



Quando a Roma si facevano tre pasti; viaggio gastronomico a ritroso nel tempo

ROMA - Erano tre i pasti principali che consumava l'antico romano. Il primo era lo "jentaculum", che può essere considerato come la nostra colazione; veniva consumato intorno la terza e quarta ora (*tra le otto e le nove della mattina*). Era un pasto frugale, tra l'altro anche molto

semplice, consistente in pane condito con sale e vino, formaggio, frutta secca, latte e miele. La classe più povera mangiava anch'essa il pane, ma inzuppato nel latte o vino. Spesso i bambini, prima di andare a scuola, facevano una breve sosta dal "pistor dulciarius" (*il pasticciere*), per comprare focacce grasse. "Alzatevi: il panettiere vende la colazione al ragazzino, da tutte le parti i galli cantano l'arrivo del mattino" (*Marziale, Epigrammi, libro XVI, CCXXIII*). Il secondo era il "prandium", consumato tra la sesta e la settima ora, un pò prima di mezzogiorno. Di solito si trattava di un pasto freddo, veloce, caratterizzato da cibi leggeri (*pesce, verdure, frutta, legumi*) spesso consumato in piedi. Lo stesso Giovenale, nella sua opera "Satire, III", fa un quadro di come si presentavano quelle piazze e strade spesso affollate di gente. "Ma c'è una casa d'affitto in Roma che permetta il sonno? Solo ai gran quattrini è permesso dormire. La colpa di questo malanno ce l'hanno soprattutto i carri che vanno su e giù dentro i budelli dei vicoli, e le mandrie, che si fermano e fanno un fragore che toglierebbe il sonno a Druso o a una vacca marina. Il ricco, quando un affare lo chiama, si fa trasportare tra la folla che s'apre davanti a lui, e vola sopra le teste, chiuso dentro la grande lettiga liburna, dove può leggere o scrivere o magari dormirci; ché infatti le finestre chiuse, in lettiga, fan venire sonno. Comunque puoi stare certo che arriverà per primo; a me, pieno di fretta, fa ostacolo l'onda della folla che mi precede, quella che mi segue mi preme, come una falange compatta, alle reni; uno mi pianta un gomito in un fianco, un altro mi colpisce rudemente con una stanga, quello mi sbatte in testa una trave, l'altro una botte." Sono anche descritti i richiami di venditori ambulanti, padroni delle botteghe e delle taberne che cercavano, con foga, di accaparrarsi i clienti. Tutto ciò in un assordante e dinamico scenario di vita quotidiana. L'ultimo pasto della giornata era la "coena", che iniziava tra le tre e le quattro del pomeriggio. La classe medio-basso consumava un pasticcio di farina, verdure e legumi detto "pulmentum"; le famiglie agiate e patrizie usavano condividere tale momento con amici, famigliari o protettori. Era inoltre un momento dove poter intavolare confronti, dialoghi e divertimenti: le cene importanti si protraevano fino a tarda serata; quelle ricche, invece, venivano prolungate fino al sorgere del sole.

La Civetta di Civitavecchia

Jentaculum, prandium et coena

Pubblicato Lunedì, 29 Dicembre 2014 19:28

Nella foto:

"Le rose di Eliogabalo" di Lawrence Alma-Tadema, 1888, olio su tela, 131.8 x 213.4 cm. La scena rappresenta un episodio presumibilmente accaduto, facente parte di una delle tante "depravazioni" del suddetto Imperatore e descritto nell'*Historia Augusta - Vita di Eliogabalo, XXI.5*: