

## **Herstellung von Nahrung in der frühen Neuzeit**

Annekatriin Geißler

Was haben Menschen in der frühen Neuzeit gegessen? Wie wurden Lebensmittel hergestellt? Welche Herstellungsmethoden kannte man? Fragen die sich so allgemein sicher nicht beantworten lassen, da es zum Beispiel von Region zu Region unterschiedliche Anbauarten oder Arbeitsgeräte zur Herstellung gab und weiterhin der Frühneuzeitliche Speiseplan, anders als der unsrige heute, stark regional und saisonal geprägt und außerdem stark abhängig von klimatischen Bedingungen war. Aus diesem Grund wird hier lediglich ein grobes Verhältnis zwischen Verzehr von tierischen und pflanzlichen Produkten, speziell dem Getreide, über eine Zeitspanne vom hohen Mittelalter bis zum Beginn des 17. Jahrhunderts dargestellt. In diesem Zusammenhang wird sich auch mit der eigentlichen Herstellung dieser Nahrungsgrundlagen befasst. Eine klare Trennung zwischen Mittelalter und früher Neuzeit findet auch hier nicht statt, da agrarwirtschaftliche und –technische Methoden schon auf das Mittelalter zurückgehen und in der Neuzeit zum Teil nur verbessert wurden.

Wir steigen mit dem Bevölkerungswachstum im Hochmittelalter ein. Es kam durch die steigende Bevölkerungsdichte zu einem erhöhten Nahrungsmittelbedarf. Den Vorrang bei der Bedarfsabdeckung hatte die Getreidewirtschaft, da mit ihr höhere Erträge erzielt werden konnten und sie preiswerter als die Viehhaltung war, die mehr Platz für den gleichen Nutzen benötigte. Die Nahrungsgrundlage bildete folglich hauptsächlich Getreide, genauer Getreidebrei (vor allem aus Hirse und Hafer mit Wasser oder Milch, gebraten- Fladenbrot). Brot aus Weizen, Roggen oder Dinkel galt als erlesene Herrenspeise, wobei hier auch erstens regionalbedingte Unterschiede, zweitens Wertabstufungen nach der Höhe der Ernte und drittens Abstufungen zwischen den Getreidesorten bestanden. Danach galten die häufiger angebauten und klimaunempfindlicheren Sorten, Dinkel und Roggen, mancherorts lediglich als Volkskost. Brot aus Hafermehl oder Gerstenbrot waren häufig als Armeleutebrot verpönt.

Mit dem Bevölkerungsrückgang vom Spätmittelalter bis in die frühe Neuzeit sank die Getreidenachfrage, es wurde weniger Getreide angebaut und bedingt durch Landflucht, verwüsteten ehemalige Anbauflächen und Dörfer. Während die Getreidepreise sanken, wurde verstärkt Viehhaltung und sogar Viehimport betrieben. Diese Preis- und Produktionsverschiebung bezog sich nicht nur auf die Tierhaltung, sondern beinhaltete insgesamt eine Spezialisierung der Nahrungsmittelindustrie. Die Produktion von Genussgütern wie Wein, Bier, Obst und Gemüse, der Anbau von Gewürzen und Färbstoffen wie Weid florierete.

Mit der Bevölkerungszunahme ab der zweiten Hälfte des 16. Jahrhunderts stieg die Nachfrage an Nahrungsmitteln, so dass die landwirtschaftliche Produktion ausgebaut wurde. Dazu wurden wüste Böden wieder urbar gemacht, Randböden genutzt und in Küstengebieten neugewonnenes Land für die Agrarproduktion einbezogen (Schleswig- Holstein, gedeichte Marsch um 1500 17000Hekter, um 1650 25000Hekter). Neben der flächenmäßigen Ausweitung der Landwirtschaft versuchte man die Agrarerträge durch verbesserte Anbaumethoden, landwirtschaftliche Spezialisierung, große zusammenhängende Nutzflächen oder auch neue Gerätschaften zu steigern. Dazu entstanden landwirtschaftliche Abhandlungen, von denen die "Vier Bücher zur Landwirtschaft" von Conrad v. Heresbach, mit ihrem Erscheinungsjahr 1570, zu den ersten gehörten.

Produktionssteigerungen fanden vor allem auf großen Nutzflächen, meist auf Gutswirtschaften, statt. Dabei bezogen die häufig adligen Besitzer wüst gewordene Gebiete oder Flächen kleiner Bauern in ihren eigenen Hof mit ein, wodurch große Betriebe entstanden. Auf diesen großen spezialisierten Anbauflächen konnten höhere Erträge erzielt und landwirtschaftliche Techniken die wegweisend waren erzeugt werden. Bei der Spezialisierung taten sich regionale Unterschiede hervor. So galten Niederlande, deutscher Niederrhein, Nordseeküste und die ostelbischen Gebiete um Danzig als im Ackerbau besonders ertragreich, für die Viehhaltung waren vor allem See- und Flussmarschen besonders vorteilig.

Bei den technischen und methodischen Fortschritten ist zum Beispiel die Entwicklung der klassischen Dreifelderwirtschaft des Mittelalters zur verbesserten Dreifelderwirtschaft, mit dem Anbau von Leguminosen, zur Verbesserung der Bodenqualität, bis hin zur Vier- und Fünffelderwirtschaft zu nennen. Weitere Beispiele stellen die Entwicklung der Renffsese und der Getreidesichel dar, beide Sensen lassen sich einfacher und bequemer handhaben und sind auch von Laien zu gebrauchen, die häufig auf großen Gutswirtschaften zu Erntezeiten eingesetzt wurden. Ebenso wie diese Erntegeräte wurde auch der Pflug weiterentwickelt. Er bestand ursprünglich aus Holz, konnte aber keine ausreichende Tiefe erreichen, wodurch die Pflanzen nur flach wurzelten und somit anfällig für Austrocknung oder Verschlemmung waren. Pläne für Eisenpflüge waren schon früh bekannt, konnten sich aber aufgrund der hohen Kosten nur auf großen Höfen durchsetzen. Eine Weiterentwicklung fand auch bei den Verarbeitungsmethoden statt.

Diese rapide Ertragssteigerung bei der Herstellung von Nahrung hielt und hält, durch technische Weiter- und Neuentwicklungen, durch die ausführliche Berücksichtigung der Bodenqualitäten, Pflanzeigenschaften und bei der Tierhaltung durch die gezielte Zucht, seit dem Ende des 18. Jahrhunderts, ungebrochen an.

Auch wenn hier nur der knappe Zeitraum von Hochmittelalter bis Mitte der frühen Neuzeit betrachtet wurde, dürfte dennoch deutlich geworden sein, dass ein direkter Zusammenhang zwischen Bevölkerungswachstum und Versorgungssteigerung besteht. Wenn man betrachtet, dass zu Zeiten eines Bevölkerungswachstums eine effektivere Nahrungsmittelproduktion erstrebt wurde wohingegen sich bei loser Bevölkerungsdichte der Konsum von kostenintensiveren Produkten geleistet werden konnte. Die effektive Herstellung von Nahrung bedeutete in Mittelalter und beginnender Neuzeit häufig die der Getreideprodukte. Seit dem Bevölkerungswachstum im 16. Jahrhundert wurde deutlich, dass die traditionelle Getreideproduktion allein nicht ausreichend sein konnte, um eine ausreichende Versorgung zu erzielen, so dass aus der Notwendigkeit der größeren Nahrungsmittelproduktion neue effektivere Methoden und Techniken entwickelt und exotischere Pflanzen, wie die Kartoffel, zur ausreichenden Versorgung mit Nahrungsmitteln kultiviert wurden.

#### Literaturliste

Abel, Wilhelm: Deutsche Agrargeschichte,

Abel, Wilhelm: Die Wüstungen des ausgehenden Mittelalters, Ein Beitrag zur Siedlungs- und Agrargeschichte Deutschlands, Jena, 1943

Abel, Wilhelm: Strukturen und Krisen der spätmittelalterlichen Wirtschaft, Stuttgart, 1980

Saalfeld, Diedrich: Wandlungen der bäuerlichen Konsumgewohnheiten vom Mittelalter zur

Neuzeit in: Bitsch, Irmgard; Ehlert, Trude; Ertzdorf, Xenia v. (Hrsg.): Massenarmut und Hungerkrise im vorindustriellen Europa, Hamburg Berlin, 1974

## **Die Küche**

Kathleen Kirchübel, Manuela Weber

Fragt man sich nach dem Profil der alltäglichen Lebensordnung, nach Veränderungen in der in der Alltagskultur speziell zu dem Thema "Essen und Trinken in der Frühen Neuzeit", so eignet sich das Beispiel "Küche" gut, um zu zeigen, wie ökonomische, soziale, ethische, politische und ästhetische Facetten in der Praxis des Gestaltens der Alltagswelt ineinander verwoben sind und wie sich materielle, soziale und symbolische Strukturen in ihrer wechselvollen Geschichte gegenseitig bedingen und beeinflussen. Auch lässt sich analysieren, was sich in der Küche an Mythologischem oder Geschlechterspezifischem sedimentierte und wie sich soziale Distinktion, Arbeitsorganisation, technologische Entwicklung und das Verhältnis von Privatem und Öffentlichem manifestierte.

Obwohl die Herdstelle seit jeher einen der zentralen Punkte der menschlichen Behausung und - neben verschiedenen anderen Aufgaben - den Rahmen für die Nahrungsbereitung bildete, ist die Kenntnis über ihre zeitliche, regionale und soziale Entwicklung für Deutschland ungewöhnlich schlecht. Aufsätze, die zum Thema Nahrungsgeschichte und Haushalt in den letzten Jahren erschienen, fußten recht selten auf eingehenderen oder neueren Recherchen, sondern reproduzierten nur regional und sozial unspezifische Urteile, die sich seit Jahrzehnten in der Literatur gehalten haben. Auch im Bereich der Sachforschung kommt man selten über die allgemeine Sammlung historischer Bildquellen hinaus.

Quellen:

Geeignete Quellen, die dem Historiker heute Nachrichten über das bürgerliche Wohnen dieser Zeit übermitteln, sind u. a. Verkaufsabschlüsse, Verlassenschaftsinventare (Nachlässe), Testamente, Illustrationen von Büchern und eher selten erhaltene Einrichtungsgegenstände. Des weiteren erlauben barocke Puppenhäuser einen Blick in das Hauswesen dieser Zeit und lassen Rückschlüsse auf typische Raumanordnungen und Ausstattung zu. Auch Schilderungen aus belletristischen Büchern oder Briefen werden zur Interpretation bildlicher Darstellungen herangezogen. Sie zeigen Zustände, Situationen und das Zueinander von Ding und Mensch. Allerdings ist von diesen Beschreibungen in Wort und Bild nur selten die ungeschönte Wahrheit zu erwarten. So wird z. B. die Erbärmlichkeit der kleinbürgerlichen Wohnung erst im 19. Jahrhundert von sozialkritischen Künstlern thematisiert, und erst im 20. Jahrhundert führte das wissenschaftliche Interesse an der Alltagskultur zusammen mit sozialgeschichtlichen Fragestellungen zu Ergebnissen. Kleinhäusler-, Arbeiterwohnungen oder Dienbotenbleiben sind kaum irgendwo erhalten geblieben und heute noch zu erkunden.

Küche – Herdstelle:

Unter dem Begriff "Küche" verstehen wir heute einen Raum, der vorwiegend zum Kochen und Wirtschaften dient. Hält man sich in diesem Raum auch auf, bezeichnen wir ihn als "Wohnküche". Aber seit dem Aufkommen des Begriffs im 16. Jahrhundert war damit zunächst noch kein eigener abgeschlossener Raum gemeint, sondern ein Bereich der Wohn- und Wirtschaftshalle um die Feuerstelle herum. Begriffe wie "Küche" und "Diele" waren anfangs nur gebräuchlich, um eine funktionale Gliederung von Bereichen innerhalb dieses verschiedenen Aufgaben dienenden Großraumes sprachlich auszudrücken. So wurden an der Herdstelle nicht nur die Speisen zubereitet, sondern auch das Handwerk bzw. Gewerbe ausgeübt. Hier führte man die Gäste hin und setzte sich zu Mußestunden

zusammen. Vor der Entwicklung von Rauchabzügen und Schornsteinen nutzte man den entstehenden Rauch, um das Gelagerte auf den oberen Böden (oder unter der Decke der sehr hohen Dielen hängend) vor Ungeziefer und Schimmel zu sichern. Auch die Geschichte der Hauserwärmung ist ganz wesentlich mit der Geschichte der Herdstelle verbunden. In einigen Regionen - v. a. in Niederdeutschland – handelte es sich bei der Koch- bzw. Herdstelle lange Zeit um eine der wenigen oder gar die einzige Wärmestelle im Haus, ehe sie in dieser Funktion von anderen Formen der Hauserwärmung abgelöst wurde. Dort, wo sich eine von der Herdstelle unabhängige Ofenheizung entwickelte, konnte sich die Küche weitgehend frei in ihrer Aufgabe als Kochstelle entwickeln. Im 16. Jahrhundert gab es jedoch in den meisten städtischen Wohnhäusern mit dem Herdfeuer nur eine Feuerstelle, die alle diese Funktionen auf sich vereinigte und somit den Mittelpunkt des alltäglichen Lebens bildete. Jede weitere Feuerstelle galt als Luxus und war somit ein sozialer Indikator.

Solange die Herdstelle auch der Wärmung des Raumes diene, also Küche und Aufenthaltsraum noch eine Einheit bildeten, blieb das Feuer aufgrund der höheren Strahlungswärme zu ebener Erde bzw. zu wenig darüber erhöht. Da dies recht unbequeme Arbeitsbedingungen beim Kochen schuf, war das Kochen im Sitzen auf einem Stuhl üblich. Der aufgemauerte Herd erlaubte hingegen die Arbeit im Stehen. Auch das Feuer unter den Pfannen und Töpfen konnte so feiner dosiert werden.

Die Entwicklung der Kochstelle vom späten Mittelalter bis zum 18. Jahrhundert ist von sozialen und regionalen Unterschieden geprägt. Vor allem im niederdeutschen Raum blieb der Standort der Herdstelle lange die Diele. Dieser große überschaubare und ungeteilte Raum war eine Besonderheit des Norddeutschen Hallenhauses, in dem sich Wohnen, Arbeiten und Schlafen ohne Abtrennung vollzog. Erst unter oberdeutschem Einfluss wurde in den gewaltigen und hohen Dielenraum ein niederer Stubenraum eingebaut. Die Herdstelle entwickelte sich nach und nach über eine offene nischenartige Fortsetzung der Diele bis hin zu einer abgeschlossenen Küche. Über den gemauerten Herden war ein großes Gewölbe oder ein Rauchfang angebracht. In Oberdeutschland kam es schon früher zur Entwicklung ausgeprägter Kochstellen in abgetrennten Küchen. Schon im späten Mittelalter war die Küche hier ein separater Wirtschaftsraum, der einen gemauerten Herd besaß. Da dieser nicht mehr zur Wärmung der Diele diene, konnte er bequemer zum Kochen eingerichtet werden. Die Küche lag oft hinter der Stube, in der sich schon ein gekachelter Hinterladerofen befand. Er wurde entweder von der Küche aus bedient oder besaß eine direkte Verbindung zum Küchenherd. Die meist hölzernen Rauchabzüge waren gemäß der geltenden Feuerordnungen wie alle Küchenwände mit Lehm verkleidet. Selten hatten die rauchgeschwärzten Küchen direktes Licht. Rauch und Hitze des offenen Feuers mussten in Kauf genommen werden. Der Essplatz wurde nach und nach aus der Küche in die Wohnstube verlegt. Im Barock orientierte sich der bürgerliche Bau-/ Architekturstil an den modernen Schlössern und Palais des Adels. In Süddeutschland war der Einfluss Italiens spürbar, während in Nord- und Mitteldeutschland der Einfluss Hollands erhalten blieb. Damit setzte eine neue Phase der städtischen Wohnkultur ein. Es gab kaum noch Allzweck- und Durchgangsräume. Man richtete sich den aufkommenden Individualbedürfnissen entsprechende Einzelzimmer ein und leistete sich beheizbare Stuben. Die Küche wurde in der Regel in das erste Obergeschoss gegenüber der allgemeinen Wohnstube verlegt. Im Erdgeschoss fand man oftmals nur noch die Räume für die gesellschaftliche Kommunikation. Bei reicheren Bürgern waren es große Säle und Prunkstuben. Die Einrichtung der barocken Küchen blieb aber weiterhin eher zweckmäßig. Eine Ausnahme bildete das aufkommende Schaugeschirr, welches vielmehr modischer Zierrat war als dass es im Alltag Gebrauch fand. Es wurde über dem Herd und auf Regalen aufgereiht. Einige wohlhabende Häuser leisteten sich sogar eine nicht benutzte Schauküche. Die alltäglich benutzte Arbeitsküche wies seit dieser Zeit andere Neuerungen auf: Zum einen

werden sogenannte Spülsteine üblich, welche als Ausguss für das Küchenwasser dienten. Zum anderen bedeckt den weiterhin steinernen Unterbau des hüfthohen Herdes nun oft eine eiserne Platte. Diese machte es nun möglich Steinkohle als Brennmaterial zu nutzen. Die Platte schützte die Speisen vor der heißen Glut der Kohle. Der große Rauchfang über dem Herd erhielt in einigen Regionen schon einen Schornstein und manchmal fanden sich in einer bürgerlichen Küche auch mehrere Feuerstellen zum Kochen, Braten in Pfannen, für den Wasserkessel u.s.w. Auch in dieser Zeit wurden noch oft von der Herdstelle aus die Stubenöfen beschickt. Allerdings verfügten die meisten bürgerlichen Haushalte bereits über weitere bewegliche Heizgeräte wie Stövchen oder Wärmepfannen und besonders in Norddeutschland kam es nach holländischem Vorbild zu einer Ablösung der gekachelten Stubenöfen durch große Kamine.

In handwerklichen und erst recht in bäuerlichen Haushalten blieb die zentrale Bedeutung der Küche zumindest für den alltäglichen Gebrauch vielfach bis ins 20. Jahrhundert erhalten. In den früh industrialisierten Regionen, in denen man seit dem 18. Jahrhundert die städtischen Häuser oft als Mietshäuser in nur ein bis zwei Generationen umfassenden Haushalten bewohnte, wurden hingegen auch Wohnungen ohne jegliche Küche üblich. Hier befanden sich nur Kochöfen in den Wohnstuben.

#### Herdgeräte und Tischgeschirr:

Die Geschichte der Geräte für Herd, Haus und auch Tisch beginnt schon sehr früh, denn die meisten von ihnen sind sehr alt und haben ihren Ursprung in der vorchristlichen Zeit. Als Quelle dienen uns ebenfalls Testamente und Nachlassinventare, weniger aber zeitgenössische Darstellungen, da diese oft einen zu hohen symbolischen Charakter aufweisen. Der archäologischen Forschung verdankt man die Kenntnis darüber, dass sich auf der "Ebene des Alltags" Haus- und Tischgeräte von patrizischen und einfachen Bürgerhaushalten kaum unterschieden. Das Küchengerät wurde nicht wie Kleidung oder Schmuck zum Objekt sozialer Distinktion. Allenfalls unterschieden sich die Materialien des Tafelgerätes. Im folgenden soll ein kleiner Einblick in das damalige Kücheninventar gegeben werden, indem nur einige wenige Geräte und Gegenstände vorgestellt werden:

Zu den Herdgeräten zählt u. a. der Feuerbock, auf den die Holzscheite gelegt wurden. Er hat die Entwicklung von einem einfachen Feldstein zu einem tongeformten Feuerbock bis hin zu einem reich verzierten Gerät genommen. Ein Begleiter des Feuerbocks war der Bratspieß, welcher in seiner frühen Geschichte ein einfacher angespitzter Stecken war, an dem das Beutetier aufgespießt und gebraten wurde. Dieses Gerät spielte schon immer eine große Rolle. Da es ständig gedreht werden musste, entwickelte man Vorrichtungen, um der Hausfrau die Arbeit zu erleichtern und ihr die Ausführung weiterer Tätigkeiten während des Bratens zu ermöglichen. In den Kochbüchern des 16., 17. und 18. Jahrhunderts finden sich zahlreiche Abbildungen solcher weiterentwickelten Bratspieße. Auch der Kesselhaken zählt zu den wichtigen Herdgeräten. An ihm wurde der Kessel über die Feuerstelle gehangen. Um die Hitze zu regulieren entwickelte man ihn so weiter, dass der Kessel höher oder tiefer über dem Feuer angebracht werden konnte. Als Kochtopf diente in den meisten Fällen ein Bronzetopf mit drei Beinen für die Standfestigkeit im Feuer, der so genannte Dreifuß bzw. Grapen. Es gab auch Standringe für die einfachen Töpfe. Die Form des im 14. Jahrhundert noch eher hoch gehaltenen Topfes wurde im 15. und 16. Jahrhundert immer flacher. Pfanneneisen und Pfannengestell dienten als Unterlage und Aufhängevorrichtungen für Pfannen. Neben dem Bratspieß wurde für das Braten z. B. von Fisch später auch ein Rost oder Doppelrost verwendet, welches man direkt über das Feuer stellte.

In der Küche fanden sich neben den Herdgeräten natürlich auch die Tischgeräte: Der Teller zum Beispiel war ursprünglich nur ein Holz- bzw. Zinnbrett. Während im 15. und 16.

Jahrhundert der Tellerrand noch genauso breit war wie die Tellermitte, verschmälerte er sich später immer mehr und hatte schließlich die uns heute bekannte Form. Holz und Zinn waren die typischen Materialien, aber in den höheren sozialen Schichten gehörten auch Silberteller zum Inventar. Das Besteck, das seine Bezeichnung von dem Behälter übernommen hatte, in dem man es mit sich führte, hatte im 17. Jahrhundert schon die Form, wie wir sie heute kennen. Die Form des Löffels wurde den weiterentwickelten Tischsitten angepasst. Aus dem kreisrunden Ende und dem schmalen Stiel entwickelte sie das ovale Ende mit einem breiteren Stiel, so dass man den Löffel nicht mehr mit der ganzen Faust halten musste, sondern drei Finger dazu ausreichten. Durch das Aufkommen des Kaffees und Tees im 17. Jahrhundert benötigte man neue Gefäße. Als Vorbild für die Teekannen dienten die aus China eingeführten Porzellangefäße. Die Kaffeekanne hat seit dem 18. Jahrhundert die schon bekannte S-Form. Bei dieser Kannenform verwendete man keine Fremdform als Vorlage. Da Kaffee zu der Zeit nur den oberen sozialen Schichten zugänglich war, gab es zuerst auch nur Kaffeekannen aus Silber. Später wurden auch andere Materialien wie Kupfer, Zinn, Ton und Porzellan verwendet. (Derartige Neuerungen im Bereich der Herd- und Tischgeräte wurden in der Regel zuerst in den oberen Gesellschaftsschichten aufgegriffen, doch nach einer Weile fanden sie sich auch in den Haushalten der unteren Schichten wieder, wobei sich nur die Materialien änderten.)

Weiterführende Fragestellungen:

Inwieweit lässt sich die Entwicklung der Herdstelle im Speiseplan wiederfinden?

Wie differenziert/ kompliziert wurden vor diesem technischen Hintergrund die einzelnen Gerichte zubereitet?

Welche Mythen gibt es um die Herdstelle und ihre Geräte?

Woher stammen die Innovationen und die verwendeten Materialien?

Wie sah es mit der Hygiene aus?

Wer hat in welchen Haushalten gekocht? (Unterschiede in den einzelnen sozialen Schichten?)

Literatur:

Beitl, K.: Landmöbel, Salzburg 1976.

Benker, G.: Bürgerliches Wohnen. Städtische Wohnkultur in Mitteleuropa von Gotik bis Jugendstil, München 1984.

Borst, O.: Alltagsleben im Mittelalter, Baden-Baden 1998.

Dexel, W.: Das Hausgerät Mitteleuropas. Wesen und Wandel der Formen in zwei Jahrtausenden, Berlin 1962.

Jacobeit, S.: Illustrierte Alltagsgeschichte des deutschen Volkes, Leipzig 1985.

Miklautz, E./ Lachmayer, H./ Eisendle, R. (Hg.): Die Küche. Zur Geschichte eines architektonischen, sozialen und imaginativen Raumes, Wien 1999.

Wiegelmann, G., Mohrmann, R. E. (Hg.): Nahrung und Tischkultur im Hanseraum, Münster 1995.

## Kochbücher und Rezepte

Andrea Ziep

### I. Entstehung von Kochbüchern

Überlieferungen von Rezepten wurden anfangs mündlich tradiert; d.h. der Chefkoch gab sein Wissen an den Lehrling weiter bzw. in bürgerlich und bäuerlichen Familien war die Mutter verantwortlich, ihre Tochter in der Kochkunst zu unterweisen. Es ist selbstverständlich, dass angesehene Köche ihr Wissen ungern verbreitet sehen wollten, weil schon allein ihr Wert von ihrem Wissen um das Kochen abhing. Außerdem war die Verbreitung von Rezepten zusätzlich an das Berufsgeheimnis gebunden.

Erste Rezeptsammlungen finden sich an adligen Höfen und in Klöstern. Schon seit Beginn der Verschriftlichung von Rezepten war der Austausch unter den Adelshöfen eine gängige Praxis, um Neues in die eigene Küche zu bringen. Für den Bereich des Klosters muss man beachten, dass sich Rezeptsammlungen solcher Art in besonderem Maß am liturgischen Kalender sowie an den Fastenzeiten orientieren. Des Weiteren handelt es sich bei diesen Aufzeichnungen oft nur um Aufzählungen von Lebensmitteln, klare Anweisungen zur Zubereitung fehlen. Für den bürgerlichen und bäuerlichen Kreis fehlen derartige Belege, insbesondere weil diese Kreise in den meisten Fällen nicht einmal die Fähigkeit besaßen zu lesen, geschweige denn sie hätten sich die teuren Schreibmaterialien leisten können.

Einen nächsten Schritt zur Entstehung der Kochbuchliteratur stellen die Rezeptanleitungen in Hausbüchern dar. Bei der Gattung der Hausbücher handelt es sich um ein Genre, das sich mit allen Dingen, die das Haus und die Umgebung des Hauses betreffen, beschäftigt. Hierbei spielen vor allem Ethik, Religion, Soziologie, aber auch Land- und Hauswirtschaft neben der Medizin eine Rolle. Gedacht war diese Gattung als Nachschlagewerk bzw. Ratgeber besonders für junge Familien, um sich im Alltag besser zurecht zu finden.

Die erste deutsche Kochrezeptesammlung findet sich im Hausbuch von Michael de Leone (Protonotar am würzburgischen Hof), dem "buoch von guoter spîse", dessen Entstehungszeit etwa in die Zeit von 1350 fällt. Es folgen die Sammlungen von Meister Hannsen und Meister Eberhard. Die Besonderheit der ersten Aufzeichnungen ist, dass sie diktiert wurden und immer für den erfahrenen Koch geschrieben waren.

Mit dem späten Mittelalter bildete sich langsam eine Fachliteratur heraus, begünstigt sicher auch durch den Siegeszug des Buchdruckes. Das erste gedruckte Kochbuch erschien in Nürnberg unter dem Titel "Küchenmeisterei" (o. J., ca.1485/90). Dieses Bändchen erlebte bis ins 18. Jh. immer wieder neue Auflagen, die sicher die Popularität der neuen Gattung verdeutlichen. Im Zuge der Reformation wurde auch die bürgerliche Bevölkerung mehr und mehr als Leserkreis gewonnen. Einen ersten Höhepunkt in der Kochbuchliteratur stellt das Kochbuch von Max Rumpolt, das "New Kochbuch" (1581), dar. Hierbei handelt es sich um ein Werk mit 2.000 Rezepten, 150 Holzschnitten und Ratschlägen für die Kellermeisterei. Mit noch größerem Anspruch ist das Kochbuch von Conrad Hagger gestaltet, ein zweibändiges Werk mit 300 Kupferstichen. Anhand dieser beiden Beispiele zeigt sich, dass Rezeptbücher zunehmend zu Prestigeobjekten mutieren und auch den verlegerischen Ehrgeiz beweisen. Die Rezeptordnung orientiert sich an der Herstellungsart der Gerichte: Torten, Pasteten, Breie... Teilweise findet man auch Menüpläne in diesen Büchern vermerkt.

### Mittelalterliche und frühneuzeitliche Ernährungstheorie

Um Rezepte des Mittelalters und der Frühen Neuzeit zu verstehen, ist es nötig, an dieser Stelle kurz auf die gängige Ernährungstheorie einzugehen. Dass dieser Aspekt große

Bedeutung hat, zeigt schon die Tatsache, dass in sämtlichen Kochbüchern auf den engen Zusammenhang zwischen Kochkunst und Heilkunst verwiesen wird; d.h. Nahrung sollte helfen, Krankheiten vorzubeugen oder zu verhindern.

