser Zeit wurde das römische Reich immer mehr von den griechischen Sitten beeinflusst. Das Essen wurde nicht mehr im Sitzen, sondern im Liegen eingenommen, die Hauptmahlzeit fand nicht mehr am Mittag, sondern am Abend (beziehungsweise Nachmittag) statt. Mit der Macht Roms stiegen gleichzeitig auch der Reichtum und die Lebensqualität. Die einfachen vegetarischen Gerichte (wie der '*puls*') wurden den Ansprüchen der besser situierten Menschen nicht mehr gerecht und wurden von neu importierten und angeseheneren Produkten verdrängt (zum Beispiel von verschiedenen Fleischarten).³⁹

Dieses Streben nach Luxus war im Mittelalter geradezu verpönt: Die Völlerei war eine der sieben Todsünden und das Schmoren in der Hölle als Strafe für die begangene Sünde mussten nicht nur die 'Vielfraße', sondern auch die 'Feinschmecker' befürchten.⁴⁰

Aber wie Ernst Schubert in seinem Werk (*Essen und Trinken im Mittelalter*, 2006) deutlich macht, war das Mittelalter keineswegs eine lukullische Hochzeit. Man solle sich „statt Menschen, denen der Bratensaft nur so in die Bärte träufelte“⁴¹ Menschen mit Haferbrei vorstellen. Durch Skelettfunde wurde herausgefunden, dass viele Menschen an Vitaminmangel starben, was auf unzureichende Ernährung zurückgeführt werden konnte. Die ‚gewöhnlichen Menschen‘ konnten sich im Alltag nicht sattessen, aber auch am Hof Karls des Großen herrschte des Öfteren Angst, dass nicht genügend Nahrung für alle vorhanden sein könnte. Die mittelalterliche Landwirtschaft konnte nicht genug Lebensmittel produzieren – an Vorrat war nicht einmal zu denken – und deswegen war Nahrung teuer, denn ca. 80% eines Familieneinkommens musste für Essen ausgegeben werden. Ein häufig gegessenes (Über-

³⁷ vgl.: Thüry (1999): S. 8

³⁸ vgl.: Thüry (1999): S. 17 und 18

³⁹ vgl.: Bommer (1943): S. 55 und 56

⁴⁰ vgl.: Laurieux (1992): S. 144

⁴¹ vgl.: Schubert (2006): S. 11

)Lebensmittel war im frühen Mittelalter ein Brei aus Eichel- und Blättern der Eberesche, des Haselstrauches und des Weißdornes.⁴²

2.1.5 Welche Getränke waren bekannt?

In der frühen Zeit der Antike war Wasser das am häufigsten vorkommende Getränk, nicht nur bei den armen Leuten, und war zudem die Ausgangsbasis für die meisten anderen Getränke (zum Beispiel Honigwasser und Wein). Der Wein, der, wie es wahrscheinlich jede/r vermuten würde, ebenso ein wichtiges Getränk war, kam lange Zeit eher selten vor und wurde nicht oft getrunken. Erst im Laufe der Zeit prägte sich die Weinkultur aus und die Qualität der Weine wurde dank verbesserter Techniken immer höher. Interessanterweise durften die Frauen in Rom – im Gegensatz zu den etruskischen Frauen – keinen Wein trinken.⁴³

Ein anderes Getränk der römischen Zeit war das Honigwasser. Wie der Name schon verrät, handelte es sich hierbei um Wasser, das mit Honig vermischt und dann entweder fünf Jahre aufbewahrt oder aufgekocht wurde. Das Honigwasser wurde in vergorenem oder unvergorenem Zustand getrunken, denn durch den teilweise hohen Zuckergehalt kam es nicht immer zur Gärung.⁴⁴

Ein Getränk fehlt in dieser Aufzählung jetzt noch: das Bier. Bier war in vielen Gebieten Italiens unbekannt, dafür in den Provinzen (zum Beispiel Gallien) sehr beliebt. Da der Preis von Wein im Vergleich zu Bier doppelt bis viermal so hoch war, ist das Bier auch als der 'Wein der Armen' bekannt.⁴⁵

⁴² vgl.: Schubert (2006): S. 12 und 13

⁴³ vgl.: André (1998): S. 139, 143 und 149

⁴⁴ vgl.: ebenda (1998): S. 153

⁴⁵ vgl.: ebenda (1998): S. 155

2.2 Fachdidaktische Umsetzung mit Einleitung in das Modul 'Ernährung'

In diesem Abschnitt gilt es die Theorie des Kapitels 2.1 *Allgemeine Informationen über Ernährung* in die Fachdidaktik umzusetzen, quasi 'fachdidaktisch zu übersetzen'. Dies stellt die Einleitung in das Modul 'Ernährung' dar und wird nach der vorliegenden Planung zwei Schulstunden in Anspruch nehmen. Durch Weglassen einzelner Teile der Stunden oder Übungen können diese zwei Schulstunden aber auch je nach Gutdünken der Lehrperson auf eine gekürzt werden. Ziel dieser zwei in das Modul einführenden Stunden ist es, eine Grundlage für die Beschäftigung mit dem Thema 'Ernährung' zu schaffen und den SchülerInnen einen ersten Einblick in die Ernährungsweise einer älteren Kultur zu bieten.

Die Unterrichtsstunden werden zuerst anhand einer Stundenplanung vorgestellt, im Anschluss daran folgen genauere Erklärungen zu den einzelnen Teilen der Stunde und die dafür nötigen Materialien als Kopiervorlage.

2.2.1 Erste Unterrichtsstunde

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/Anliegen WARUM?	Medien/Material WOMIT?	Zeit (Min.)
<u>Blindverkostung</u>	freiwilligen SchülerInnen werden die Augen verbunden und sie probieren so eine römische Speise	Einstieg in das Thema Ernährung	mitgebrachtes Essen (z.B. Datteln, Granatäpfel)	20 – 25 Min.
<u>Film</u> über die Ernährung der Römer ⁴⁶	ein Video von Südwestrundfunk (SWR) über die Ernährung der Römer auf YouTube zeigen	Erster Einblick in das Thema	Computer, Internet, Beamer, YouTube	15 Min.
<u>Diskussion</u>	Fragen zum Video stellen, SchülerInnen ihre Eindrücke berichten lassen	Aufarbeitung des Videos	vorbereitete Fragen	10 – 15 Min.

⁴⁶ <http://www.youtube.com/watch?v=44JhpYrOwks> [09.10.2012 10:23]

Blindverkostung:

Als Einstieg in das Modul 'Ernährung' schlage ich eine Blindverkostung vor. Den SchülerInnen wird das Thema auf diese Weise wortwörtlich 'schmackhaft' gemacht und das Interesse dafür geweckt. Zudem soll die Blindverkostung verdeutlichen, dass viele unserer heutigen Nahrungsmittel schon damals bekannt waren und eine lange Tradition haben. Den SchülerInnen, die sich freiwillig für die Verkostung melden können, werden zuerst die Augen verbunden, bevor sie etwas zu essen bekommen und dann zu erraten versuchen, was genau sie im Mund haben. Für dieses Experiment eignen sich solche Lebensmittel besonders gut, die früher zu den häufigsten Nahrungsmitteln zählten (siehe Kapitel 2.1.4 *Welche Lebensmittel standen zur Verfügung?*) und heute einfach zu beschaffen sind. Um den SchülerInnen das Erraten jedoch nicht allzu einfach zu machen, könnten solche Lebensmittel verwendet werden, die nicht auf dem alltäglichen Speiseplan der SchülerInnen stehen. Dazu gehören unter anderem Datteln, Feigen, Granatäpfel und Quitten. Um dieses Repertoire zu vergrößern, könnten noch verschiedene Gewürze als 'Geruchs-Rätsel' miteinbezogen werden (siehe Kapitel 2.1.4 *Welche Lebensmittel standen zur Verfügung?*), die heute zwar noch verwendet werden, mit denen aber dennoch nicht jedes Menü angereichert ist (zum Beispiel Kardamom, Lorbeer, Minze und Safran).

Film:

Um dann den SchülerInnen einen ersten allgemeinen Einblick in die Ernährungs- und Kochgewohnheiten der RömerInnen zu geben, eignet sich ein 15-minütiger Film des Südwestrundfunks⁴⁷. Der Film zeigt nicht nur drei konkrete Kochrezepte, sondern vielmehr auch, wie wir heute über die Esskultur der RömerInnen Bescheid wissen können, wie diese erforscht wird und welche Probleme sich dabei eröffnen.

Falls es im Unterrichtsraum technisch nicht möglich ist, einen YouTube-Film abzuspielen, könnte die Lehrperson im Vorhinein einen anderen Raum (zum Beispiel den EDV-Raum) für diese eine Stunde reservieren. Eine andere Möglichkeit wäre, den SchülerInnen das Ansehen des Filmes eine Unterrichtsstunde vorher als Hausübung aufzugeben und den Film gemeinsam genauer zu besprechen, als es im Zeitrahmen der sowieso vorgesehenen Diskussion getan werden kann.

⁴⁷ vgl.: <http://www.youtube.com/watch?v=44JhpYrOwks> [09.10.2012 10:23]

Diskussion:

Im Anschluss an den Film wird dieser besprochen und die SchülerInnen bekommen die Gelegenheit, ihre bisherigen Eindrücke mitzuteilen. Dabei ist es hilfreich, einige Leitfragen vorzubereiten, für den Fall, dass die SchülerInnen sich nicht von ihrer geschäftigen Seite zeigen.

Mögliche Leitfragen könnten sein:

- Welches Bild hattest du bis jetzt von der römischen Ernährung?
- Deckt sich dieses Bild mit den Informationen aus dem Film?
- Was war dir im Film neu, was hast du bereits gewusst?
- Was ist deine momentane Einschätzung: War die römische Ernährung gesünder oder ungesünder als unsere heutige? Begründe deine Meinung!

Diese Fragen können entweder im Plenum oder vorab in kleineren Gruppen besprochen werden. Das Ziel dabei ist, die im Film genannten Informationen aufzuarbeiten und zu festigen.

2.2.2 Zweite Unterrichtsstunde

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/Anliegen WARUM?	Medien/Material WOMIT?	Zeit (Min.)
<u>Stationenbetrieb</u>	im Klassenzimmer gibt es sechs verschiedene Stationen => die SchülerInnen teilen sich auf diese Stationen auf und im 5-Minuten-Takt wird gewechselt	Kennenlernen der römischen Esskultur	vorbereitetes Material für jede der sechs Stationen	30 – 35 Min.
<u>Nachbauen eines Trikliniums</u>	mit den Tischen im Klassenzimmer stellen die SchülerInnen ein Triklinium nach	genaue Vorstellung, wie die Römer gegessen haben	Tische, Abbildung eines Trikliniums als Vorlage	15 – 18 Min.
<u>Hausübung</u>	als Hausübung sollen die SchülerInnen herausfinden, was man unter 'gesunder Ernährung' versteht bzw. wann ein Produkt als 'gesund' gilt und wann nicht	Vorarbeit für die nächste Stunde	mündlich oder an der Tafel	2 Min.

Stationenbetrieb:

Bei dieser Übung gibt es sechs verschiedene Stationen, die an unterschiedlichen Stellen im Klassenzimmer platziert werden. Die SchülerInnen werden auf die Stationen aufgeteilt und alle fünf Minuten wechseln die Gruppen im Uhrzeigersinn. Dies wird so lange durchgeführt, bis alle Gruppen jede Station besucht haben.

Die Unterlagen für die Arbeitsaufgaben bei den Stationen sind als Kopiervorlagen konzipiert, wobei es sich empfiehlt, die Materialien für die einzelnen Aufgaben zu laminieren, damit sie auch noch für weitere Schulklassen verwendet werden können.

1. Station: Thema 'Essen'**Erklärung:**

Bei dieser Station liegen verschiedene Bilder von Essen auf. Die SchülerInnen sollten sich überlegen, ob das jeweilige Lebensmittel schon in der römischen Zeit bekannt war oder nicht. Zur Überprüfung steht auf der hinteren Seite des Bildes die richtige Lösung.

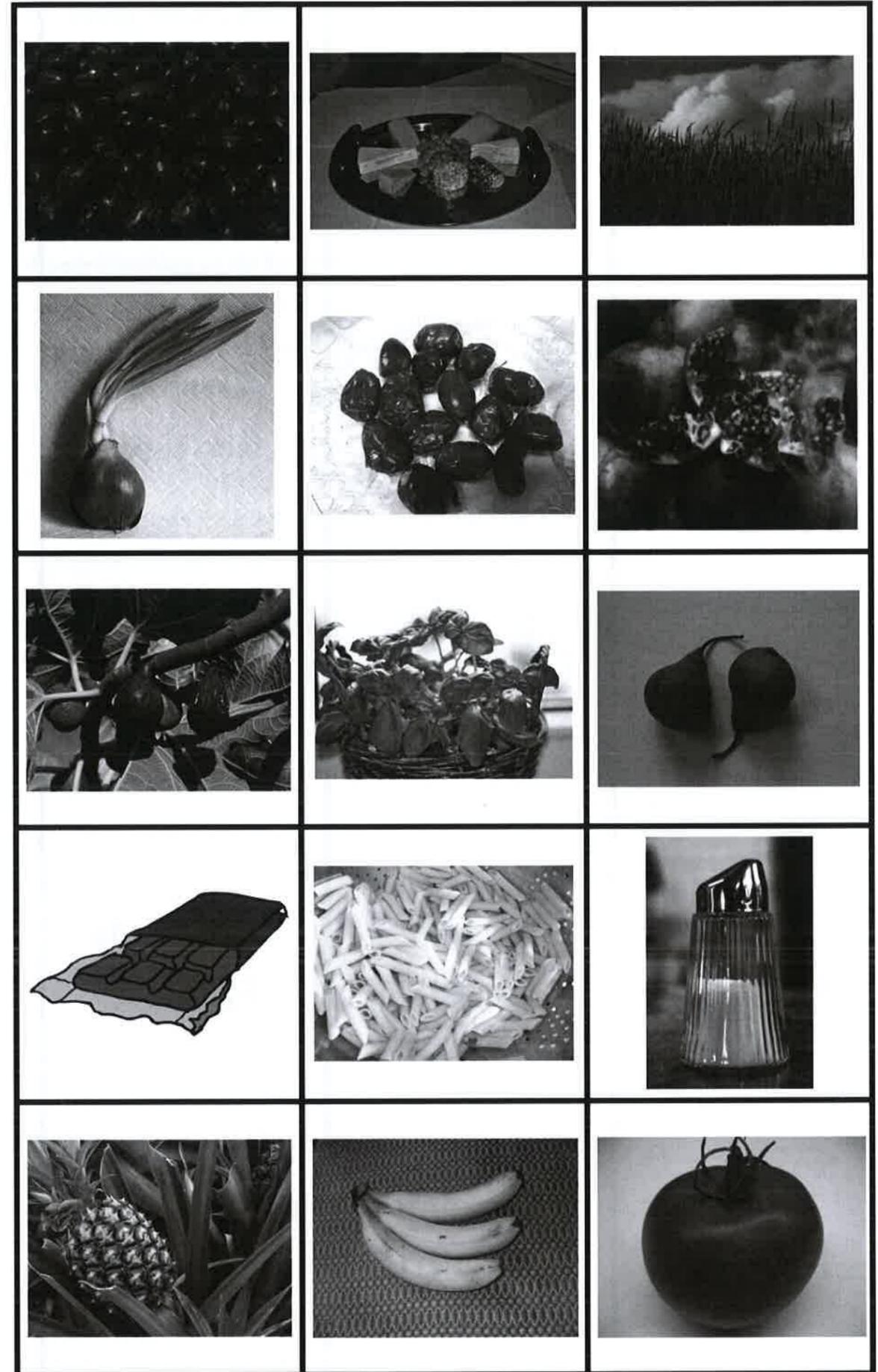
Arbeitsanweisung an die SchülerInnen:

Seht euch die verschiedenen Lebensmittel an und sucht diejenigen heraus, die schon in der römischen Zeit bekannt waren! Am Schluss könnt ihr eure Entscheidungen überprüfen, indem ihr die Kärtchen umdreht.

Unterlagen⁴⁸:

Die für diese Übung nötigen Materialien sind die beiden Raster auf den folgenden Seiten. Diese beiden Seiten werden kopiert (am besten auf starkes Papier), dann zuerst als Ganzes ausgeschnitten und spiegelverkehrt aufeinander geklebt, damit die Lösung auf der Rückseite des jeweiligen Bildes steht. Erst nach dem Zusammenkleben werden die einzelnen Kärtchen auseinandergeschnitten oder vor dem Ausschneiden noch laminiert.

⁴⁸ Quellenangaben: siehe Abbildungsverzeichnis (Anm. der Latein-Forum Redaktion: Die folgenden Vorlagen werden als Download auf der LF-Homepage zur Verfügung gestellt.)



Getreide Richtig!	Käse Richtig!	Bohnen Richtig!
Granatäpfel Richtig!	Datteln Richtig!	Zwiebel Richtig!
Birnen Richtig!	Basilikum Richtig!	Feigen Richtig!
Zucker Falsch!	Nudeln Falsch!	Schokolade Falsch!
Tomate Falsch!	Bananen Falsch!	Ananas Falsch!

2. Station: Thema 'Getränke'

Erklärung:

Diese Station behandelt das Thema Getränke und ist gleich aufgebaut wie die erste. Bei dieser Übung haben die SchülerInnen die Aufgabe, die Getränke herauszufinden, die es bereits in der Antike gegeben hat.

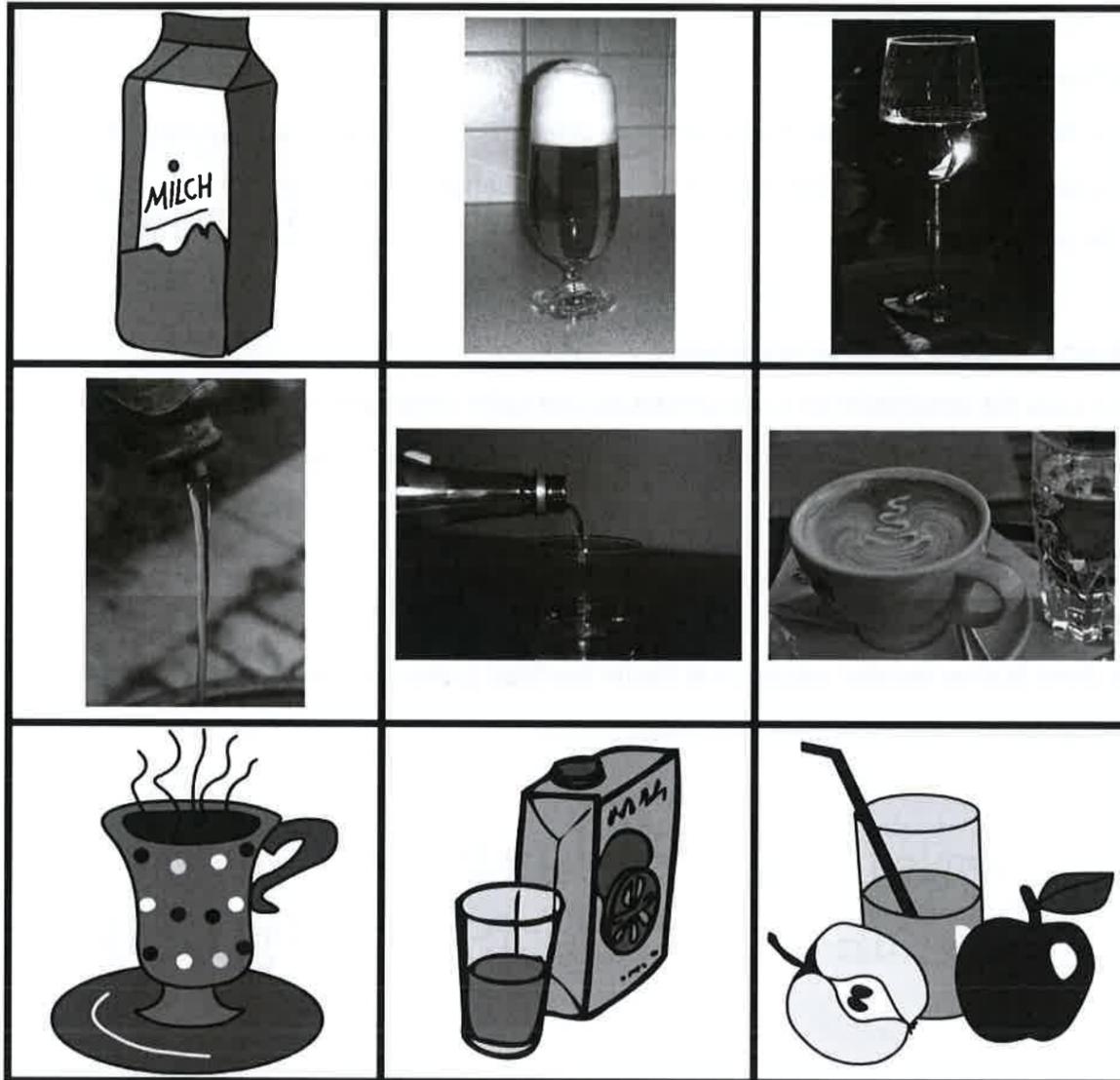
Arbeitsanweisung an die SchülerInnen:

Seht euch die verschiedenen Lebensmittel an und sucht diejenigen heraus, die schon in der römischen Zeit bekannt waren! Am Schluss könnt ihr eure Entscheidungen überprüfen, indem ihr die Kärtchen umdreht.

Unterlagen⁴⁹:

Für diese Station werden wieder zwei Raster benötigt (siehe nächste Seiten), die gleich bearbeitet werden wie die der ersten Station.

⁴⁹ Quellenangaben: siehe Abbildungsverzeichnis



Wein Richtig!	Bier Richtig!	Milch Richtig!
Kaffee Falsch!	Mineralwasser Falsch!	Wasser Richtig!
Apfelsaft Falsch!	Orangensaft Falsch!	Kakao Falsch!

3. Station: 'Was ist das?'

Erklärung:

Bei dieser Aufgabe geht es darum, dass die SchülerInnen (er-)raten, was auf dem vor ihnen liegenden Bild (Abbildung 1) gezeigt wird. Die Abbildung zeigt eine steinerne Handmühle zum Mahlen von Getreide aus dem ersten nachchristlichen Jahrhundert. Da das Bild auf der Rückseite mit einem Informationstext versehen ist, können die SchülerInnen nach einer Ideensammlung ihrerseits die richtige Lösung auf der Rückseite nachlesen.

Arbeitsanweisung an die SchülerInnen:

Seht euch das Bild genau an und überlegt, was der darauf gezeigte Gegenstand sein könnte! Sammelt zuerst einige Vorschläge, dreht das Bild dann um und lest euch den Text auf der Rückseite durch.

Unterlagen:

Hier werden die Abbildung der Handmühle und der Informationstext (nach Kapitel 2.1.4 *Welche Lebensmittel standen zur Verfügung?*) für die Rückseite gebraucht. Diese beiden Teile werden ausgeschnitten, zusammengeklebt und bei Bedarf laminiert.

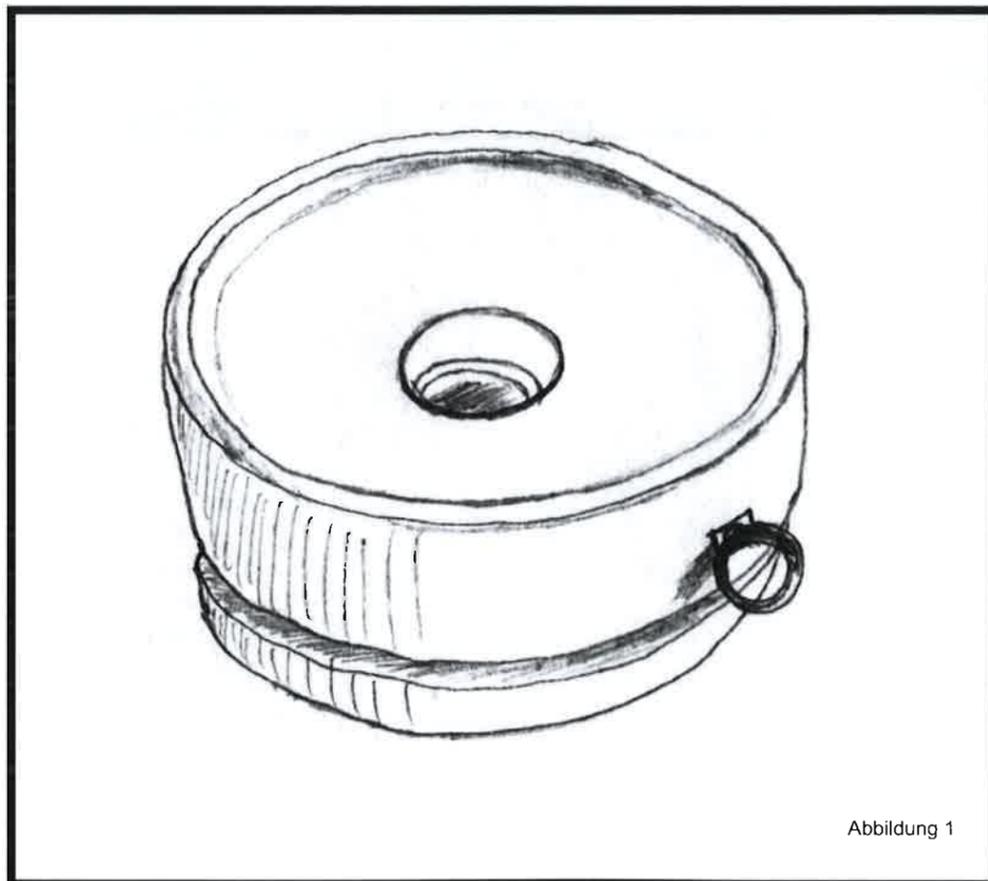


Abbildung 1

Liebe SchülerInnen,
das Bild zeigt eine steinerne Handmühle aus dem 1. Jahrhundert nach Christus. Sie wurde von Hand angetrieben, weswegen sich am Rand diese ringartige Vorrichtung befindet. Erst später hat es Mühlen gegeben, die von Tieren oder mit Wasser angetrieben wurden.
Getreide zählte lange Zeit zu den Hauptnahrungsmitteln in der römischen Zeit. Die RömerInnen haben unter anderem Gerste, Dinkel, Emmer, Hafer, Roggen und später auch Weizen angebaut.
Mit der abgebildeten Mühle wurden Getreidekörner zerkleinert, die dann zu der wichtigsten Speise der Römer verarbeitet wurden: der 'puls' (Brei). Dazu wurde das Getreide mit Wasser oder Milch aufgekocht, gesalzen und mit gekochtem Gemüse als Hauptmahlzeit gegessen.

Was ist das?'

Erklärung:

Diese Aufgabe ist gleich aufgebaut wie die dritte. Die SchülerInnen sollten wieder Vermutungen anstellen, was auf dem Bild (Abbildung 2) zu sehen ist – ein Triklinium – und danach die Erklärung auf der Rückseite durchlesen.

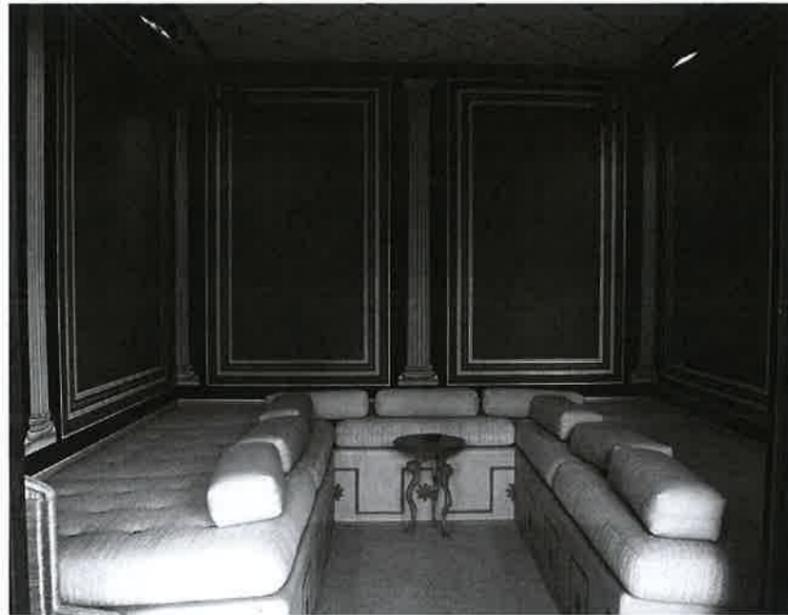
Arbeitsanweisung an die SchülerInnen:

Seht euch das Bild genau an und überlegt, was der darauf gezeigte Gegenstand sein könnte! Sammelt zuerst einige Vorschläge, dreht das Bild dann um und lest euch den Text auf der Rückseite durch.

Unterlagen:

Wie auch für die dritte Station, sind hier zwei Materialien nötig: das Bild für die Vorderseite und die Lösung für die Rückseite, die zusammengeklebt werden.

Abbildung 2



Liebe SchülerInnen,
ihr seht hier die Rekonstruktion eines römischen Speisezimmers abgebildet, das in Xanten (Deutschland) zu besichtigen ist.

Wie euch wahrscheinlich aufgefallen ist, sind die Bänke im Verhältnis zum Tisch viel zu hoch: Das waren nämlich gar keine Bänke, sondern Liegen. Es war römischer Brauch, nicht im Sitzen, sondern im Liegen zu essen.

So ein römisches Speisezimmer mit einem Tisch in der Mitte und drei Liegen, die in U-Form angeordnet waren, wurde '*Triclinium*' genannt. Es konnten auf jeder Seite drei Personen liegen, also war das *Triclinium* für höchstens neun Personen geeignet.

4. Station: Text zum Thema 'Mahlzeiten'

Erklärung:

Bei dieser Station sollen sich die SchülerInnen kurz Zeit nehmen, um zu überlegen, wie viele Mahlzeiten sie an einem durchschnittlichen Tag wann zu sich nehmen. Die Mitglieder der Gruppe tauschen sich über dieses Thema aus und vergleichen dann anhand eines beiliegenden Textes ihre eigenen Essgewohnheiten mit denen der Römer.

Arbeitsanweisung an die SchülerInnen:

Denkt darüber nach, welche und wie viele Mahlzeiten ihr an einem Tag ungefähr zu euch nehmt, und unterhaltet euch darüber. Lest dann den Text über die römischen Essgewohnheiten durch und vergleicht sie mit euren eigenen. Fallen euch dabei Unterschiede auf? Oder Gemeinsamkeiten?

Unterlagen:

Diese Arbeitsaufgabe erfordert einen Text, in dem die wichtigsten Ernährungsgewohnheiten der RömerInnen zusammengefasst sind (siehe unten, als Vorlage dafür diente Kapitel 2.1.1 *Welche Mahlzeiten gab es?*).

In der Regel nahmen die RömerInnen drei Mahlzeiten zu sich: *ientaculum* war das Frühstück, *cena* das Mittagessen (als Hauptmahlzeit) und *vesperna* das Abendessen. Diese drei Mahlzeiten wurden je nach Jahreszeit zu verschiedenen Tageszeiten eingenommen, denn da Öl für die Öllämpchen gespart wurde, orientierte man sich am Tageslicht. Also wurde nach Aufgang der Sonne zuerst gefrühstückt und dann bis zu Mittag gearbeitet. Das Mittagessen stellte die Hauptmahlzeit dar und bestand meist aus einem Getreidebrei, der mit gekochtem Gemüse gegessen wurde. Die dritte Mahlzeit, das weniger reichhaltige Abendessen, wurde noch vor Einbruch der Dunkelheit eingenommen und spätestens mit Einbruch der Dunkelheit beendet.

Im dritten Jahrhundert vor Christus begannen sich die Ernährungsgewohnheiten der Oberschicht – nur die konnten es sich leisten – zu ändern. Die Hauptmahlzeit (*cena*) verlagerte sich vom Mittag auf den Abend und an die Stelle der *cena* trat eine Art zweites Frühstück. Die *cena* wurde trotzdem immer vor Einbruch der Dunkelheit beendet, weswegen sie im Winter meist schon ungefähr um 14 Uhr, im Sommer rund zwei Stunden später begann. Außerdem bestand die Möglichkeit, anstatt der *cena* eine *comissatio*, ein nächtliches Gelage mit Speis und Trank, zu feiern oder die *cena* in eine *comissatio* überzuleiten.

5. Station: Lückentext zum Thema 'Kochen'

Erklärung:

Bei der sechsten Station füllen die SchülerInnen einen Lückentext über die Kochsituation aus, wobei die fehlenden Wörter am Ende des Textes angegeben werden. Zudem sind auf dem Arbeitsblatt zwei verschiedene Arten von Herden abgebildet: ein gemauerter Herd und ein transportabler⁵⁰.

Arbeitsanweisung an die SchülerInnen:

Lest den Lückentext auf eurem Arbeitsblatt durch und füllt dann die unten vorgegebenen Wörter in die Lücken ein!

Unterlagen:

Für diese Arbeitsaufgabe benötigt jede/r Schüler/in ein eigenes Arbeitsblatt mit dem Lückentext. Die folgende Kopiervorlage darf also nicht wie bei den anderen Stationen nur einmal kopiert werden, sondern sollte für alle SchülerInnen einmal vorhanden sein (als Vorlage für den Lückentext diene Kapitel 2.1.3 *Wo und wie wurde gekocht?*).

⁵⁰ vgl.: Schareika (2007): S. 32

Lückentext: Wo wurde gekocht?

Lies den Lückentext durch und fülle dann die unten vorgegebenen Wörter in die Lücken ein!

In den Häusern der besser situierten Familien, die sich ein eigenes Dach über dem Kopf leisten konnten, gab es Räume, die die Funktion einer *culina* ('_____') erfüllten. Die Küchen waren aber meist nur _____ und einfach eingerichtete Räume, die aufgrund der fehlenden Rauchabzugsmöglichkeit sehr dunkel waren. Die _____ beschränkte sich oft auf einen gemauerten Herd und, wenn es in dem betreffenden Haus einen Wasseranschluss gab, einen Wasserabfluss. Die Wasserzufuhr kann man sich wie bei unseren heutigen Laufbrunnen vorstellen, also permanent _____.



Abbildung 3

Dies betrifft die Situation solcher Leute, die sich den Luxus eines eigenen _____ leisten konnten. Aber es besaßen bei Weitem nicht alle Bürger ein eigenes Haus. Vor allem in _____ lebten sehr viele _____, die nur das monatliche Geld für ein Zimmer oder eine kleine Wohnung in einem größeren Haus aufbringen konnten. In einigen dieser mehrstöckigen Häuser gab es zwar auch _____ und Speisezimmer, jedoch hatten nicht alle Mieter das Glück, Zugang zu diesen zu haben. Deswegen gab es, als Ersatz für die gemauerten _____, transportable Kochstellen.

Allerdings gab es auch sehr arme Bürger, die nicht einmal eine transportable _____ zur Verfügung hatten. Diese mussten allmorgendlich auf die Gunst ihres Patrons hoffen und dort ihr tägliches Mahl oder etwas _____, für das sie bei Straßenhändlern ein warmes _____ bekommen konnten, erhaschen.



Abbildung 4

Bürger – Essen – kleine – rinnend – Kochstelle – Städten – Geld – Herde – Küche – Hauses – Einrichtung – Küchen

Nachbauen eines Trikliniums:

Um auch der Psychodramapädagogik im Modul 'Ernährung' Rechnung zu tragen, bietet es sich nach dem Stationenbetrieb an, die SchülerInnen mit Tischen ein *Triclinium* nachbauen zu lassen. Neun freiwillige SchülerInnen können dieses selbst gebaute '*Triclinium*' dann besteigen und ein römisches Mahl nachstellen. Durch das eigenständige Nachbilden eines römischen Speiseplatzes können sich die SchülerInnen diese Sitte besser vorstellen und werden sie länger im Gedächtnis behalten.

Dieser zweite Teil der Unterrichtsstunde könnte auch auf eine ganze Schulstunde ausgedehnt und mit einer 'römischen' Jause gestaltet werden. In diesem Fall sollte aber darauf geachtet werden, dass die Stunde nicht zu einer reinen Vergnügungsstunde ausartet, sondern die SchülerInnen auch ernsthaft darüber nachdenken, wofür zum Beispiel Reflexionsfragen eingesetzt werden könnten (Wie empfindest du das Essen im Liegen? Wie wird eine solche Haltung während dem Essen heute aus medizinischer Sicht bewertet? etc.).

Hausübung:

Bis zur nächsten Stunde erkundigen sich die SchülerInnen (im Internet, in Lexika, bei den Eltern, Großeltern,...) was eine sogenannte 'gesunde Ernährung' eigentlich ist. Dabei sollen sie herausfinden, anhand welcher Kriterien KonsumentInnen beurteilen können, ob ein Produkt als 'gesund' gelten kann oder nicht. Diese Informationen werden in der nächsten Unterrichtsstunde gebraucht, denn dann gilt es anhand weniger repräsentativer Beispiele die Ernährung der RömerInnen zu bewerten.

3. Überblick über lateinische Originaltexte zum Thema Ernährung

In diesem Kapitel soll ein Überblick über lateinische Texte geschaffen werden, die bei der Betrachtung des Themas Ernährung maßgebend sind. Der Fokus liegt hier wieder auf der Antike, wobei aber auch mittelalterliche Texte angeschnitten werden. Einige von diesen vorgestellten Texten werden für die fachdidaktische Bearbeitung im Unterricht (Kapitel 4) verwendet werden, weswegen deren Einführung etwas ausführlicher ausfallen wird.

3.1.1 Fachschriftsteller

3.1.2 Cato

Wenn es um das Thema Ernährung in der Antike geht, gilt es – chronologisch gesehen – zuerst ein Werk zu erwähnen, das nicht primär die Ernährung behandelt: Catos Werk *De agri cultura*. Mit diesem Werk über den Ackerbau schuf Cato im zweiten vorchristlichen Jahrhundert das erste lateinische Lehrbuch, das auch in späterer Zeit nicht von vergleichbaren Werken (zum Beispiel Columellas *De re rustica*, Varros *Rerum rusticarum libri tres* und das Werk über den Ackerbau von Saserna) verdrängt wurde⁵¹. Dieses Werk trägt zwar den Titel *De agri cultura*, umfasst aber weit mehr als nur den Bereich des Ackerbaus. So hält Cato neben Ratschlägen, wie bei Verstopfung der Darm zu reinigen sei⁵² und wie oft man sich neue Kleidung und Schuhe zulegen sollte⁵³, auch Tipps bezüglich Essen bereit. Er gibt Anweisungen zur Herstellung von grünem Olivenöl⁵⁴, Brot⁵⁵, Käsefladen⁵⁶, Kuchen⁵⁷, weißem Salz⁵⁸ etc. Somit ist Cato mit seinem Werk *De agri cultura* nicht nur als Quelle für den Ackerbau zu sehen, sondern auch für die damalige Ernährungsweise.

3.1.3 Celsus

Ein weiteres wichtiges Werk bei der Betrachtung des Themas Ernährung ist die Schrift *De medicina* eines gewissen Aulus Cornelius Celsus aus der ersten Hälfte des ersten Jahrhunderts nach Christus. Obwohl über den Autor selbst fast nichts bekannt ist, ist *De medicina* fast vollständig überliefert. Diese Schrift war vermutlich Teil eine Art Enzyklopädie, von der die anderen Teile nicht oder nur mehr fragmentarisch erhalten sind und allem Anschein nach die Bereiche Landwirtschaft, Rhetorik, Philosophie, Kriegswesen und Recht umfassten⁵⁹. Celsus' *De medicina* gilt, neben den Schriften von Hippokrates von Kos und Galen, als wichtigstes Werk über die Medizin der Antike.⁶⁰

Nun stellt sich wahrscheinlich die Frage, weshalb eine medizinische Schrift in einer Arbeit zum Thema Ernährung Erwähnung findet. Dazu kam es durch eine Dreiteilung der antiken

⁵¹ vgl.: Flach (2005): S. 11 bis 14

⁵² vgl.: ebenda: S. 98

⁵³ vgl.: ebenda: S. 66

⁵⁴ vgl.: ebenda: S. 67

⁵⁵ vgl.: ebenda: S. 70

⁵⁶ vgl.: ebenda: S. 70

⁵⁷ vgl.: ebenda: S. 71 und 72

⁵⁸ vgl.: Flach (2005): S. 73

⁵⁹ vgl.: Schulze (2001): S. 7

⁶⁰ vgl.: Schulze (2001): S. 21

Medizin. Man unterschied zwischen den Bereichen Diätetik, Pharmazie und Chirurgie, wie auch Celsus am Anfang seines Werkes festhält:

lisdemque temporibus in tres partes medicina diducta est, ut una esset quae victu, altera quae medicamentis, tertia quae manu mederetur. Primam Διαιτητικήν, secundam Φαρμακευτικήν, tertiam Χειρουργίαν Graeci nominarunt.⁶¹

Demgemäß gliedert Celsus sein Werk *De medicina*, das insgesamt acht Bücher umfasst, in diese drei genannten Bereiche, wobei die Diätetik allein mit vier Büchern die Hälfte der gesamten Schrift ausmacht.

Das erste Buch beinhaltet neben dem Proömium überwiegend Ratschläge, die den gesunden Menschen betreffen. Hier sind unter anderem Verhaltensregeln bezüglich des Essens, Schlafens, Spazierengehens und der Verdauung zu finden. Erst im Laufe des ersten Buches wendet sich Celsus von den gesunden Menschen ab und widmet sich zuerst den Schwachen, dann den Kranken.

Im zweiten Buch geht Celsus neben dem Einfluss der Jahreszeiten, der Witterung und der körperlichen Beschaffenheit auf die Prognose von Krankheiten und deren Symptome ein. Zudem nennt er hier das Abführen, Erbrechen und Fasten als Therapien und beschreibt die verschiedenen Klassen von Lebensmitteln, geordnet nach ihrem Nährwert.

Erst im dritten Buch kommt Celsus zu den eigentlichen Krankheiten, die er in vier verschiedene Kategorien einteilt: Ihm zufolge gibt es neben akuten und chronischen Krankheiten auch solche, die nicht immer gleich verlaufen, und solche, die weder akut noch chronisch sind. Dabei unterscheidet er zwischen Krankheiten, die den ganzen Körper betreffen, und Krankheiten, an denen nur bestimmte Körperteile leiden. Zweitere formuliert er im letzten Buch über die Diätetik (viertes Buch) aus.

Da es im Modul 'Ernährung' allerdings nicht um die antike Medizin, die bekannten Krankheiten und deren Behandlung gehen soll, bietet sich für den Unterricht vor allem die Stelle an, an der Celsus Lebensmittel und Getränke nach ihrem Nährwert auflistet (*De Medicina* II, 18-21)⁶². Der Einschätzung Celsus' zufolge haben Hülsenfrüchte, Brot, Fleisch von bestimmten Tieren (zum Beispiel Wild, Wildschweine, Gänse, Pfaue, Kraniche), Honig und Käse den höchsten Nährwert. Lebensmittel von mittlerem Nährwert sind Wurzelgemüse, Fleisch von Hasen und Vögeln und ungesalzener Fisch. Stängel von Gemüse, an einem Stängel wachsen-

⁶¹ Celsus (1948): S. 6

⁶² vgl.: Celsus (1948): S. 190 und 192

des Gemüse (zum Beispiel Kürbisse, Gurken und Kapern), Obst, Oliven, Schnecken und Meeresfrüchte zählt er zu den Lebensmitteln, die als am wenigsten nahrhaft gelten.

Diese Stelle eignet sich besonders gut für den Unterricht, weil sie einen Vergleich von den damaligen nahrhaften und weniger nahrhaften Speisen mit den heutigen anbietet. Die SchülerInnen können sich eigenständig mithilfe verschiedener Medien informieren, welche Lebensmittel heute als nahrhaft und gesund gelten und diese Ergebnisse mit der Auflistung Celsus' vergleichen. Dadurch wird erreicht, dass sich die SchülerInnen mit der Frage beschäftigen, welche Lebensmittel heute als gesund angesehen werden, und die SchülerInnen können auf diese Weise ihr Wissen über die gesunde Ernährung vergrößern. So kann das Bewusstsein für eine der Gesundheit zuträglich Ernährung gestärkt werden, wovon die SchülerInnen langfristig profitieren können.

3.1.4 Apicius

Einen beträchtlichen Teil des Wissens, das uns über die Ernährung und die konkreten Zubereitungen der Speisen in der römischen Zeit überliefert ist, haben wir einem Werk zu verdanken, das unter dem Titel *De re coquinaria* (*Über die Kochkunst*) bekannt ist. Dieses Werk wird Apicius zugeschrieben, dessen Wirken um die Zeit Christi anzusiedeln ist, wobei die uns heute vorliegende Version aber aufgrund von Erweiterungen und Kürzungen erst in das vierte Jahrhundert datiert wird. Die darin enthaltenen Rezepte stammen größtenteils von Apicius, einige aber auch aus einem nicht mehr erhaltenen Werk von Apuleius und aus anderen Schriften zu ähnlichen Themen.

Wie bereits eben erwähnt, bietet die Schrift *De re coquinaria* Rezepte für die Zubereitung verschiedenster Speisen. Neben diesen Rezepten, die den meisten Platz einnehmen, wird aber auch das Haltbarmachen von Lebensmitteln thematisiert. Dieser Teil wurde wahrscheinlich erst nach Apicius' Zeit aus land- und hauswirtschaftlichen Werken übernommen. Im Gegenzug dazu wurden solche Rezepte gekürzt beziehungsweise weggelassen, die für den gewöhnlichen Alltag nicht brauchbar waren, da manche Speisen nur unter großem Aufwand zubereitet werden konnten oder deren Zutaten teilweise sehr teuer waren.⁶³

Wie man auch heute von einem Kochbuch eine Gliederung oder sinnvolle Unterteilung erwarten würde, weist das lateinische *De re coquinaria* ebenfalls eine solche Gliederung auf. Es ist in zehn Bücher unterteilt, die jeweils andere Schwerpunkte haben⁶⁴:

⁶³ vgl.: Maier (1991): S. 247-251

⁶⁴ vgl.: Maier (1991): S. 7

- I. *Epimeles* – Der sparsame Wirtschaftler
- II. *Sarcoptes* – Gehacktes
- III. *Cepuros* – Der Gärtner
- IV. *Pandecter* – Verschiedenes
- V. *Ospreos* – Hülsenfrüchte
- VI. *Aeropes* – Geflügel
- VII. *Polyteles* – Der Gourmet
- VIII. *Tetrapus* – Der Vierfüßler
- IX. *Thalassa* – Das Meer
- X. *Halieus* – Die Fischerei

Das erste Buch enthält neben wenigen Rezepten für das Herstellen von Getränken (zum Beispiel Gewürzwein, Absinth und Rosenwein) vor allem Tipps und Tricks zur Haltbarmachung von Lebensmitteln, während die Bücher zwei bis zehn ausschließlich der Zubereitung von verschiedenen Speisen gewidmet sind⁶⁵. Dabei kommen alltägliche Gerichte, wie zum Beispiel der Bohnentopf oder der Gerstenbrei⁶⁶, ebenso vor wie außergewöhnliche, die nicht jedermanns Küche angehört haben können. Dazu zählen unter anderem die Rezepte zur Zubereitung von Gebärmüttern ausgewählter Tiere, Trüffeln, Lenden und Nieren⁶⁷.

Ein Rezept aus dieser frühen Form eines Kochbuches wird im Kapitel 4. *Das Thema Ernährung in der lateinischen Literatur* in das Modul für den Lateinunterricht einfließen. Apicius hat mit dieser Schrift das bedeutendste und umfassendste Werk über die Speisen und deren konkrete Zubereitung in der römischen Zeit verfasst und deshalb ist es unumgänglich, bei der Behandlung des Themas Ernährung dieses lateinische Kochbuch und seinen vermeintlichen Urheber vorzustellen. Apicius hat mit diesem Werk der Nachwelt eine bedeutende Quelle für die damalige Ernährung hinterlassen und es spielt bei der Betrachtung der römischen Kochkunst eine maßgebende Rolle.

Dabei bieten sich für die Behandlung im Unterricht mehrere Möglichkeiten an. Zum einen könnten im Unterricht das erste Buch mit seinen Tipps zur Haltbarmachung besprochen und dazu passende Textstellen übersetzt werden, zum anderen würden sich natürlich auch einige Rezepte für den Unterricht anbieten.

Das Thematisieren dessen, wie die Verwendbarkeit von Lebensmitteln ausgedehnt werden kann, ist dahingehend interessant, als es zur Zeit der RömerInnen noch nicht die Möglichkeiten zur Haltbarmachung gegeben hat, die wir heute kennen: Kühlschränke, Tiefkühltruhen,

⁶⁵ vgl.: ebenda: S. 7

⁶⁶ vgl.: ebenda: S. 81 und 83

⁶⁷ vgl.: ebenda: S. 101

Vakuum- und andere Verpackungen und Lebensmittelzusatzstoffe, um nur einige zu nennen. Die Römer mussten somit auf andere Mittel und Tricks zurückgreifen, um ihre Lebensmittel langlebiger zu machen. Im ersten Buch von Apicius' Werk lernen die SchülerInnen einige dieser Möglichkeiten und Alternativen zu unserer heutigen Haltbarmachung mit technischen Hilfsmitteln kennen und werden anhand dieses Themas verstehen, dass zeitliche und kulturelle Unterschiede auch von den technischen Gegebenheiten und Fortschritten der jeweiligen Zeit geprägt sind.

Dabei sollte den SchülerInnen klar werden, dass die wenigen Möglichkeiten zur Haltbarmachung von Lebensmitteln einen Vorteil, aber auch einen Nachteil in sich bergen: Wegen der begrenzten Mittel zur Konservierung waren die Lebensmittel zwar weit naturbelassener als heute und nicht mit künstlichen Zusatzstoffen versehen, aber dafür boten sie aufgrund der kurzen Haltbarkeit und mangels Verpackung und hygienischer Verarbeitung bessere Lebens- und Vermehrungsbedingungen für verschiedene Krankheitserreger (Bakterien, Parasiten und andere)⁶⁸.

Eine andere Herangehensweise an dieses römische Kochbuch könnte den Fokus auf Rezepte legen. Hier gibt es die Option, zuerst ein einfach nachzukochendes Rezept zu übersetzen und dieses dann mit den SchülerInnen zuzubereiten – geeignet wäre hier zum Beispiel das Rezept zur Zubereitung von Datteln als Nachspeise (Buch VII, 13.1⁶⁹) – oder ein anderes Rezept nur zu übersetzen und zu besprechen, wenn das Herstellen einer Speise in der Schule aufgrund fehlender Utensilien (zum Beispiel transportable Herdplatte) oder zu hoher Anzahl der SchülerInnen nicht möglich sein sollte. Die ideale Lösung für dieses Problem wäre, in die Schulküche auszuweichen, worüber aber leider viele Gymnasien nicht verfügen. Sollte das Zubereiten einer Speise dennoch möglich sein, könnte das an das Kochen anschließende Verspeisen der Köstlichkeiten mit dem Bauen eines *Tricliniums* verbunden werden (siehe 2.2.2. *Zweite Unterrichtsstunde*), wenn der zeitliche Rahmen dies zulässt.

Um im Lateinunterricht aber nicht nur die passiven Sprachfertigkeiten, sondern auch die aktive Sprachproduktion zu fördern – die laut Kuhlmann⁷⁰ dem Spracherwerb förderlich ist und im modernen Lateinunterricht nicht fehlen sollte – könnten die SchülerInnen jeweils zu zweit ein deutsches Rezept zur Zubereitung eines gesunden Gerichtes auswählen und dieses in Partnerarbeit in die lateinische Sprache übersetzen. Dabei darf natürlich nicht erwartet werden, dass die Jugendlichen komplexe Sätze à la Cicero produzieren, und damit, die Moti-

⁶⁸ vgl.: Schwarz (1995): S. 133

⁶⁹ vgl.: Maier (1995): S. 113

⁷⁰ vgl.: Kuhlmann (2009): S. 51

vation bei einer solchen Übung nicht verloren geht, sollten Fehler nicht allzu streng bewertet werden⁷¹. Zudem wäre es hier sinnvoll, den SchülerInnen für diese Aufgabe genügend Zeit zu lassen und sie nicht unter Druck zu setzen.

3.1.5 Anthimus

Im Kontext der Ernährung sei auch ein Mann gewürdigt, der es in anderen Themenbereichen nicht zu allzu großer Berühmtheit geschafft hat. Dieser Mann trug den Namen Anthimus und war ein byzantinischer Arzt, der um 500 nach Christus in Konstantinopel lebte. Nach einem vermeintlichen Verrat wurde er aus Konstantinopel verbannt und flüchtete daraufhin in das Gefolge Theoderichs, des Königs der Ostgoten. Nach dem Tod Theoderichs folgte er dessen Sohn, Theoderich dem Großen, nach Italien, wo er vermutlich seine Lateinkenntnisse erwerben konnte. In dieser Zeit schickte Theoderich der Große seinen Gefolgsmann Anthimus als Gesandten zu Theuderich, dem König der Franken. Diesen Anlass nützte Anthimus, um an Theuderich einen Brief über das Thema Ernährung zu schreiben – der heute als *Epistula Anthimi de observatione ciborum* bekannt ist.⁷²

Der Brief an Theuderich ist somit eine Schrift, die von einem griechischen Arzt in lateinischer Sprache verfasst wurde. Daher ist es nicht verwunderlich, dass darin einige Gräzismen aus dem Bereich der Medizin und der Küche zu finden sind. Da Anthimus der lateinischen Sprache wahrscheinlich erst im Erwachsenenalter, nämlich als er im Gefolge des Ostgoten Theoderich des Großen in Italien lebte, mächtig wurde, zählt seine Sprache nicht zur Schriftsprache der Gelehrten, sondern zum Vulgärlateinischen. Er verwendete die Umgangssprache, die am Hof der Ostgoten gebräuchlich war, wodurch die gotischen Einsprengsel erklärt werden können.⁷³

Dieser Brief, der Anthimus' Wissen über die Ernährung der Nachwelt bereithält, gilt als Mischung aus drei verschiedenen literarischen Gattungen: Brief, diätetischer Traktat und Kochbuch. Stilistisch gesehen handelt es sich bei der Schrift um einen Brief, denn die formalen Kennzeichen (Absender, Empfänger und Thema) werden erfüllt. Dennoch wird der Brief nicht primär als solcher gesehen, sondern vielmehr als Lehrschrift, die nicht nur an einen Empfänger gerichtet ist. Anthimus verwendet den Brief trotz der Anrede an Theuderich als Gelegenheit, sein medizinisch-diätetisches Wissen einem breiteren Publikum mitzuteilen.⁷⁴

⁷¹ vgl.: Kuhlmann (2009): S. 52

⁷² vgl.: Caparrini (2011): S. 10 und 11

⁷³ vgl.: Caparrini (2011): S. 11 und 12

⁷⁴ vgl.: ebenda: S. 12

Dass der Brief eigentlich an ein breiteres Publikum gerichtet ist, ist auch daran erkennbar, dass Anthimus keine gelehrten Ausdrücke, sondern einfach zu verstehende Formulierungen verwendet.⁷⁵

Die Schrift ist gegliedert in eine Praefatio, in der Anthimus seine diätetischen Prinzipien vorstellt, und 94 Paragraphen. In den einzelnen Paragraphen widmet sich der griechische Arzt der Nützlichkeit beziehungsweise Schädlichkeit vieler Lebensmittel (zum Beispiel Brot, Getreide, Fleisch, Gemüse etc.). Die Grundaussage, die Anthimus in seiner Schrift trifft, kann auf zwei grundlegende Prinzipien reduziert werden: Die Gesundheit wird zum einen durch die Mäßigung beim Essen gefördert, zum anderen durch den Verzehr von gut gekochten Speisen. Nicht oder zu wenig gekochte Speisen rufen Störungen im Magen und Unterleib hervor und diverse Krankheiten können darauf zurückgeführt werden. Diese zwei Prinzipien bedingen gemeinsam mit einer guten Verdauung die Gesundheit eines Menschen. Da die Verdauung nur richtig vonstattengehen kann, wenn der Magen nicht kalt ist, rät Anthimus nur zum Verzehr gekochter Speisen. Diese drei Dinge – Mäßigung, gekochte Speisen und eine gute Verdauung – machen die Gesundheit aus, und wer sich daran hält, bedarf keiner weiteren Medikamente. Somit stellt Anthimus' Schrift auch eine Art Kochbuch dar, denn er empfiehlt je nach Lebensmittel eine geeignete Kochweise – wobei Sieden in jedem Fall die gesündeste Art des Kochens sei.⁷⁶

Für den Lateinunterricht besonders geeignet ist die *Praefatio*, in der noch nicht auf spezielle Nahrungsmittel eingegangen wird, sondern auf allgemeine Ratschläge. Diese Stelle kann gut als Ergänzung zu der Beschäftigung mit Apicius eingesetzt werden, denn während bei Apicius konkrete Rezepte und Speisen im Vordergrund stehen, sind es in dieser *Praefatio* allgemeine Maximen, die die Ernährung betreffen und uns Anthimus' Sicht zu diesem Thema zeigen.

