



APPARITION DE L'ÉCRITURE

-3300

CRÉATION DE MASSALIA*

-600

BATAILLE D'ALÉSIA

-52

NAISSANCE DE JÉSUS

-6 / -4

CHUTE DE L'EMPIRE ROMAIN

476

À LA TABLE DES ROMAINS

LES ALIMENTS DE LA CUISINE ROMAINE



L'ORGANISATION DES REPAS

Les romains prenaient 3 repas par jour, légers dans la journée et plus copieux le soir.

Jentaculum (petit déjeuner) : une coupe d'eau, un peu de pain frotté à l'ail, du fromage de brebis ou chèvre, des fruits

Prandium (déjeuner) : fromage de brebis ou chèvre, quelques dattes et olives, du pain trempé dans du vin

Cena (dîner) : un plat unique pour toute la famille maintenu au chaud sur un feu de bois. Composé de la puls (bouillie de farine), de légumes cuisinés sous forme de ragoût, parfois enrichis de viande et de fruits.

LE DINER DES PLUS RICHES

Chez les riches familles romaines, ce repas est plus raffiné. Il était dégusté allongé sur des banquettes (triclinium).

Préparé par des esclaves dans de grandes cuisines, il était composé de plusieurs services séparés par des interludes musicaux, lectures de poèmes ou des spectacles de danseuses.



*Ville créée par des Grecs venus de la cité de Phocée. Aujourd'hui, cette ville se nomme Marseille.