Die Verbindung der Koch- mit der Heilkunst findet sich schon bei den griechischen Vorläufern Hippokrates, Polybos und Galen. Für diese drei war der Prozess der Nahrungsverarbeitung gleich einem Stoffwechselprozess mit einem Motor - der Wärme des Herzens. Den Gesamtvorgang definierten sie als "Kochung", bei dem die vier Lebensäfte (schwarze und gelbe Galle, Blut, Schleim) eine wichtige Rolle spielen. Diesen Säften werden Elementarqualitäten zugeordnet: kalt, trocken, feucht, warm. Aus diesen Qualitäten kann man für alle Menschen das jeweilige Temperament ableiten, genauso kann man die Grundelemente einem bestimmten Charakter zuweisen. Zur Verdeutlichung folgende Zusammenfassung:

Saft	Temperament	Elementarqualität	Grundelement
Schwarze Galle	Melancholiker	Kalt und trocken	Erde
Gelbe Galle	Choleriker	Warm und trocken	Feuer
Schleim	Phlegmatiker	Kalt und feucht	Wasser
Blut	Sanguiniker	Warm und feucht	Luft

Das Ziel eines jeden Menschen sollte es nun sein, diese Säfte ins Gleichgewicht zu bringen, weil er sonst krank wird. D.h. also, dass eine falsche Ernährung die Ursache für Unwohlsein und Krankheit ist. So steht bei Rumpolt: "die eygentliche vnd fuernembste Vrsach mancher fehrlicher Kranckheiten nicht ansers/ denn entweder vnwissenheit vnd vnverstandt/... der Koeche vnd Koechin [sei]"

## II. Eigenarten der Zubereitung

### a) Temperieren

Unter temperieren versteht man so etwas wie mäßigen bzw. vermischen der Speisebestandteile. Man geht dabei davon aus, dass bestimmte Zutaten eine bestimmte Eigenschaft haben. So ist Essig zum Beispiel "hitzedämpfend" und Zucker galt als ausgewogen und temperiert. Ebenso wichtig zum Temperieren waren die Gewürze. Das Temperieren könnte demnach die Ursache für das übermäßige Würzen der Speisen darstellen. In der Frühen Neuzeit wird das Überwürzen mehr und mehr kritisiert, das bedeutet aber keineswegs das Vergessen der Ernährungstheorie, es wurde lediglich nicht mehr versucht, mit Gewürzen den Ausgleich der Säfte zu erreichen. Außerdem zeichnet sich die Tendenz ab, wieder einheimische Kräuter und Gewürze zu verwenden. Mit dieser "Innovation" war es auch für untere Schichten leichter, an die Kräuter zu gelangen und damit die Gerichte nach zu kochen.

### b) Färben

Genau wie alles andere haben auch die Farben ihre spezifischen Eigenschaften, so ist Rot zum Beispiel eine bluthemmende Farbe. Das Einfärben der Speisen hängt demnach eng mit dem Temperieren zusammen. Weitere Gründe für die Farbgebung waren ästhetischer Natur. Man ging davon aus, dass ein ausgewogenes Farbverhältnis der Speise zur Vermischung der Körpersäfte beiträgt. Hier einige Beispiele, mit welchen Mitteln die Speisen gefärbt wurden:

- gelb -> Safran, Eigelb
- weiß -> Meerrettich, Eiweiß
- grün -> Weinblätter, Sauerampfer
- Gold/ Silber -> jeweilige Metalle

Besonders im Mittelalter gab es viele gemalte Speisen (Darstellung bestimmter Dinge aus Zucker oder teilweise wurden Speisen sogar auf Leinwände gemalt) und es wurde mit Affekten gearbeitet, so flogen zum Beispiel manchmal lebende Vögel aus dem Bauch eines



zubereiteten Tieres. In der Frühen Neuzeit ging man von diesen Bräuchen langsam ab, die Natürlichkeit der Zubereitung rückt wieder in den Vordergrund. So entstehen die Farben der Gerichte zu dieser Zeit meist durch das Kochen; d.h. der Vorgang des eigentlichen Einfärbens verlor seine Bedeutung. Als Beispiel sei hier die Butter genannt. Zum einen kann man Sie kurz erhitzen, dabei wird sie Gelb. Aus dieser zerlaufenen Butter wurde eine der beiden wichtigsten Soßen der Frühen Neuzeit hergestellt. Die andere Variante war, die Butter so lange im Topf zu erhitzen, bis sie braun wurde. Draus wurde dann die dunkle Soße hergestellt.