Für die Umsetzung im Unterricht gibt es neben dem Unterrichtsvorschlag, den ich unter Kapitel 4.1.2 *Vierte Unterrichtsstunde* unterbreiten werde, noch zwei andere Möglichkeiten:

Einerseits wäre ein fächerübergreifender Unterricht Latein – Deutsch möglich, denn der Brief an Theoderich war auch im späten Mittelalter noch so bekannt, dass er im 15. Jahrhundert ins Deutsche, in den bairisch-österreichischen Dialekt, übertragen (nicht übersetzt!) wurde⁷⁷. Diese Übertragung⁷⁸ würde eine Gegenüberstellung mit dem lateinischen Text und daraus folgend eine inhaltliche und sprachlich vergleichende Analyse der beiden Texte anbieten.

⁷⁵ vgl.: ebenda: S. 14

⁷⁶ vgl.: ebenda: S. 15 und 16

⁷⁷ vgl.: ebenda: S. 24

⁷⁸ vgl.: ebenda: S. 80 bis 111

Andererseits wäre aber auch nur eine sprachliche Analyse des lateinischen Textes möglich. Da, wie bereits oben erwähnt, Anthimus seine Lateinkenntnisse durch das Zusammenleben mit den Ostgoten erwarb, entspricht seine Sprache der dort herrschenden Umgangssprache, dem Vulgärlateinischen. Bevor den SchülerInnen eine Einführung in die Besonderheiten des Vulgärlateinischen gegeben wird, könnten sie selbst anhand des Textes herauszufinden versuchen, welche Ausdrücke sie in dem Text nicht als klassisch einstufen würden oder als ungewöhnlich empfinden.

3.1.6 Benedikt von Nursia

Ungefähr zeitgleich zu Anthimus, in der ersten Hälfte des sechsten Jahrhunderts, lebte Benedikt von Nursia, der eine Regelschrift verfasste, die auch auf die Ernährung Bezug nimmt. Diese Regelschrift war jedoch nicht für jedermann bestimmt, sondern – wie man bereits aufgrund des Autors vermuten kann – nur für Mönche des Benediktinerordens. Denn Benedikt war der Gründer des Klosters Monte Cassino, „der Wiege und des Zentrums des Benediktinerordens“⁷⁹, und Namensgeber des Ordens der Benediktiner.

Benedikt schuf im Kloster Monte Cassino in den letzten Jahren seines Lebens († 547) die *Regula Benedicti*, die als heilige Regel für den Benediktinerorden gilt und das (Zusammen)Leben der Patres bestimmt. Die Schrift trug zu einem großen Teil zur Entwicklung des Ordens bei und wird auch heute noch von den Mönchen beachtet.⁸⁰

Wie bereits oben erwähnt, spricht Benedikt in seinem Werk auch an, wie die Ernährung der Ordensbrüder aussehen sollte. Die interessanteste und für den Unterricht am besten geeignete Stelle ist die folgende:

Quod si labor forte factus fuerit maior, in arbitrio et potestate abbatis erit, si expediat, aliquid augere remota prae omnibus crapula, et ut numquam subripiat monacho indigeries, quia nihil sic contrarium est omni Christiano quomodo crapula, sicut ait dominus noster: Videte, ne graventur corda vestra crapula.

Pueris vero minore aetate non eadem servetur quantitas, sed minor quam maioribus servata in omnibus parcitate. Carnium vero quadripedum omnimodo ab omnibus abstinenceatur comestio praeter omnino debiles aegrotos.⁸¹

An diese Textstelle könnten zwei verschiedene Arten von Fragen angeknüpft werden: Einerseits wären Fragen bezüglich des Themas Ernährung denkbar (zum Beispiel 'Welche Aussa-

⁷⁹ Steidle (1952): S. 1

⁸⁰ vgl.: Steidle (1952): S. 1 bis 4

⁸¹ Salzburger Äbtekonzferenz (1992): S. 168

gen über die Ernährung der Mönche verwundern dich?', 'Suche aus dem Text drei Regeln heraus und kommentiere sie!'), andererseits wäre auch eine Recherche interessant, bei der die SchülerInnen in einem Benediktinerkloster nachforschen, wie streng die *Regula Benedicti* heute befolgt wird – vor allem in Bezug auf die Ernährungsvorschriften (vgl. dazu den Aufsatz *Die Regeltreue der österreichischen Benediktinerklöster* von Tausch Hildebert⁸²). Eine abwechslungsreiche Alternative dazu wäre es, einen Besuch in einem Benediktinerkloster zu organisieren oder einen Pater in den Unterricht einzuladen, damit die SchülerInnen ihn zur *Regula Benedicti* befragen können. Wenn eine dieser beiden Ideen im Lateinunterricht umgesetzt wird, wäre die Beschäftigung mit der Benediktusregel über einen längeren Zeitraum und das Übersetzen von mehreren Stellen sinnvoll.

Für den Besuch eines Benediktinerordens bietet sich vor allem ein Schweizer Kloster an: das ehemalige Kloster St. Gallen mit seiner weitbekannten Stiftsbibliothek⁸³. Da allerdings die Anreise nach St. Gallen – auch aus dem westlichen Österreich – einige Zeit in Anspruch nimmt, müsste eine solche Exkursion auf zwei Tage ausgedehnt werden. Diese Reise würde sich jedoch lohnen, denn die Stiftsbibliothek beherbergt eine Handschrift der *Regula Benedicti*, und zwar „das authentischste Exemplar der Benediktinerregel“⁸⁴.

Diese Handschrift stammt fast direkt vom Original ab: Benedikt verfasste die Regel im sechsten Jahrhundert im Kloster Monte Cassino. Diese kam 577 nach Rom in das päpstliche Archiv, wurde 750 aber von Papst Zacharias an die Mönche des Klosters Monte Cassino zurückgegeben. Von dort gelangte sie in das Kloster Teano, wo sie 896 verbrannte. Glücklicherweise hatte Karl der Große zuvor eine Abschrift des Originals anfertigen lassen, die in die Hofbibliothek nach Aachen gebracht wurde. Diese ist heute zwar nicht mehr überliefert, dafür aber eine wörtliche Abschrift von ihr, die vom Schreiber – der 841 als Abt in das Kloster St. Gallen berufen wurde – dorthin mitgenommen wurde und noch bis heute dort aufbewahrt wird.⁸⁵

Wenn also eine zwei- oder mehrtägige Exkursion in Betracht gezogen wird, könnte im Zuge dessen auch ein Besuch der römischen Siedlung *Augusta Raurica*⁸⁶, die etwa eine eineinhalbstündige Autofahrt westlich von St. Gallen liegt, geplant werden. Diese umfasst neben einem Museum, einem römischen Haus, einem Theater, einem Tempel und einer unterirdi-

⁸² vgl.: Tausch (1949): S. 311 bis 326

⁸³ vgl.: <http://www.stibi.ch/> [07.11.2012 15:32]

⁸⁴ <http://www.stibi.ch/site/content.asp?typ=Portr%E4t&category=07%24Kostbarkeiten&subcategory=16%24Cod%2E+Sang%2E+914&lang=DE> [07.11.2012 15:50]

⁸⁵ vgl.: Steidle (1952): S. 30 und 31

⁸⁶ vgl.: <http://www.augustaurica.ch/menu/index.php> [12.11.2012 08:03]

schen Kanalisation auch eine Backstube, in der es innerhalb einer Führung auch die Möglichkeit gibt, dort selbst römisches Brot zu backen.

Zudem wäre eine solche Studienfahrt der Motivation der SchülerInnen förderlich, denn laut Marina Keip und Thomas Doepner (*Interaktive Fachdidaktik Latein*, 2011) fühlen sich SchülerInnen aufgrund der raren Möglichkeit zur Durchführung von Exkursionen teilweise benachteiligt.⁸⁷ Eine solche zweitägige Exkursion wäre eine ideale Möglichkeit, die SchülerInnen (erneut) für das Fach Latein zu begeistern und ihnen einen neuen Motivationsschub zu verleihen.

3.1.7 Hildegard von Bingen

Rund 600 Jahre nach dem Tod Benedikts von Nursia kam Hildegard von Bingen, die wie Benedikt im geistlichen Bereich wirkte, mit ihren neuen Erkenntnissen zur Ernährung zu Ruhm und Ehre.

Im Jahr 1098 wurde Hildegard als zehntes Kind in eine wohlhabende und angesehene Familie geboren. Von ihren Eltern wird berichtet, dass sie nach der Geburt ihres zehnten Kindes „es [das Kind] auf gemeinsamen Beschluß nach reiflicher Überlegung als freiwillige Opfergabe gleichsam als ihren Zehnten für Gott ab(sonderten), der ja im Gesetz anordnet, daß man ihm den Zehnten darbringe“⁸⁸. Somit war Hildegards beruflicher Werdegang im geistlichen Bereich nur wenige Zeit nach ihrer Geburt bereits festgelegt. Den ersten Schritt in diese Richtung machte Hildegard in ihrer Jugend, als sie das Gelöbnis ablegte, Nonne zu werden, und mit der sechs Jahre älteren und sehr gebildeten Jutta von Sponheim und anderen jungen Frauen in eine Klause übertrat und fortan als Inklusin lebte. Hildegard und die anderen Inklusin wurden von Jutta unterrichtet. Unter der Leitung Juttas erfuhr die Klause, die dem Mönchskloster Rupertsberg unterstand, eine blühende Zeit und sie entwickelte sich langsam zum Frauenkloster. Nach dem Tod Juttas im Jahr 1136 wurde Hildegard von den anderen Schwestern zu ihrer neuen Leiterin gewählt.⁸⁹

Hildegard von Bingen verfasste neben spirituellen Werken (zum Beispiel *Scivias*, *Liber vitae meritorum* und *Liber divinorum operum*⁹⁰) zwei naturwissenschaftliche Werke, die heute unter den Namen *Physica* und *Causae et Curae* bekannt sind und wahrscheinlich zwischen 1150 und 1160 geschrieben wurden. Ursprünglich waren diese beiden Schriften wohl in

⁸⁷ vgl.: Keip (2011): S. 205 und 206

⁸⁸ Diers (1998): S. 8

⁸⁹ vgl.: Diers (1998): S. 7 bis 18

⁹⁰ vgl.: Eberl / Faulhammer (2011): S. 21

einem Werk vereint und trugen den Titel *Liber subtilitatum diversarum naturarum creaturarum*.⁹¹

Das für das Thema Ernährung relevante Werk ist die Schrift *Causae et Curae*, von der nicht bekannt ist, ob die uns überlieferte Version gänzlich Hildegard zugeschrieben werden kann oder ob es sich um eine Kompilation aus verschiedenen Werken handelt. Wie dem auch sei, *Causae et Curae* ist ein naturwissenschaftliches Werk, das aus theologischer und medizinischer Sicht neben anderen Themen auch die Ernährung und deren Auswirkungen auf den Körper und die Gesundheit beleuchtet. Dabei interessant sind für den Lateinunterricht die Stellen, bei denen Hildegard ihr (medizinisches) Wissen über die Ernährung weitergibt⁹².

Hildegard von Bingen habe ich für das Modul 'Ernährung' ausgewählt, weil die SchülerInnen sie – wahrscheinlich im Gegensatz zu vielen anderen lateinischen AutorInnen – vermutlich bereits kennen oder zumindest einmal von ihr gehört haben. Denn Hildegard von Bingen ist auch heute noch eine bekannte Person, und das nicht nur in philologisch-kulturwissenschaftlich gebildeten Kreisen, sondern auch in der alltäglichen Welt durchschnittlicher BürgerInnen. Sie liegt somit näher an der Erfahrungswelt der SchülerInnen als viele andere AutorInnen, die im Lateinunterricht üblicherweise vorkommen, und schafft einen Gegenwartsbezug⁹³ zum Leben der SchülerInnen, der sich positiv auf das Lernverhalten der Jugendlichen auswirken kann.

Alternativ zu der im Kapitel 4.1 *Das Thema Ernährung in der Fachschriftstellerei* vorgeschlagenen Unterrichtsvorbereitung könnte hier als Stundeneinstieg ein kurzer einführender Film vom Internet-Videoportal YouTube gezeigt werden⁹⁴ – allerdings nur, wenn diese Möglichkeit des Stundeneinstieges nicht schon in der ersten Unterrichtsstunde zum Thema Ernährung genutzt wurde, denn der Einsatz neuer Medien sollte nicht über der methodischen Varianz stehen⁹⁵.

3.2 Lyriker und Epiker

In diesem Kapitel wird es nicht mehr um fachschriftstellerische Werke über die Diätetik gehen, die uns einen Einblick in die Ernährungsweise zur Zeit ihrer Abfassung bieten, sondern um lateinische lyrische und epische Texte, in denen die Themen Essen und Trinken literarisch

⁹¹ vgl.: Schipperges (1992): S. 43

⁹² vgl.: Kaiser (1903): S. 113 und 114

⁹³ vgl.: Keip (2011): S. 194

⁹⁴ zum Beispiel: <http://www.youtube.com/watch?v=IDpq4C711UI> [17.11.2012 18:48]: Dieser ca. 15-minütige Kurzfilm gibt einen guten Einblick in das Leben Hildegards und bettet deren Leben in den Kontext des 12. Jahrhunderts ein.

⁹⁵ vgl.: Keip (2011): S. 196, 197 und 198

bearbeitet wurden. Dazu wird jeweils eine sehr bekannte Schrift von drei der berühmtesten antiken Autoren herausgegriffen und vorgestellt.

3.2.1 (Pseudo-)Vergil

Einem der weitaus bekanntesten lateinischen Dichter, Publius Vergilius Maro, wird ein Gedicht zugeschrieben, das von der Zubereitung eines Kräuterkäses handelt.

Vergil, der im Jahr 70 vor Christus in Oberitalien geboren wurde, war der Sohn einfacher Leute und verbrachte seine Kindheit auf dem Land. Diese Nähe zum Land und zur Natur spiegelt sich auch in seinen Werken wider. Vergils Eltern erkannten das Talent ihres Sohnes früh und förderten ihn, damit er die politische Karriereleiter erklimmen konnte. Als er nach Rom kam, entschied er sich allerdings gegen eine politische Laufbahn und schloss sich zuerst den Neoterikern, dann den Epikureern unter Siron an. Vergil war dann allerdings bis zu seinem Tod 19 vor Christus nicht Philosoph, sondern Dichter, verbrachte sein Leben aber trotzdem nach epikureischer Art.⁹⁶

Neben den Werken *Bucolica*, *Georgica* und *Aeneis*, die tatsächlich der Feder Vergils entstammen, wird ihm auch die *Appendix Vergiliana* zugeschrieben. Dies ist eine Sammlung von eher kürzeren Schriften, von denen die meisten mit großer Wahrscheinlichkeit nicht von Vergil selbst stammen. Dazu gehören 17 kleinere Gedichte, die unter dem Namen *Catalepton* zusammengefasst werden, drei Epyllien und einige Gedichte mit idyllisch-elegischem Charakter.⁹⁷

Zu diesen letztgenannten Gedichten gehört auch das eingangs erwähnte, das die Zubereitung eines Käses als Beikost zu Brot beinhaltet. Der Titel lautet *Moretum* und weist damit schon auf den Inhalt hin, denn das lateinische Wort *moretum*, *-i n.* bedeutet „Kräuterkäsegericht“⁹⁸. Das Gedicht, das in der augusteischen Zeit entstanden ist, umfasst 124 hexametrische Verse und beschreibt detailgetreu den ärmlichen Bauern Simulus, der sich im Morgenrauen eine Art Brot und dazu Kräuterkäse zubereitet, bevor er zur Arbeit auf dem Acker aufbricht. Diese 124 Verse stellen in der römischen Literatur eine Besonderheit dar, weil sie sich auf die alltägliche Welt eines kleinen und einfachen Mannes beschränken und es kein anderes vergleichbares Werk dieser Art gibt⁹⁹.

⁹⁶ vgl.: Fuhrmann (2005): S. 280-283

⁹⁷ vgl.: ebenda: S. 274 und 275

⁹⁸ vgl.: Stowasser (2006): S. 323

⁹⁹ vgl.: Fuhrmann (2005): S. 277

Somit kann dieses pseudo-vergilische Gedicht als einzigartig bezeichnet werden, was es auch für den Lateinunterricht empfehlenswert macht. Das relativ kurze Gedicht stellt eine nahezu perfekte Ergänzung zur Behandlung von Petrons *Cena Trimalchionis* dar, denn die *Cena* zeigt im Gegensatz zu *Moretum* keinen einfachen Bauern, sondern einen mit seinem Vermögen und Prunk prahlenden Neureichen. Wenn man davon absieht, dass die *Cena* Petrons nur ein wenig jünger ist als das *Moretum*, bieten die beiden Schriften eine gute Grundlage, um die sozialen Unterschiede, die darin zu Tage treten, zu analysieren. Die beiden gegensätzlichen Werke sind wie geschaffen für eine vergleichende Analyse der Bedeutung, die dem Essen und Trinken zukam. Darüber hinaus machen sie eine komparatistische Betrachtung dessen möglich, was die beiden Protagonisten Simulus und Trimalchio durch ihre Ernährung und ihren Umgang mit Lebensmitteln ausdrücken.

3.2.2 Horaz

Quintus Horatius Flaccus, ein Freund Vergils, schuf ein weiteres Werk, das sich zwar nicht gänzlich, aber teilweise literarischen Darstellungen von Essen und Trinken widmet.

Horaz wurde vier Jahre nach Vergil geboren, im Jahr 65 vor Christus, und stammte ebenfalls aus einfachen Verhältnissen. Um ihm die bestmögliche Ausbildung zukommen zu lassen, zog sein Vater mit ihm nach Rom, wo er unterrichtet wurde und schließlich über Umwege in den Kreis Vergils kam. Durch die Freundschaft zu Vergil kam er in Kontakt mit dessen Gönner Maecenas und hatte das Glück, dass dieser auch Gefallen an ihm fand. Von nun an wurde er von Maecenas gefördert und damit war sein dichterisches Schaffen finanziell gesichert.¹⁰⁰

Das Werk, in dem sich Horaz auch mit den Themen Ernährung, Essen und Trinken beschäftigt, entstand in seiner ersten Schaffensperiode und wurde um das Jahr 30 vor Christus veröffentlicht. Es trägt den deutschen Titel *Satiren* und ist in zwei Bücher gegliedert, von denen das erste Buch zehn, das zweite acht Satiren enthält.¹⁰¹ Satiren thematisieren meist das alltägliche Leben¹⁰² und kritisieren gesellschaftliche Zustände oder Einzelpersonen, wobei sie nicht nur verhöhnen und spotten, sondern auch witzig sein wollen.¹⁰³

In drei von diesen insgesamt 18 Satiren wird das Essen und Trinken thematisiert, und zwar in der zweiten, vierten und achten Satire des zweiten Buches.

¹⁰⁰ vgl.: ebenda: S. 304 und 305

¹⁰¹ vgl.: ebenda: S. 310

¹⁰² vgl.: Büchner (1970): S. 13

¹⁰³ vgl.: Fuhrmann (2005): S. 309

In der zweiten Satire beruft sich Horaz auf den Bauern Ofellus, der die Kunst, mit wenig zu leben, gepriesen habe. Horaz empfiehlt den LeserInnen einfache und bescheidene Mahlzeiten, weil diese dem Magen besser bekommen würden als üppiges Essen. Der Magen würde durch letztgenannte in Aufruhr versetzt und der Magensaft träge werden.¹⁰⁴

Horaz nimmt in seiner vierten und achten Satire den Luxus bei Tisch aufs Korn. Die vierte beinhaltet ein Gespräch, in dem ein Gesprächspartner dem anderen von seiner Lektüre darüber erzählt, was ein Gastgeber bei einem Mahl aufpassen beziehungsweise beachten sollte.¹⁰⁵ In der achten lässt Horaz jemanden von einem Festmahl erzählen, zu dem er tags zuvor geladen war. Der Berichtende beschreibt den Ablauf, die Speisen und den Prunk, den der Gastgeber zur Schau stellte.¹⁰⁶

Die sechste Satire ist zwar eigentlich nicht den Themen Essen und Trinken gewidmet, könnte aber im Modul 'Ernährung' trotzdem eine Rolle spielen. Horaz preist in dieser sechsten Satire das Leben auf seinem kleinen Gut, das er von Maecenas erhalten hat, und die bescheidene Lebensweise. Am Ende der Satire erzählt Horaz die Fabel von der Stadtmaus und der Landmaus, die auch heute noch sehr bekannt ist und die wahrscheinlich auch die SchülerInnen kennen – vor allem, weil es dazu das beliebte Kinderbuch *Die Stadtmaus und die Landmaus*¹⁰⁷ gibt. Die Fabel handelt von zwei Mäusen, von denen die eine auf dem Land, die andere in der Stadt lebt. Eines Tages besucht die Stadtmaus die Landmaus, die sehr bescheiden, aber in aller Ruhe lebt. Die Landmaus bewirtet die Stadtmaus, so gut sie kann, aber der verwöhnten Stadtmaus ist das trotzdem nicht gut genug und sie überredet die Landmaus, mit ihr in die Stadt zu kommen. Sie marschieren also gemeinsam in die Stadt in das Zuhause der Stadtmaus, die in einem Haus reicher Besitzer wohnt. Dort angekommen, haben sie zwar eine Auswahl an Speisen wie im Schlaraffenland, werden aber von den Hunden des Hauses gestört, die sich auf die Mäuse stürzen wollen. Die Landmaus verlässt daraufhin die Stadt wieder, weil sie lieber bescheiden und ungestört lebt.¹⁰⁸

Die Fabel von der Stadtmaus und der Landmaus lässt sich nun leicht mit dem Thema 'Ernährung' verknüpfen und auf die Menschheit ummünzen. Wenn man nämlich die belehrende Absicht der Textgattung 'Fabel' berücksichtigt, könnte man zu der Aussage kommen, dass ein Leben in Ruhe und Bescheidenheit besser ist als in Luxus und Hektik. Daraus würde für die Ernährung folgen, dass einfaches Essen den Menschen dienlicher sei als üppige Mahlzeiten.

¹⁰⁴ vgl.: Büchner (1970): S. 186-195

¹⁰⁵ vgl.: ebenda: S. 220 bis 227

¹⁰⁶ vgl.: ebenda: S. 256 bis 263

¹⁰⁷ vgl.: Fischer (1997)

¹⁰⁸ vgl.: Büchner (1970): S. 236-245

Da Horaz zu den eher schwerer zu übersetzenden lateinischen Autoren zählt, wäre für den Lateinunterricht besonders die Fabel von der Stadtmaus und der Landmaus empfehlenswert, weil vermutlich die meisten SchülerInnen schon Vorwissen dazu haben und das Übersetzen dadurch erleichtert wird.

Von den drei Satiren, die das Essen und Trinken explizit zum Thema machen, eignet sich die letzte, also die achte des zweiten Buches, am besten für den Unterricht. Die SchülerInnen lernen darin den Ablauf, eine Auswahl von Speisen und den Luxus und Prunk eines Festmahles kennen. Da sich die achte Satire und die *Cena Trimalchionis* jedoch in einigen Punkten ähnlich sind, könnte die achte Satire anstatt der *Cena* behandelt werden, nicht zusätzlich, weil das zu einigen inhaltlichen Überschneidungen führen würde.

3.2.3 Petron

Ein der achten Satire von Horaz in einigen Gesichtspunkten ähnliches Schriftstück ist die sogenannte *Cena Trimalchionis*. Diese ist ein Teil eines nur bruchstückhaft überlieferten Romans, der unter dem Titel *Satyricon libri* bekannt ist und von Titus Petronius in dessen letzten zwei Lebensjahren, also zwischen 64 und 66 nach Christus¹⁰⁹, verfasst wurde.

Der Roman wird als komisch-realistischer bezeichnet, weil er – wie bereits der Titel vermuten lässt – ironisch-parodistischen Charakters ist. So sind die beiden Helden Enkolpius und Giton keine gewöhnlichen Hauptfiguren, denn sie benehmen sich beide nicht heldenhaft und können somit als Anti-Helden gelten. Weitere parodistische Elemente sind zum Beispiel ein Selbstmordversuch, der aufgrund einer stumpfen Rasierklinge scheitert, und eine Rauferei, die als epische Schlacht dargestellt wird. Ein anderes Merkmal dieses Romans sind die verschiedenen sprachlichen Varietäten. Wie kein anderes Werk in der römischen Literatur zeigt Petrons Werk die unterschiedlichen sozialen Schichten auch anhand der verwendeten Sprache auf.¹¹⁰ Im *Satyricon* sind insgesamt drei Sprachebenen zu finden, der *sermo urbanus*, der *sermo vulgaris* und der *sermo poeticus*. Der *sermo urbanus* wird von den durchschnittlich gebildeten RömerInnen gesprochen und auch der Erzähler wendet sich damit an die LeserInnen. Der *sermo vulgaris* ist die Sprachebene, auf der sich die ungebildeten RömerInnen befinden, die vulgäre Ausdrücke verwenden und von der Grammatik der Schriftsprache abweichen. Dieser Sprachebene steht die des *sermo poeticus* gegenüber, welcher dermaßen elitär ist, dass er kaum mehr verstanden wird.¹¹¹

¹⁰⁹ vgl.: Siewert (1994): S. 8

¹¹⁰ vgl.: Fuhrmann (2005): S. 380

¹¹¹ vgl.: Siewert (1994): S. 3

Der ursprüngliche Umfang des *Satyricon*, das die Abenteuer des Studenten Enkolpius schildert, dürfte 24 Bücher betragen haben, wobei heute nur die einstigen Bücher 14, 15 und 16 teilweise überliefert sind. Das Buch 15 entspricht der *Cena Trimalchionis*, die bereits zu Beginn dieses Kapitels erwähnt wurde.¹¹²

Cena Trimalchionis wird die Szene genannt, in der Enkolpius und seine Begleiter zum Festmahl des steinreichen Trimalchio, eines Freigelassenen, eingeladen werden. Von Manfred Fuhrmann wird Trimalchio als „Parvenu“¹¹³ bezeichnet, wodurch dessen Charakter recht gut in nur einem Wort beschrieben wird. Die Geladenen erleben bei Trimalchio ein Mahl, das von Luxus und Überfluss gekennzeichnet ist und prunkvoller kaum sein könnte. Sie werden Zeugen von Gesprächen zwischen ungebildeten und pöbelhaften Menschen und schließlich auch von Trimalchios eigenem Begräbnis, das dieser inszenieren lässt.

Die *Cena Trimalchionis* ist im Unterricht vielfältig einsetzbar, weil durch deren Bearbeitung verschiedene Ziele verfolgt sowie erreicht werden können. Zum einen ist eine Lektüre mit inhaltlichem Schwerpunkt möglich, zum anderen aber auch eine Fokussierung auf die sprachlichen Besonderheiten – oder eine Berücksichtigung beider. Die SchülerInnen finden in diesem Werk neben dem klassischen Latein auch das Vulgärlateinische, was eine Gegenüberstellung beziehungsweise einen Vergleich dieser beiden Varietäten anbieten würde. Aber auch inhaltlich ist das Textstück vielseitig verwendbar, jedoch sollte im Modul 'Ernährung' dieses Thema im Vordergrund stehen. Dabei könnten die einzelnen Gänge, die jeweiligen Speisen und deren Präsentation eine interessante Grundlage für den Unterricht darstellen (siehe auch 4.2 *Das Thema Ernährung in literarischen Aufarbeitungen*). Wie bereits unter 3.2.1 *Vergil* angedeutet, könnte die *Cena Trimalchionis* auch mit Vergils Text *Moretum* in Bezug auf die Ernährung verglichen werden (siehe auch 4.2).

¹¹² vgl.: ebenda: S. 6

¹¹³ vgl.: Fuhrmann (2005): S. 377

4. Das Thema Ernährung in der lateinischen Literatur: Eine fachdidaktische Bearbeitung

Dieses Kapitel widmet sich der Bearbeitung einiger Textstellen aus den unter 3. *Überblick über lateinische Originaltexte zum Thema Ernährung* genannten Texten im Lateinunterricht. Dabei geht es einerseits um die Beschäftigung mit lateinischen Originaltexten, deren Übersetzung und deren sprachliche Besonderheiten, andererseits auch darum, dass eine kritische Auseinandersetzung mit dem Thema Ernährung erreicht wird. Zudem werden die SchülerInnen durch die zu den Textausschnitten gehörenden Arbeitsaufgaben an das neue Format der zentralisierten Reifeprüfung herangeführt (siehe auch Kapitel 1.2 *Ziele dieser Diplomarbeit*). Die für die Bearbeitung im Unterricht ausgewählten Textfragmente werden unterteilt in die der Fachschriftstellerei (4.1 *Das Thema Ernährung in der Fachschriftstellerei*) und die aus literarischen Texten (4.2 *Das Thema Ernährung in literarischen Aufarbeitungen*). Innerhalb dieser Aufteilung kommen die Textstellen in chronologischer Reihenfolge vor und umfassen den Zeitraum vom ersten Jahrhundert nach Christus bis zum elften.

4.1 Das Thema Ernährung in der Fachschriftstellerei

4.1.1 Dritte und vierte Unterrichtsstunde

Nach den ersten zwei in das Thema einleitenden Unterrichtsstunden (siehe Kapitel 2.2.1 und 2.2.2) steht in der dritten und vierten Stunde des Moduls 'Ernährung' ein römisches Rezept des Apicius im Mittelpunkt.

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>Besprechung der Hausübung aus der zweiten Stunde</u>	SchülerInnen stellen ihre Definitionen von 'gesunder Ernährung' vor	gemeinsame Definition von 'gesunder Ernährung' finden	mündliche Besprechung der Hausübungen	20 Min.
<u>Übersetzung der vorgegebenen Textstellen mit Arbeitsaufgaben</u>	SchülerInnen übersetzen die kurzen Textstellen und bearbeiten danach die Arbeitsaufgaben	Verbesserung der sprachlichen Fähigkeiten, Kennenlernen eines röm. Rezeptes	Textausschnitt, Arbeitsaufgaben	50 Min.
<u>Besprechung des Textes und der Aufgaben</u>	die Übersetzung und die Aufgaben werden mit der ganzen Klasse mündlich besprochen	Kontrolle der Übersetzung und der Arbeitsaufgaben	mündliche Besprechung im Plenum	30 Min.

Besprechung der Hausübung:

Am Beginn der dritten Unterrichtsstunde wird die Hausübung, die in der zweiten Stunde aufgegeben wurde (siehe 2.2.2 *Zweite Unterrichtsstunde*), besprochen. Einige SchülerInnen können freiwillig ihre Ergebnisse der Recherche vorstellen und es wird gemeinsam eine These definiert, anhand derer die KonsumentInnen ungesunde von gesunden Produkten unterscheiden können. Dabei liegt das Augenmerk nicht auf einer möglichst differenzierten und wissenschaftlichen Definition, sondern darauf, eine einfach anzuwendende Hilfestellung für das Beurteilen von Produkten herauszuarbeiten. Eine mögliche schultaugliche und prägnante Definition bietet die Homepage des *Zentrums der Gesundheit*:

Die einfachste Methode, um zu entscheiden, ob dieses oder jenes Lebensmittel und ob diese oder jene Zubereitungsart zu einer gesunden Ernährung gehört, besteht darin, sich zu überlegen, ob es dieses oder jenes Produkt ohne die Hilfe der Lebensmittelindustrie geben würde. Wenn nein, dann wird es gemieden [...].¹¹⁴

Mit einer derartigen Richtlinie können die SchülerInnen sehr leicht beurteilen, was als gesund gelten kann und was nicht. Nachdem eine solche einfache These herausgearbeitet wurde, wird diese für den nächsten Teil der Stunde schriftlich festgehalten (zum Beispiel auf der Tafel).

Übersetzung der vorgegebenen Textstellen mit Arbeitsaufgaben:

In der restlichen Zeit der dritten und in der vierten Stunde übersetzen die SchülerInnen zwei kurze Texte und bearbeiten im Anschluss daran die dazugehörigen Arbeitsaufgaben, die sich am Format der neuen Reifeprüfung orientieren (insgesamt drei Seiten, siehe nachfolgende Kopiervorlage). Je nach Belieben der Lehrperson kann die Fertigstellung der Übersetzung und der Arbeitsaufgaben auch als Hausübung aufgegeben werden. In diesem Fall sollte aber in der darauf folgenden Unterrichtsstunde die letzte Arbeitsaufgabe auch im Plenum besprochen werden.

Besprechung des Textes und der Aufgaben:

Wenn die SchülerInnen mit der Bearbeitung der Arbeitszettel fertig sind – idealerweise ca. 30 Minuten vor Ende der vierten Stunde –, werden allfällige Fragen geklärt (bezüglich der Übersetzung der Texte und der Lösung der Aufgaben) und die letzte Arbeitsaufgabe wird gemeinsam diskutiert. Dabei sollte die Klasse eine gemeinsame Entscheidung treffen, ob das im ersten Text genannte Rezept gesund ist oder nicht, und diese Meinung begründen.

¹¹⁴ <http://www.zentrum-der-gesundheit.de/gesunde-ernaehrung.html> [17.10.2012]

Arbeitsaufgaben

Übersetze die zwei folgenden lateinischen Texte in die Unterrichtssprache! Achte darauf, dass deine Übersetzung den Inhalt der Originale wiedergibt und sprachlich korrekt formuliert ist! Zudem sind die beiden Texte Grundlage für die Lösung der nachfolgenden Arbeitsaufgaben. Lies nach dem Übersetzen zuerst sorgfältig die Aufgabenstellungen und löse diese dann auf der Basis der Texte!

Text 1:

Einleitung: Unter dem Namen des Apicius ist ein lateinisches Werk überliefert, das als das bekannteste und umfassendste Kochbuch der Antike gilt. In diesem Werk ist in der Rubrik 'Hülsenfrüchte' unter anderem auch folgendes Rezept zu finden:

Stelle: *De re coquinaria* 5, IV

- | | |
|--|--|
| <ol style="list-style-type: none"> 1 Concicla¹: Cum faba: coques. Teres piper, ligusticum², cuminum, 2 coriandrum³ viride, suffundis liquamen^a, vino et liquamine^a ea 3 temperabis, mittis in caccabum, adicies oleum. Lento igni ferveat 4 et inferes. | ¹ siehe: conchis, -is f.
² ligusticum (Akk. Sg.):
Liebstöckel (ein Gewürz)
³ coriandrum, -i n.: Ko-
riander |
|--|--|

^a liquamen, -inis n.: eine Fischsauce

Text 2:

Einleitung: In der Schrift *Germania* berichtet Tacitus (1. Jh. n. Chr.) über das Volk und das Land der Germanen. Dabei widmet er sich in einem kurzen Abschnitt auch den germanischen Ernährungsgewohnheiten:

Stelle: *Germania*, Absatz 23

- | | |
|--|---|
| <ol style="list-style-type: none"> 1 Cibi simplices: agrestia poma, recens fera¹ aut lac concretum²: 2 sine apparatu, sine blandimentis expellunt famem. | ¹ recens fera: siehe
ferus 3
² lac concretum: siehe
concreco 3 |
|--|---|

Arbeitsaufgabe 1:

Trenne von den folgenden Wörtern die Wortbildungselemente, d.h. Präfix/Suffix und Grundwort (Verba im Infinitiv, Substantiva und Adjektiva im Nominativ Singular), ab und gib die passenden Bedeutungen der einzelnen Elemente an (vgl. Beispiel)!

zusammengesetztes Wort	Präfix / Suffix (Bedeutung) + Grundwort (+ Bedeutung)
z.B. <i>adeunt</i>	Präfix <i>ad-</i> (hin zu) + <i>ire</i> (gehen)
<i>suffundis</i> (Text 1, Zeile 2)	
<i>inferes</i> (Text 1, Zeile 4)	
<i>expellunt</i> (Text 2, Zeile 2)	

Arbeitsaufgabe 2:

Finde in den Texten die Synonyme zu folgenden lateinischen Begriffen und zitiere diese in der rechten Tabellenspalte!

Begriff	Synonym (lat. Textzitat)
<i>edulium</i>	
<i>addere</i>	
<i>flamma</i>	

Arbeitsaufgabe 3:

Wähle aus den gegebenen Möglichkeiten die richtige Übersetzung durch Ankreuzen aus!

sine apparatu, sine blandimentis expellunt famem [Text 2, Zeile 2 und 3] heißt übersetzt:	
ohne Vorbereitung, aber mit Gewürzen vertreiben sie den Hunger	<input type="checkbox"/>
mit Geräten, mit Gewürzen vertreiben sie den Hunger	<input type="checkbox"/>
ohne Vorbereitung, ohne Gewürze vertreiben sie den Hunger	<input type="checkbox"/>
mit feiner Zubereitung, mit wohlschmeckenden Gewürzen vertreiben sie den Hunger	<input type="checkbox"/>

Arbeitsaufgabe 4:

Überprüfe die Richtigkeit der folgenden Aussagen anhand der beiden Texte!

	richtig	falsch
Schon die Römer haben Koriander als Gewürz verwendet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Das Bohnengericht wird bei großer Hitze gekocht.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Germanen haben ihre Speisen gerne scharf gewürzt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pfeffer wurde nur zu medizinischen Zwecken, nicht zum Kochen eingesetzt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Arbeitsaufgabe 5:

Vergleiche die beiden Texte miteinander und arbeite inhaltliche Unterschiede heraus! Beantworte die Frage schriftlich in deinem Heft!

Arbeitsaufgabe 6:

Bildet kleine Gruppen und untersucht gemeinsam das Rezept von Apicius in Hinblick auf die These, die am Anfang dieser Stunde formuliert wurde! Diskutiert über eure Einschätzung und begründet sie. Könnte das Gericht eurer Meinung nach als 'gesund' gelten? Warum/Warum nicht?

4.1.2 Fünfte Unterrichtsstunde

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>Vorlesen des Textes</u>	die Lehrperson liest den anschließend zu übersetzenden Text langsam vor	Schulung des Hörverstehens	Textstelle	5 Min.
<u>Übersetzung des Textes</u>	die SchülerInnen übersetzen alleine oder zu zweit die Textstelle aus Anthimus' Brief	Förderung der sprachlichen Kompetenzen, Übersetzung ist Grundlage für die weitere Arbeit	Textstelle	30 Min.
<u>Gemeinsame Kontrolle der Übersetzung</u>	die SchülerInnen kontrollieren gemeinsam mit der Lehrperson mündlich ihre Übersetzungen	Kontrolle und Verbesserung der Übersetzungen	mündlich	10 Min.
<u>Ankündigung der Hausübung</u>	die Lehrperson erklärt die Hausübung und teilt dazu die Arbeitszettel aus	SchülerInnen beschäftigen sich zu Hause mit dem Text	mündlich, Arbeitszettel für die SchülerInnen	5 Min.

In der vierten Stunde lernen die SchülerInnen den Brief kennen, der zu Beginn des sechsten Jahrhunderts nach Christus von Anthimus über das Thema Ernährung (*De observatione ciborum*) geschrieben wurde.

Vorlesen des Textes:

Zu Beginn der Stunde liest die Lehrperson den Textausschnitt, den die SchülerInnen im Anschluss daran übersetzen, laut und langsam vor. Nach dem Vorlesen werden die ZuhörerInnen gefragt, was sie vom Text verstanden haben.

Eine solche Übung schult laut Kuhlmann nicht nur „das Textverstehen, die Konzentration und die Abspeicherung sprachlichen Wissens“¹¹⁵, sondern wirkt sich motivierend auf die Lernenden aus. Zudem geht die Lernpsychologie davon aus, dass eine Sprache besser gelernt werden kann, wenn sie gehört und gesprochen wird.¹¹⁶

¹¹⁵ vgl.: Kuhlmann (2009): S. 51

¹¹⁶ vgl.: ebenda: S. 51

Übersetzung des Textes:

In den folgenden 30 Minuten der Stunde übersetzen die SchülerInnen in Einzel- oder PartnerInnenarbeit einen Textausschnitt aus dem Anfang von Anthimus' Brief an Theuderich¹¹⁷ (siehe folgende Kopiervorlage).

De observatione ciborum

Übersetze den folgenden lateinischen Text in die Unterrichtssprache! Achte darauf, dass deine Übersetzung den Inhalt des Originals wiedergibt und sprachlich korrekt formuliert ist!

Einleitung: Anthimus, ein griechischer Arzt, schreibt Anfang des sechsten Jahrhunderts einen Brief an Theuderich, den König der Franken, in dem er dem Adressaten seine Erkenntnisse über die Ernährung mitteilt. Am Anfang dieses Briefes beschreibt Anthimus, weshalb seiner Auffassung nach die Zubereitung von Speisen wichtig ist:

Stelle: *De observatione ciborum*, Praefatio

- 1 [...] quoniam prima sanitas hominum in cibis congruis constat¹,
- 2 id est, si bene adhibiti fuerint², bonam digestionem^a corporis
- 3 faciunt; si autem non bene fuerint cocti³, gravitatem stomacho
- 4 et ventri faciunt [...] Si autem bene praeparati fuerint cibi, di-
- 5 gestio bona et dulcis fiet, et humores^b boni nutriuntur. In hoc
- 6 etiam prima sanitas constat ita, ut, qui se taliter voluerint ob-
- 7 servare, aliis medicaminibus non indigebunt.

^a digestio, -onis f.: Verdauung, gemeint ist hier die Verteilung der Nährstoffe im Körper
^b (h)umor, -oris m.: Flüssigkeit, gemeint sind hier die Säfte des Körpers

¹consto 1: beruhen auf

²ergänze: Subj. cibi

³ergänze: Subj. cibi

Gemeinsame Kontrolle der Übersetzung:

Im Anschluss an die Übersetzungsarbeit kontrollieren die SchülerInnen gemeinsam mit der Lehrperson ihre Übersetzungen, wobei Fragen und Probleme bezüglich des Textes geklärt werden.

¹¹⁷ vgl.: Liechtenhan (1963): S. 1 und 2

Ankündigung der Hausübung:

In den letzten paar Minuten dieser Unterrichtsstunde erklärt die Lehrperson die Hausübung, die bis zur nächsten Stunde zu erledigen ist. Die SchülerInnen bekommen Arbeitsblätter mit einigen Aufgaben zum Übersetzungstext, die sie als Hausübung bearbeiten sollen (siehe folgende Kopiervorlagen).

Arbeitsaufgaben zu Anthimus' *De observatione ciborum*

Arbeitsaufgabe 1:

Finde zu folgenden alphabetisch aufgelisteten Fremd- bzw. Lehnwörtern im Text jeweils ein passendes lateinisches Textzitat (Substantiva, Adjektiva, Verba oder Adverbia) und trage dieses in die Tabelle ein!

Fremd- bzw. Lehnwort	lateinisches / griechisches Textzitat
konstant	
Medikament	
präparieren	
sanitär	

Arbeitsaufgabe 2:

Finde im Text jeweils einen passenden lateinischen Gegenbegriff zu den folgenden Begriffen und trage diesen in die Tabelle ein!

Begriff	Gegenbegriff (lat. Textzitat)
malus	
morbus	
venenum	
ingratus	

Arbeitsaufgabe 3:

Wähle aus den gegebenen Möglichkeiten die dem Text entsprechenden Aussagen durch Ankreuzen aus!

Die Gesundheit hängt mit der Menge der Speisen zusammen, die ein Mensch täglich zu sich nimmt.	<input type="checkbox"/>
Menschen, die auf ihre Ernährung achten, brauchen keine Medikamente.	<input type="checkbox"/>
Qualitativ hochwertige Produkte beeinflussen die Gesundheit positiv.	<input type="checkbox"/>
Speisen, die nicht richtig zubereitet wurden, kann der Körper nicht verarbeiten.	<input type="checkbox"/>
Die richtige Zubereitung der Speisen spielt bei der Gesunderhaltung eine wichtige Rolle.	<input type="checkbox"/>
Warme Speisen kann der Körper besser verarbeiten als kalte.	<input type="checkbox"/>

Arbeitsaufgabe 4:

Fasse den Inhalt des Textes in deinem Heft mit eigenen Worten und in ganzen Sätzen zusammen (max. 30 Wörter)!

Arbeitsaufgabe 5:

Kommentiere den Text ausgehend von den folgenden Leitfragen! Beantworte die Fragen in deinem Heft in ganzen Sätzen (max. 100 Wörter)!

- Wie wird Anthimus' Einschätzung heute gesehen? Hat seine Meinung, dass eine richtige Zubereitung der Speisen wichtig für die Gesundheit sei, auch heute noch Gültigkeit?
- Welche Zubereitungsarten von Speisen werden heute als gesund und welche als ungesund angesehen? Vergleiche dies mit dem Text!

Arbeitsaufgabe 6:

Verfasse einen Brief an Anthimus, in welchem du auf den Inhalt des Textes eingehst! Erkläre ihm aus deiner eigenen Perspektive Unterschiede/Gemeinsamkeiten zur heutigen Sicht auf das Thema! Formuliere in ganzen Sätzen und halte den Brief schriftlich in deinem Heft fest (max. 150 Wörter)!

4.1.3 Sechste Unterrichtsstunde

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>Besprechung der Hausübung aus der letzten Stunde</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Kontrolle der Arbeitsaufgaben 1, 2 und 3 - die SchülerInnen diskutieren gemeinsam die Ergebnisse der Hausübung (Arbeitsaufgabe 4, 5 und 6) 	Aufarbeitung der Ergebnisse, Diskussion über gesunde Zubereitung von Speisen	mündlich, Hausübungen der SchülerInnen	10 Min. 40 Min.

Besprechung der Hausübung aus der letzten Stunde:

Nachdem am Anfang der sechsten Unterrichtsstunde zum Modul 'Ernährung' die Arbeitsaufgaben 1 bis 3 der Hausübung besprochen wurden, werden die SchülerInnen in drei Gruppen geteilt, in denen sie über die Inhalte der Arbeitsaufgaben 4, 5 und 6 diskutieren. Dabei soll sich aber nicht jede Gruppe allen drei Arbeitsaufgaben widmen, sondern jede Gruppe bekommt eine Arbeitsaufgabe (4, 5 oder 6) zugeteilt. Nach dieser Diskussion in den drei kleinen Gruppen, die ungefähr 15 bis 20 Minuten dauert, folgt eine Besprechung der drei Arbeitsaufgaben im Plenum. Da die Gruppen jeweils eine Arbeitsaufgabe besprochen haben, stellt jede Gruppe ihre bearbeitete Aufgabe den MitschülerInnen vor. Anmerkungen, Fragen und Ergänzungen durch die Lehrperson und die MitschülerInnen sind natürlich jederzeit willkommen.

4.1.4 Siebente Unterrichtsstunde

In der siebten, achten und neunten Unterrichtsstunde des Moduls 'Ernährung' werden einige Textausschnitte aus dem Werk *Causae et Curae*¹¹⁸ von Hildegard von Bingen behandelt.

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>Gruppenbildung</u>	die SchülerInnen werden in vier möglichst gleich große Gruppen aufgeteilt	Gruppen für das Gruppenpuzzle bilden	mündlich	5 Min.
<u>Gruppenpuzzle</u> ¹¹⁹ (auch als 'ExpertInnenrunde' bekannt)	jede Gruppe übersetzt einen anderen Textausschnitt und bespricht die dazu gehörenden Arbeitsaufgaben	intensive Beschäftigung mit einem Textausschnitt	verschiedene Textausschnitte mit dazugehörigen Fragen	45 Min.

Gruppenbildung:

Am Beginn der siebten Stunde werden die SchülerInnen in vier gleich große – oder zumindest annähernd gleich große – Gruppen aufgeteilt (Gruppe 1, 2, 3 und 4). Um zu verhindern, dass immer dieselben SchülerInnen gemeinsam arbeiten, könnten für die Gruppenbildung verschiedene lateinische Obst-, Gemüse-, Fleisch- und Getränkesorten auf Kärtchen geschrieben werden und die SchülerInnen finden sich nach dem Ziehen eines solchen Kärtchens in den jeweiligen Gruppen zusammen.

Gruppenpuzzle:

Nach der Gruppeneinteilung übersetzt jede Gruppe einen anderen Textausschnitt, den sie von der Lehrperson zugeteilt bekommt, und bearbeitet und bespricht die zum jeweiligen Text gehörenden Arbeitsaufgaben (siehe folgende Arbeitsblätter¹²⁰). Somit werden die TeilnehmerInnen einer Gruppe zu 'ExpertInnen' für den Text, der ihrer Gruppe zugeteilt wurde. Die Aufgabe der Lehrperson während dieser Phase der Gruppenarbeit ist es, bei aufkommenden Fragen und Problemen für die Gruppen da zu sein, ihnen bei der Übersetzung über die Schulter zu schauen und sie bei Übersetzungsfehlern auf diese aufmerksam zu machen.

¹¹⁸ Kaiser (1903): S. 114, 118, 149 und 150

¹¹⁹ vgl.: Drumm (2007): S. 131

¹²⁰ Quellenangabe siehe Abbildungsverzeichnis

Gruppenarbeit zum Thema Ernährung bei Hildegard von Bingen

Gruppe 1

Übersetzt den folgenden lateinischen Text eurer Gruppe in die Unterrichtssprache! Achtet darauf, dass eure Übersetzung den Inhalt des Originals wiedergibt und sprachlich korrekt formuliert ist!

Einleitung: Hildegard von Bingen (11. Jh.) schreibt in ihrem Werk *Causae et Curae* unter anderem auch ihr Wissen über die Ernährung nieder und erteilt den LeserInnen Ratschläge. Über das Schlafen kurz nach dem Essen weiß Hildegard Folgendes zu sagen:

Stelle: *Causae et Curae*, zweites Buch 'De dormitione'

- | | | |
|---|---|--|
| 1 | Homo post cibum statim non dormiat, antequam gustus ¹ et | ¹ gustus, -us m.: Geschmack |
| 2 | succus ² ac odor ³ eorum ad loca sua perveniant. Sed post cibum | ² succus, -i m.: Saft |
| 3 | per aliquam brevem moram a dormitione se contineat, ne si | ³ odor, -oris m.: Geruch |
| 4 | repente post cibum dormierit, eadem dormitio gustum et | |
| 5 | succum ac odorem ciborum in iniusta et contraria loca ducat et | |
| 6 | ne velut pulverem hac et illac in venis ^a dispergat. | |

^a vena, -ae f.: damit sind die Adern/Gefäße des Menschen gemeint

Arbeitsaufgaben:

- Trenne von den folgenden Wörtern die Wortbildungselemente, d.h. Präfix/Suffix und Grundwort (Verba im Infinitiv, Substantiva und Adjektiva im Nominativ Singular), ab und gib die passenden Bedeutungen der einzelnen Elemente an!

zusammengesetztes Wort	Präfix / Suffix (Bedeutung) + Grundwort
perveniant (Zeile 2)	
iniusta (Zeile 5)	
dispergat (Zeile 6)	

- Gib den Inhalt des Textes mit eigenen Worten und in ganzen Sätzen wieder (max. 50 Wörter)!

- Wähle aus den gegebenen Möglichkeiten die dem Text entsprechenden Aussagen durch Ankreuzen aus!

Hildegard von Bingen meint, dass man sich nicht gleich nach dem Essen schlafen legen sollte, weil das Essen sonst wie ein Stein im Magen liegt.	<input type="checkbox"/>
Man sollte nicht direkt nach einer Mahlzeit schlafen, weil dann verschiedene Stoffe nicht an ihren Platz gelangen können.	<input type="checkbox"/>
Wenn man sofort nach dem Essen schlafen geht, ist die Qualität des Schlafes nicht gut.	<input type="checkbox"/>
Nach dem Essen sollte man lange warten, bis man sich niederlegt.	<input type="checkbox"/>

- Wie wird das Schlafen nach dem Essen heute bewertet? Wird davon abgeraten oder wird es empfohlen und welche Begründungen gibt es dafür?

Gruppe 2

Übersetzt den folgenden lateinischen Text eurer Gruppe in die Unterrichtssprache! Achtet darauf, dass eure Übersetzung den Inhalt des Originals wiedergibt und sprachlich korrekt formuliert ist!

Einleitung: Hildegard von Bingen (11. Jh.) schreibt in ihrem Werk *Causae et Curae* unter anderem auch ihr Wissen über die Ernährung nieder und erteilt den LeserInnen Ratschläge. Sie geht auch darauf ein, wie viel gegessen werden sollte, und berücksichtigt dabei den Einfluss der Stimmungslage:

Stelle: *Causae et Curae*, zweites Buch 'De aestis intemperie et ciborum diversitate'

- 1 [...] dum homo magnam tristitiam patitur, sufficienter de convenientibus¹ sibi cibis comedat, ut per cibos refocilletur, quoniam tristitia eum gravat. Dum autem magnam laetitiam habet², modicum comedat, quoniam sanguis eius in apertione³ vagationis^a tunc dissolutus est⁴, ne si tunc multum comederit, humores^b, qui in sanguine eius sunt, in procellas febrium vertantur.

¹ conveniens, -entis: passend (im Sinne von 'bekömmlich')

² erg. Subj.: homo

³ apertio, -onis f.: Öffnung

⁴ dissolvo 3: frei machen

^a übersetze: Gefäßbahn

^b humor, -oris m.: hier sind die Säfte des Körpers gemeint

Arbeitsaufgaben:

1. Findet im Text ein Gegensatzpaar (Antonyme) und schreibt dieses heraus!

2. Gliedert den folgenden Satz aus dem Text in Hauptsatz (HS) und Nebensätze (NS)!

Sed et dum homo magnam tristitiam patitur, sufficienter de convenientibus

sibi cibis comedat, ut per cibos refocilletur, quoniam tristitia eum gravat.

3. Vergleicht den Text mit dem bekannten Sprichwort „Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“!

4. Teilt ihr die Meinung Hildegards von Bingen? Womit könnte sie aus heutiger Sicht Recht haben, womit nicht?

Gruppe 3

Übersetzt den folgenden lateinischen Text eurer Gruppe in die Unterrichtssprache! Achtet darauf, dass eure Übersetzung den Inhalt des Originals wiedergibt und sprachlich korrekt formuliert ist!

Einleitung: Hildegard von Bingen (11. Jh.) schreibt in ihrem Werk *Causae et Curae* unter anderem auch ihr Wissen über die Ernährung nieder und erteilt den LeserInnen Ratschläge. Zum Thema 'Trinken' gibt Hildegard folgende Tipps:

Stelle: *Causae et Curae*, zweites Buch 'De aestis intemperie et ciborum diversitate'

- 1 Et homo in hieme non multum bibat, quia aer humores^a eius
- 2 tunc humectat¹, quoniam si tunc multum biberit, humores, qui ¹ humectat: siehe umecto 1
- 3 in se sunt, evertunt et sibimet² infirmitates inducit. Et vinum ² sibimet: verstärktes sibi
- 4 aut cerevisiam in hieme bibat et aquam, si potuerit, devitet,
- 5 quia eo tempore aquae sanae non sunt³ propter humiditatem ³ aquae sanae non sunt: übersetze im Singular
- 6 terrae.

^a humor, -oris m.: hier sind die Säfte des Körpers gemeint

Arbeitsaufgaben:

1. Listet vier verschiedene lateinische Begriffe aus dem Sachfeld 'Getränke' auf, die im Text vorkommen und nicht als Vokabeln angegeben sind!

1.	2.
3.	4.

2. Ergänzt die folgenden Sätze dem Inhalt des Textes entsprechend!

Im Winter sollte nicht viel getrunken werden, weil _____

weil Wasser im Winter nicht gesund ist.

Durch vieles Trinken im Winter werden _____

und _____

3. Was sagt der Textausschnitt über das Trinken aus? Kommentiert und kritisiert diese Aussagen!


 Gruppe 4

Übersetzt den folgenden lateinischen Text eurer Gruppe in die Unterrichtssprache! Achtet darauf, dass eure Übersetzung den Inhalt des Originals wiedergibt und sprachlich korrekt formuliert ist!

Einleitung: Hildegard von Bingen (11. Jh.) schreibt in ihrem Werk *Causae et Curae* unter anderem auch ihr Wissen über die Ernährung nieder und erteilt den LeserInnen Ratschläge, denen zufolge manche Speisen gesund sind, manche allerdings nicht. Zu den fettreichen Speisen meint Hildegard Folgendes: Stelle: *Causae et Curae*, zweites Buch 'De pinguedine'

- 1 Si quis homo carnes et alias escas supra modum pingues aut
- 2 ullos cibos supra modum sanguine impinguatos comedit,
- 3 potius ex eis infirmitatem quam sanitatem incurrit¹ [...]. ¹ erg. Subj.: homo
- 4 Et ideo homo recte temperatas in pinguedine carnes et recte
- 5 temperatos in sanguine cibos edat, ut eos usque ad² bonam et ² usque ad (+ Akk.): bis zu
- 6 rectam digestionem retinere possit.

Arbeitsaufgaben:

1. Findet im Text jeweils einen passenden lateinischen Gegenbegriff zu den folgenden Begriffen und tragt diesen in die Tabelle ein!

Begriff	Gegenbegriff (lat. Textzitat)
falsus	
valetudo	
tenuis	
malus	

2. Findet zu den folgenden Fremd- bzw. Lehnwörtern im Interpretationstext jeweils ein passendes lateinisches Textzitat (Substantiva, Adjektiva, Verba oder Adverbia) und tragt dieses in die Tabelle ein!

Fremd- bzw. Lehnwort	lateinisches Textzitat
retardiert	
Bon	
temperamentvoll	
Sanitäter	

3. Fasst den Inhalt des Textes in eigenen Worten mündlich zusammen!
4. Bringt den folgenden Spruch mit dem Text in Verbindung und diskutiert anhand der Leitfragen darüber!

„Fleischesser sind die lebenden Gräber ermordeter Tiere.“ (G.B. Shaw, 1856 – 1950)

 - Wo liegen Gemeinsamkeiten, wo Unterschiede?
 - Was will der Text aussagen? Was der Spruch?
 - Wie wird fettreiches Essen heute in der Medizin/Ernährungsforschung bewertet?

4.1.5 Achte und neunte Unterrichtsstunde

In den zwei auf die siebte Stunde folgenden Unterrichtsstunden wird das Gruppenpuzzle fortgesetzt.

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>neue Gruppenbildung</u>	die Gruppen der letzten Stunde werden aufgelöst und vier neue Gruppen gebildet, sodass in jeder neuen Gruppe jeweils ein/e Schüler/in aus der alten Gruppe ist	Fortsetzung des Gruppenpuzzles	unter Anleitung der Lehrperson	5 Min.
<u>Gruppenarbeit</u>	jede Gruppe bespricht gemeinsam einen Text nach dem anderen	Beschäftigung mit allen Texten	Übungsblätter aus der siebten Stunde	95 Min.

Neue Gruppenbildung:

Zu Beginn der achten Stunde werden vier neue Gruppen gebildet. Dazu werden die alten Gruppen (1, 2, 3 und 4) zuerst aufgelöst und dann so neu zusammengesetzt, dass jede neue Gruppe aus jeweils einer Person aus den alten Gruppen besteht. Die neuen Gruppen haben somit für jeden der vier Texte eine/n 'Experten/in', der/die sich in der siebten Stunde intensiv mit 'seinem/ihrer' Text beschäftigt hat.¹²¹ Die SchülerInnenzahl wird es jedoch erfordern, dass es in den neuen Gruppen teilweise auch zwei 'ExpertInnen' für einen Text gibt.

Gruppenarbeit:

Da nun jede/r Gruppenteilnehmer/in 'Experte/in' für jeweils einen Text ist, hat diejenige Person in der Gruppenarbeit die Aufgabe, 'ihren' Text mit der Gruppe zu besprechen. Dabei steht nicht die schriftliche Übersetzung des Textes im Mittelpunkt, sondern vielmehr das Textverständnis und das gemeinsame Diskutieren über die Inhalte der Texte. Bei vier zu besprechenden Texten bekommt jede/r 'Experte/in' für seinen/ihren Text und die dazugehörigen Arbeitsaufgaben rund 25 Minuten Zeit, danach kommt die/der nächste Schüler/in an die Reihe.

Ziel dieser Gruppenarbeit ist es, dass am Schluss der neunten Stunde alle SchülerInnen jeden der vier Texte inhaltlich kennen und alle über die Textausschnitte von Hildegard von Bingen diskutiert haben.

¹²¹ vgl.: Drumm (2007): S. 131

4.2 Das Thema Ernährung in literarischen Aufarbeitungen

Die letzten drei Stunden des Moduls 'Ernährung' sind zwei literarischen Aufarbeitungen, und zwar Pseudo-Vergils *Moretum* (zehnte Stunde) und Petrons *Cena Trimalchionis* (elfte und zwölfte Stunde), gewidmet. Die SchülerInnen sollen damit zwei literarische Texte, in denen das Essen und Trinken ein zentrales Element darstellt, und die Bedeutung der Ernährung kennen lernen.

4.2.1 Zehnte Unterrichtsstunde

Die zehnte Unterrichtsstunde ist dem pseudovergilischen Gedicht *Moretum* gewidmet.

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>Vorlesen der Übersetzung von Johann Heinrich Voss</u>	die deutsche Übersetzung des Gedichtes <i>Moretum</i> wird von der Lehrperson vorgelesen – bis auf den Teil, der im Anschluss daran übersetzt wird	Kennenlernen der Textstellen, die aus zeitlichen Gründen nicht übersetzt werden können	Übersetzung	10 Min.
<u>Übersetzung einer Textstelle</u>	die SchülerInnen übersetzen die vorgegebene Textstelle anhand eines Puzzles	Kennenlernen des Textes	Textstelle, Puzzle	35 Min.

Vorlesen der Übersetzung von Johann Heinrich Voss:

Da das Gedicht *Moretum* zu umfangreich ist, um es im Lateinunterricht vollständig zu übersetzen, liest die Lehrperson am Beginn der Stunde das Gedicht auf Deutsch vor – bis zu der Stelle, die die SchülerInnen danach zu übersetzen haben. Die Übersetzung, die im Folgenden dafür vorgeschlagen wird, wurde im Jahr 1800 von Johann Heinrich Voss angefertigt und würde damit wieder einen fächerübergreifenden Unterricht Latein – Deutsch anbieten. Dies hätte den großen Vorteil, dass die ganze deutsche Übersetzung des Gedichtes *Moretum* genauer gelesen und besprochen werden könnte, als dies im Lateinunterricht aus zeitlichen Gründen machbar ist.

Übersetzung von Johann Heinrich Voss:

Säumend hatte die Nacht zehn Winterstunden vollendet,
Und der geflügelte Wächter den Tag hellkrähend verkündet:
Als des mäßigen Guts sorgfältiger Ackerbesteller
Simulus, um nicht Faste des kommenden Tages zu dulden,

[...]

Oefnet sich dann vorschauend die schließende Pforte der Kammer.

Drinnen lag auf der Erd' ein dürftiger Haufen Getreides:
Hiervon raft er gebückt, bis ganz zur Fülle des Maßes,
Das ein Gewicht zu fassen von sechzehn Pfunden gehöhlt ward;
Geht dann hinaus, und eilt' an die Mühl' und auf winzigem Brettlein,

Welches geheftet die Wand zu jenem Dienste bewahrte,
Stellt er das freundliche Licht; die Arme darauf des Gewandes
Beid' entblößt, und den Balg der gezottelten Geis umgürtend,
Fegt er zuvor mit dem Quaste die Steine der Mühl' und die Höhlung.
Jezo ruft er die Händ' ans Geschäft, in gleicher Vertheilung:

Angestrengt ist die Linke zum Dienst, und die Rechte zur Arbeit.
Diese dreht in beständigem Kreis', und beflügelt den Umlauf;
Während das Schrot abläuft von dem schmetternden Schwung des Gesteines.
Manchmal tritt an die Stelle der müden Schwester die Linke,
Bei abwechselndem Amt. Bald singet er bäurische Lieder,

[...]

Als er nunmehr fehllos das Geschäft der Zermahlung vollendet;

Trägt er darauf mit der Hand das geschrotene Korn in das Mehlsieb,
Rüttelt dann: oben nun bleibt die gesonderte Klei an dem Boden;
Nieder sinkt ungefälscht, durch engende Fugen geläutert,
Ceres reines Geschenk. Dann schnell auf geglätteter Tafel
Legt er es sorgsam hin, und beströmts mit laulichter Welle;

Mischt dann in eins, und knätet den Quell und die Blume des Mehles;
Kehrt das gehärtete quer mit der Hand, und sprengt die Häuflein
Oft mit geläutertem Salz. Den zähe gequollenen Teig nun
Drückt er glatt, mit den Händen zur eigenen Ründ' ihn erweiternd,
Zeichnet ihn dann, einprägend das gleich abstehende Viereck.

[...]

Nachbarlich stieß ein Garten ans Haus, von wenigem Weidicht
und dünnhalmigem Rohr für die schneidende Sichel befriedigt:
Mäßiges Raums, doch ergiebig an mancherlei fruchtbaren Kräutern.
Jenem mangelte nichts, was erheischt des Armen Bedürfnis:

[...]

Hier war Kohl, hier mutig die Arm' ausstreckender Mangold;
Hier weitwuchernder Ampfer, und heilsame Malven und Alant;
Hier die süßliche Möhr', und buschichte Häupter des Lauches;

Hier auch grünt' ein schläfernder Mohn mit kalter Betäubung;
Auch der Salat, der labend die edleren Schmäuse beschließt;
Häufig auch sproßt' umher mit schwellender Wurzel der Rettich;
Und schwer hing an der Ranke mit breitem Bauche der Kürbis.

[...]

[Anmerkung: Das Ende des Gedichtes könnte nach dem Übersetzen noch vorgelesen werden.]

Cybale [die Magd] scharret indeß auch ämsig das Brot aus der Asche,

Welches warm in den Händen der freudige Simulus hinnimt;
Dann auf den folgenden Tag vor des Hungers Sorge gesichert,
Fügt er in ähnliche Stiefel die Bein', und, bedeckt von der Kappe,
Spannt er in Joch und Seile die willig gehorchenden Farren,
Lenkt auf den Acker hinaus, und drängt in die Erde die Pflugschar.¹²²

¹²² http://www.hs-augsburg.de/~harsch/germanica/Chronologie/18Jh/Voss/vos_appv.html#moretum
[26.11.2012 11:19]: Eine gedruckte Version war mir leider nicht zugänglich.

Übersetzung einer Textstelle:

Nach dem Vorlesen des Anfanges des Gedichtes bekommen die SchülerInnen von der Lehrperson einen Textausschnitt¹²³ aus Vergils *Moretum* vorgelegt, den es in dieser Stunde zu bearbeiten gilt (siehe Kopiervorlage [Puzzle und lateinischer Text]). Da der Text allerdings eher schwierig zu übersetzen ist, bietet sich hier eine besondere Art der Übersetzung an: die 'Puzzlemethode'. Dabei arbeiten die SchülerInnen nicht nur mit dem lateinischen Text, sondern gleichzeitig mit seiner deutschen Übersetzung, die jedoch in Einzelteile zerschnitten wurde. Die Aufgabe der SchülerInnen ist es, anhand des lateinischen Textes das deutsche 'Puzzle' (= die Übersetzung) richtig zusammensetzen, sodass am Schluss kein Puzzleteil übrig bleibt.

Der Vorteil dieser Methode ist, dass auch ein recht schwieriger Text in relativ kurzer Zeit bearbeitet werden kann und sich der hohe Schwierigkeitsgrad der Textstelle nicht negativ auf die Motivation der SchülerInnen auswirkt. Um es den SchülerInnen jedoch nicht allzu einfach zu machen, ist für das Puzzle eine solche Übersetzung wie die von Johann Heinrich Voss empfehlenswert, da diese nicht in einem heute üblichen Deutsch geschrieben wurde.

Übersetzung von Johann Heinrich Voss (Kopiervorlage für das Puzzle):

Zur Herstellung des Puzzles wird die unten abgebildete Vorlage kopiert, ausgeschnitten, laminiert und schließlich zeilenweise in einzelne Teile zerschnitten, wobei der Schwierigkeitsgrad durch die Größe der Puzzleteile variiert werden kann. Je nach Anzahl der SchülerInnen müssen dementsprechend viele Puzzles hergestellt werden. Um zu gewährleisten, dass alle Gruppenmitglieder aktiv an der Übersetzung arbeiten, sind kleine Gruppen empfehlenswerter als große (max. drei SchülerInnen pro Gruppe).

¹²³ Salvatore (1960): S. 44-46

Dies nun trägt er hinein, und sitzt ans fröhliche Feuer,
 fodert darauf von der Magd mit lauter Stimme den Mörser.
 Jegliches Haupt entblößt er von zahlreich hüllender Rinde,
 und wie die oberen Häutchen er abzieht, streut er verachtend
 rings auf die Erde sie hin; und die Knoll', auf Grase bewahret,
 spület er, senket sie dann in des Steins gehöhlete Ründung.
 Körniges Salz nun streut er; und hart von zerfressenem Salze,
 kommt ein Käse dazu; drauf schüttet er alle die Kräuter.
 Gießt auch ein wenig hinzu von der Kraft des beißenden Essigs;
 Dann von neuem vermischt er das Werk, und wieder von neuem.
 Endlich kehrt er den Mörser mit zwei umlaufenden Fingern
 rings, und preßt das zerstreute zu einer ballenden Kugel.
 So wird Form und Namen dem fertigen Mörsergerichte.

Pseudo-Vergils *Moretum*

Übersetzt in eurer Gruppe mündlich den lateinischen Text und stellt gleichzeitig anhand eurer Übersetzung das deutsche Textpuzzle zusammen!

Einleitung: Simulus, ein ärmlicher Bauer, steht am Morgen auf und bereitet ein Fladenbrot zu. Um sich einen Kräuterkäse als Zukost zum Brot zuzubereiten, geht er in den Garten und sammelt einige frische Kräuter:

Stelle: *Moretum*, Vers 90 bis 97 und 112 bis 116

- 1 haec ubi collegit, laetum consedit ad ignem
- 2 et clara famulam poscit mortaria voce.
- 3 singula tum capitum nodosco corpore nudat
- 4 et summis spoliat coriis contemptaque passim
- 5 spargit humi atque abicit. Servatum gramine bulbum
- 6 tinguit aqua lapidisque cavum demittit in orbem.
- 7 his salis inspargit micas, sale durus adeso
- 8 caseus adicitur, dictas super ingerit herbas
- [...]
- 9 exiguique super vires infundit aceti
- 10 atque iterum commiscet opus mixtumque retractat.
- 11 tum demum digitis mortaria tota duobus
- 12 circuit inque globum distantia contrahit unum,
- 13 constet ut effecti species nomenque moreti.

4.2.2 Elfte Unterrichtsstunde

In der vorletzten Stunde des Moduls 'Ernährung' lernen die SchülerInnen die *Cena Trimalchionis* kennen.

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>Übersetzung eines Ausschnittes der <i>Cena Trimalchionis</i></u>	von der Lehrperson werden Arbeitsblätter zur <i>Cena Trimalchionis</i> ausgeteilt; die SchülerInnen übersetzen in der Stunde die vorgegebene Textstelle	Verbesserung der sprachlichen Fähigkeiten, Kennenlernen der <i>Cena Trimalchionis</i>	Arbeitsblatt	45 min.
<u>Hausübung</u>	die Lehrperson gibt eine Übung bis zur nächsten Stunde auf: Bearbeitung der Arbeitsaufgaben zur <i>Cena Trimalchionis</i>	Grundlage für die nächste Unterrichtsstunde, Beschäftigung mit für die neue Reifeprüfung wichtigen Arbeitsaufgaben, Textinterpretation	Arbeitsblatt	5 Min.

Übersetzung eines Ausschnittes der *Cena Trimalchionis*:

In der elften Stunde übersetzen die SchülerInnen einen Ausschnitt¹²⁴ aus der *Cena Trimalchionis* (siehe folgende Kopiervorlage), für deren Bearbeitung sie fast die ganze Unterrichtsstunde Zeit bekommen.

¹²⁴ Friedlaender (1960): S. 94

Cena Trimalchionis

Übersetze den folgenden lateinischen Text in die Unterrichtssprache! Achte darauf, dass deine Übersetzung den Inhalt des Originals wiedergibt und sprachlich korrekt formuliert ist!

Einleitung: Der Protagonist Enkolpius berichtet in der *Cena Trimalchionis* vom Mahl bei dem neureichen Trimalchio. Er beschreibt den Ablauf des Gastmahles, das kaum prunkvoller sein könnte, und berichtet von der Vorspeise Folgendes:

Stelle: *Cena Trimalchionis*, Absatz 33

- 1 nobis repositorium allatum est cum corbe, in quo gallina erat li-
- 2 gnea patentibus alis, quales esse solent quae incubant ova. acces-
- 3 sere duo servi et symphonia strepente scrutari paleam^a
- 4 coeperunt erutaque subinde pavonina ova divisere convivis. [...]
- 5 accipimus nos cochlearia non minus selibras pendentia ovaque ex
- 6 farina pingui figurata pertundimus. ego quidem paene proieci
- 7 partem meam, nam videbatur mihi iam in pullum coisse. deinde
- 8 ut audivi veterem convivam: „hic nescio quid boni debet esse“,
- 9 persecutus¹ putamen manu pinguisimam ficedulam inveni pipe-
- 10 rato vitello² circumdatam.

¹ übersetze: unter-
suchen
² vitellus, -i m.:
Eidotter

^a palea, -ae f.: Spreu (gemeint ist hier die Spreu, auf der das Huhn wie brütend sitzt)

Hausübung:

Die folgenden zwei Arbeitsblätter (siehe folgende Kopiervorlage¹²⁵) haben die SchülerInnen bis zur nächsten Unterrichtsstunde zu bearbeiten, da diese die Grundlage für die letzte Stunde im Modul 'Ernährung' darstellen. Die Arbeitsaufgaben betreffen jedoch nicht nur die *Cena Trimalchionis*, sondern auch das Gedicht *Moretum*.

¹²⁵ Quellenangabe siehe Abbildungsverzeichnis

Arbeitsaufgaben zum Gedicht *Moretum* und zur *Cena Trimalchionis*

Arbeitsaufgabe 1:

Analysiere den folgenden Vers aus dem Gedicht *Moretum* metrisch, indem du Längen (—) und Kürzen (⊔) einträgst!

metrische Analyse:

et clara famulam poscit mortaria voce,
singula tum capitem nodosco corpore nudat

Arbeitsaufgabe 2:

Gliedere den Textausschnitt der *Cena Trimalchionis* in drei Abschnitte und begründe deine Entscheidung!

Textabschnitt (Z. x-y)	Es handelt sich hierbei um einen eigenen Abschnitt, weil ...
Abschnitt 1 von _____ bis _____	
Abschnitt 2 von _____ bis _____	
Abschnitt 3 von _____ bis _____	

Beantworte die Fragen drei bis sechs schriftlich in deinem Heft!

Arbeitsaufgabe 3:

Wie wird der Gastgeber Trimalchio in der *Cena Trimalchionis* charakterisiert? Was wird hier durch das Essen dargestellt?

Arbeitsaufgabe 4:

Wie wird der Bauer Simulus im Gedicht *Moretum* charakterisiert? Was wird hier durch das Essen dargestellt?

Vergleiche diese Antwort mit der Antwort von Frage 3!

Arbeitsaufgabe 5:

Verfasse eine kurze Charakteristik des Simulus! Formuliere in ganzen Sätzen (max. 70 Wörter)!

4.2.3 Zwölfte Unterrichtsstunde

Inhalt WAS?	Methode WIE?	Ziele/ Anliegen WARUM?	Medien/ Material WOMIT?	Zeit WIE LANGE?
<u>Kontrolle der Übersetzung und der Hausübung</u>	jeweils zwei SchülerInnen tauschen ihre Hefte und korrigieren die Übersetzung und die Arbeitsaufgaben 1 und 2 der Hausübung des/der Mitschülers/in	Kontrolle und Verbesserung der Übersetzung und der Hausübung	Heft eines Mitschülers/einer Mitschülerin	15 Min.
<u>Gruppendiskussion</u>	die SchülerInnen setzen sich in Gruppen zusammen und diskutieren über die Arbeitsaufgaben 3 bis 6 der Hausübung	Aufarbeitung der Interpretationsaufgaben	mündlich, Hausübungen der SchülerInnen	15 Min.
<u>Diskussion mit Gruppenschutz</u> ¹²⁶	die VertreterInnen jeder Gruppe diskutieren gemeinsam über die Arbeitsaufgaben 3 bis 6	Diskussion zwischen allen Gruppen	mündlich	20 Min.

Kontrolle der Übersetzung und der Hausübung:

Am Beginn der zwölften Unterrichtsstunde werden die Übersetzung des Textausschnittes aus der *Cena Trimalchionis* und die ersten beiden Arbeitsaufgaben der Hausübung, die auf diese Stunde zu erledigen war, kontrolliert. Dazu tauschen jeweils zwei SchülerInnen – der Einfachheit halber zwei SitznachbarInnen – ihre Hefte (beziehungsweise ihre Hausübungen) und alle kontrollieren gemeinsam mit der Lehrperson die Lösungen der MitschülerInnen¹²⁷.

Gruppendiskussion:

Nachdem die Übersetzung und die ersten beiden Arbeitsaufgaben der Hausübung kontrolliert wurden, bilden die SchülerInnen Gruppen mit jeweils ungefähr fünf SchülerInnen. In diesen kleinen Gruppen diskutieren die SchülerInnen über die dritte, vierte, fünfte und sechste Arbeitsaufgabe, wofür sie 15 Minuten Zeit bekommen.

Am Ende dieser Gruppendiskussion wählen die SchülerInnen jeder Gruppe eine/n Gruppensprecher/in für die 'Diskussion mit Gruppenschutz' aus.

¹²⁶ vgl.: Brenner (2005): S. 209

¹²⁷ vgl.: Keip (2011): S. 94

Diskussion mit Gruppenschutz:

Auf die Diskussion in den kleinen Gruppen folgt eine Diskussion, in der SprecherInnen der kleinen Gruppen miteinander über die Arbeitsaufgaben drei bis sechs diskutieren. Dabei sind die Auserwählten nicht auf sich alleine gestellt, sondern dürfen von ihren Gruppenmitgliedern durch Tipps, Argumente, Beispiele etc. unterstützt werden.¹²⁸ Dadurch wird die Argumentationskompetenz der SchülerInnen geschult und sie lernen dabei ein gepflegtes Diskussionsverhalten kennen. Damit es zu keinen Problemen und schweigsamen Momenten kommt, ist die Lehrperson in dieser Diskussion der/die Moderator/in.

Da diese Stunde die letzte im Modul 'Ernährung' ist, wäre es sinnvoll, in dieser abschließenden Diskussion auch allgemeine Fragen über das Modul 'Ernährung' (zum Beispiel: Was hast du in diesem Modul über die Ernährung gelernt? Was wird dir aus dem Modul 'Ernährung' im Gedächtnis bleiben? Was hat dir persönlich das Modul gebracht?) zu stellen. Um die VertreterInnen der kleinen Gruppen aber nicht mit solchen Fragen zu überfordern, sollten diese schon zur Besprechung in der kleinen Gruppendiskussion bekannt gegeben werden.

5. Schlussbemerkung

Nun, da ich am Ende meiner Diplomarbeit angelangt bin, möchte ich ein Resümee meiner Beschäftigung mit dem Thema Ernährung in der lateinischen Literatur von der Antike bis in das Mittelalter ziehen.

Rückblickend stelle ich fest, dass die Ernährung in der Antike und im Mittelalter einen sehr großen Stellenwert eingenommen haben muss, was die vielen Textbeispiele zu diesem Thema beweisen, und dass die Ernährung zu jeder Zeit in allen Bevölkerungsschichten thematisiert wurde. Dies ist allerdings nicht verwunderlich, wenn man bedenkt, dass ohne die Ernährung weder menschliches noch tierisches Leben möglich wäre. Durch diese Notwendigkeit wird das Thema auch in der Literatur häufig behandelt.

Es wurde jedoch nicht nur das Essen und Trinken an sich, sondern auch der Zusammenhang zwischen Ernährung und Gesundheit thematisiert. Bereits aus den Schriften von Aulus Cornelius Celsus aus dem ersten vorchristlichen Jahrhundert ging hervor, dass er sich mit dem Einfluss der Ernährung auf die Gesundheit auseinandergesetzt hat, und auch schon zuvor

¹²⁸ vgl.: Brenner (2005): S. 209

hatten sich andere Autoren, zum Beispiel Hippokrates von Kos, mit diesem Zusammenhang beschäftigt. Es war also damals schon bekannt, dass die Ernährung und die Gesundheit in einem engen Verhältnis zueinander stehen. Da die antike Medizin nicht einmal annähernd von solchen Behandlungsmöglichkeiten wie die heutige Medizin Gebrauch machen konnte, war es damals nicht möglich, die Gesundheit (beziehungsweise die Krankheit) wie heute nach Auftreten beziehungsweise Ausbruch der Krankheit zu behandeln, sondern es mussten präventive Maßnahmen ergriffen werden – etwa durch die 'richtige' Ernährung, weshalb umfangreiche Kenntnisse darüber vonnöten waren. Da die heutigen Leistungen der Medizin es allerdings gewährleisten, dass Krankheiten nicht nur präventiv behandelt, sondern auch kuriert werden können, wird die vorbeugende positive Wirkung der Ernährung auf die Gesundheit meiner Meinung nach eher in den Schatten gestellt.

Aus diesem Grund halte ich es für wichtig, dass wir dem Thema Ernährung mehr Platz in unserem Leben einräumen – besonders im Schulalltag und im Unterricht.

Abschließend kann ich festhalten, dass sich die Beschäftigung mit dem Thema Ernährung in Antike und Mittelalter für mich als sehr lohnend herausgestellt hat. Zukunftsorientiert konnte ich so an Unterrichtsbeispielen arbeiten, die ich auch in meinem Berufsalltag als Lehrerin umsetzen kann. Es ging darum, den SchülerInnen die Welt der RömerInnen, mit ihren Trink- und Essgewohnheiten, ihren kulinarischen Traditionen, und ihren Erkenntnissen über Lebensmittel – die den heutigen sehr ähnlich sind – etwas näherzubringen.

Besonders hervorheben möchte ich, dass das Thema wegen des Alltagsbezuges, wir alle essen und trinken mehrmals täglich, den SchülerInnen eindringlich vermittelt werden kann. Dies hoffe ich auch durch meine Unterrichtsbeispiele verdeutlicht zu haben.

6. Abbildungsverzeichnis

Für den Stationenbetrieb (zweite Unterrichtsstunde):

Station 1:

Ananas: Karin Winkler & Dieter Draxl

Bananen: Christina Haller

Basilikum: Dieter Draxl

Birnen: Robert Mader

Bohnen: Ardo Beltz

Datteln: കടക്കര

Feigen: Martin Schwarz

Getreide: Bernhard Falkinger

Granatapfel: Dieter Draxl

Käse: Hannes Wegscheider

Nudeln: Regina Reget

Schokolade: Elisabeth Kettl (Education Group GmbH)

Tomaten: Gabriele Magerl

Zucker: Alexander Scharmer

Zwiebeln: Hedwig Storch

Station 2:

Apfelsaft: Andrea Prock

Bier: Richard Willhelmer

Kaffee: Dieter Draxl

Kakao: Andrea Prock

Milch: Andrea Prock

Mineralwasser: Elisabeth Kettl (Education Group GmbH)

Orangensaft: Elisabeth Kettl (Education Group GmbH)

Wasser: Maria Klingler

Wein: Dieter Draxl

Abbildung 1: römische Handmühle (Zeichnung von Harald Isser)

Abbildung 2: Rekonstruktion eines römischen Speisezimmers (Xanten, Deutschland; Foto: Carole Raddato)

Abbildung 3: Rekonstruktion einer römischen Küche im *Museum Aguntum Stadt* (Foto: Verein Curatorium pro Agunto, Ausschnitt)

Abbildung 4: transportable römische Kochstelle (Zeichnung von Harald Isser)

7. Literaturverzeichnis

Primärliteratur

Büchner, Karl (Hg.): *Horaz. Die Satiren*. Bologna, Casa Editrice Pàtron 1970.

Celsus, Aulus Cornelius: *De Medicina*. Übersetzt von Spencer, W.G. Cambridge / Massachusetts / London, Harvard University Press / William Heinemann Ltd 1948.

Fink, Gerhard (Hg.): *Seneca. Ad Helviam matrem de consolatione. Die kleinen Dialoge, Band II*. München, Artemis & Winkler Verlag 1992.

Friedlaender, Ludwig (Hg.): *Petronii. Cena Trimalchionis*. Amsterdam, Verlag Adolf M. Hakkert 1960.

Fuhrmann, Manfred (Hg.): *Germania. De origine et situ Germanorum liber*. Stuttgart, Verlag Philipp Reclam jun. 1972.

Kaiser, Paulus (Hg.): *Hildegardis Causae et Curae*. Leipzig, Teubner 1903.

Lichtenhan, Eduard (Hg.): *Anthimi. De observatione ciborum ad Theodoricum regem francorum epistula*. Berlin, Akademie-Verlag 1963.

Maier, Robert (Hg.): *Marcus Gavius Apicius. De re coquinaria. Über die Kochkunst*. Stuttgart, Verlag Philipp Reclam jun. 1991.

Salvatore, Armandus (Hg.): *Appendix Vergiliana II. Dirae [Lydia] – Copa – Moretum – Catalepton*. Torino, Paravia 1960.

Salzburger Äbtekonzferenz (Hg.): *Die Benediktusregel*. Beuron, Beuronischer Kunstverlag 1992.

Sekundärliteratur

André, Jacques: *Essen und Trinken im alten Rom*. Übersetzt aus dem Französischen von Ursula Blank-Sangmeister. Stuttgart, Philipp Reclam jun. 1998.

Bommer, Sigwald / Bommer, Lisa: *Die Ernährung der Griechen und Römer*. Planegg, Müllerische Verlagshandlung 1943.

Brenner, Gerd / Brenner, Kira: *Fundgrube. Methoden I. Für alle Fächer*. Berlin, Cornelsen Verlag Scriptor 2005.

Büchner, Karl (Hg.): *Horaz. Die Satiren*. Bologna, Casa Editrice Pàtron 1970.

Caparrini, Marialuisa: *Die deutsche Bearbeitung der Epistula Anthimi de observatione ciborum*. Göppingen, Verlag Kümmerle 2011.

Diers, Michaela: *Hildegard von Bingen*. München, Deutscher Taschenbuch Verlag 1998.

- Drumm, Julia / Frölich, Roland (Hg.): *Innovative Methoden für den Lateinunterricht*. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht 2007.
- Eberl, Stefanie / Faulhammer, Herwig: *Hildegard von Bingen – Pädagogisch-anthropologische Anmerkungen zu Spiritualität und Lebenspraxis*. Innsbruck, 2011.
- Elmadfa, Ibrahim et al.: *Österreichischer Ernährungsbericht 2012*. Wien, 2012.
- Fischer, Gisela / Allwright, Debbie: *Die Stadtmaus und die Feldmaus*. Erlangen, Pestalozzi Verlag 1997.
- Flach, Dieter (Hg.): *Marcus Porcius Cato. Über den Ackerbau*. Stuttgart, Wiesbaden, Franz Steiner Verlag 2005.
- Fuhrmann, Manfred: *Geschichte der römischen Literatur*. Stuttgart, Verlag Philipp Reclam jun. 2005.
- Junkelmann, Markus: *Panis militaris. Die Ernährung es römischen Soldaten oder der Grundstoff der Macht*. Mainz am Rhein, Verlag Philipp von Zabern 1997.
- Keip, Marina / Doepner, Thomas (Hg.): *Interaktive Fachdidaktik Latein*. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht 2011.
- Kuhlmann, Peter: *Fachdidaktik Latein kompakt*. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht 2009.
- Laurioux, Bruno: *Tafelfreuden im Mittelalter. Kulturgeschichte des Essens und Trinkens in Bildern und Dokumenten*. Stuttgart / Zürich, Belser Verlag 1992.
- Lehrplan der AHS-Oberstufe für den Unterrichtsgegenstand Latein [Online: http://www.bmukk.gv.at/medienpool/11855/lp_neu_ahs_03.pdf {08.10.2012}].
- Maier, Robert (Hg.): *Marcus Gavius Apicius. De re coquinaria. Über die Kochkunst*. Stuttgart, Verlag Philipp Reclam jun. 1991.
- Schareika, Helmut: *Weizenbrei und Pfauenzunge. Die alten Römer bitten zu Tisch*. Stuttgart, Konrad Theiss Verlag 2007.
- Schipperges, Heinrich (Hg.): *Hildegard von Bingen. Heilkunde. Das Buch von dem Grund und Wesen und der Heilung der Krankheiten*. Salzburg, Otto Müller Verlag 1992.
- Schubert, Ernst: *Essen und Trinken im Mittelalter*. Darmstadt, Primus Verlag 2006.
- Schulze, Christian: *Celsus*. Hildesheim / Zürich / New York, Georg Olms Verlag 2001.
- Schwarz, Irene: *Diaita. Ernährung der Griechen und Römer im klassischen Altertum*. Innsbruck, Verlag des Instituts für Sprachwissenschaft der Universität Innsbruck 1995.
- Siewert, Walter: *Petronius. Satyricon Libri*. Münster, Verlag Aschendorff 1994.
- Steidle, Basilius: *Die Regel St. Benedikts*. Beuron / Hohenzollern, Beuronischer Kunstverlag 1952.

- Stowasser, Joseph Maria et al.: *Stowasser. Österreichische Schulausgabe. Lateinisch-deutsches Schulwörterbuch*. München / Düsseldorf / Stuttgart, Oldenbourg Schulbuchverlag 2006.
- Tausch, Hildebert: *Benediktinisches Mönchtum in Österreich*. Wien, Verlag Herder 1949.
- Thüry, Günther / Walter, Johannes: *Condimenta. Gewürzpflanzen in Koch- und Backrezepten aus der römischen Antike*. Herrsching, Rudolf Spann Verlag 1999.

Internetquellen

- <https://www.bifie.at>
- <http://www.coolisstgesund.at>
- <http://www.hs-augsburg.de>
- <http://www.statistik.at>
- <http://www.stibi.ch>
- <http://unerschulbuffet.at>
- <http://www.youtube.com>
- <http://www.zentrum-der-gesundheit.de>

Alle guten Seiten.



100 JAHRE



Alles Buchbar auf www.tyrolia.at