### III. Zeit- und Mengenangaben

Im Mittelalter sowie auch in der Frühen Neuzeit befinden sich in den Rezepten sehr wenige Angaben zur Zubereitungsdauer und –menge. Wenn Angaben gemacht wurden, dann beziehen sie sich meist auf die Dauer, die man für eine andere Tätigkeit braucht ( die Umrundung eines Ackers; dreimal schlafen gehen....). Es herrscht eine große Vielfalt bei solchen Anmerkungen, die sicherlich damit zu begründen ist, dass die Uhr als Zeitmesser noch nicht erfunden war. Es fällt auf, dass sich die Kochbuchautoren sogar bis weit in die Frühe Neuzeit hinein weigern, Mengen- und Zeitangaben in ihren Werken zu integrieren. Noch die Kochbuchautorin Rosamunda schrieb 1839 in ihrem Werk, dass derartige Notierungen nicht nötig seien, weil ein wenig mehr von diesem und eine etwas längere Kochdauer dem Rezept nicht schädlich wären.

#### Literatur:

Bitsch, Irmgard/ Ehlert, Trude/ von Etzdorff, Xenia (Hgg.): Essen und Trinken in Mittelalter und Neuzeit, Sigmaringen, 1987.

Flandrin, Jean-Louis (Hg.): Le cuisinier français, Paris, 1983.

Lemmer, Manfred: «So wirt es gut und wolgeschmack.» Alte deutsche Kochrezepte um 1350-1600, Halle, 1991.

Reinhardt, Dirk/ Spiekermann, Uwe/ Thoms, Ulrike: Neue Wege zur Ernährungsgeschichte: Kochbücher, Haushaltrechnungen, Konsumvereinsberichte und Autobiographien in der Diskussion, Frankfurt/a.M., 1993.

Teuteberg, Hans Jürgen/ Wiegmann, Günter: Unsere tägliche Kost. Geschichte und regionale Prägung, Münster, 1986.

Staff-[www.uni-marburg.de/~gloning/kobu.htm](http://www.uni-marburg.de/~gloning/kobu.htm) zuletzt besucht: 01.07.2001, Seite von Thomas Gloning: German language cookery texts 1350-1896).

[www.mittelalterlich-kochen.de/LINK/77kochbuch.html](http://www.mittelalterlich-kochen.de/LINK/77kochbuch.html); zuletzt besucht 01.07.2002, Klaus Dürrschmid: Eine Geschichte des deutschsprachigen Kochbuchs.

#### GASTRONOMIE – KÜCHE – TISCHSITTEN/ ESSGEWOHNHEITEN

Dirlmeier, Ulf/ Gerhard Fouquet: Ernährung und Konsumgewohnheiten im spätmittelalterlichen Deutschland, in: GWU 44 (1993), S. 504-526

Flandrin, Jean-Louis u. a. (Hg.): Le cuisinier français, Paris 1983

Flandrin, Jean-Louis / Montanari, Massimo (Hgg.): L'histoire de l'alimentation, Paris 1996

- Flandrin, Jean-Louis / Cobbi, Jane (Hgg.): *Tables d'hier, tables d'ailleurs. Histoire et ethnologie du repas*, Paris 1999
- Fouquet, Gerhard: *Das Festmahl in den oberdeutschen Städten des Spätmittelalters. Zu Form, Funktion und Bedeutung öffentlichen Konsums*, in: *AKG 74* (1992), S. 83-123
- Gebhardt, Winfried: *Fest, Feier und Alltag. Über die gesellschaftliche Wirklichkeit des Menschen und ihre Deutung*, Frankfurt/M./Bern/New York/Paris 1987
- Gillet, Philippe: *Par mets et par vins, voyages et gastronomie en Europe XVIe-XVIIIe siècle*, Paris 1985
- Gourarier, Zeev: *Modèles de cour et usages de tables. Les origines, Versailles et les tables royales en Europe*, Paris 1993
- Hauser, Albert: *Vom Essen und Trinken im alten Zürich. Tafelsitten, Kochkunst und Lebenshaltung vom Mittelalter bis in die Neuzeit*, Zürich 1973
- Kolmer, Lothar / Rohr, Christian (Hgg.): *Mahl und Repräsentation. Der Kult ums Essen*, Paderborn 2000
- Lee, Hilde Gabriel: *Taste of the States: a food history of America. Illustrations from American art*, Charlottesville (Va.): Howell Press, 1992
- Leicht-Eckardt, Elisabeth: *Ausstattungsvarianten und Nutzungsformen von Küchen vom achtzehnten Jahrhundert bis heute*, in: Elfie Miklautz u. a. (Hg.): *Die Küche. Zur Geschichte eines architektonischen, sozialen und imaginativen Raums*, Wien/Köln/Weimar 1999, S. 161-206
- Lemmer, Manfred: *"So wirt es gut und wolgeschmack." Alte deutsche Kochrezepte um 1350-1600*, Halle 1991
- Marenco, Claudine: *Manières de tables, modèle de mœurs, XVIIe-XXe siècle*, Paris 1992
- Michel, Dominique: *Vatel et la naissance de la gastronomie. Recettes du Grand Siècle adaptées par Patrick Rambourg*, Paris 1999.
- Reinhardt, Dirk/ Uwe Spiekermann/ Ulrike Thoms: *Neue Wege zur Ernährungsgeschichte: Kochbücher, Haushaltsrechnungen, Konsumvereinsberichte und Autobiographien in der Diskussion*, Frankfurt/M. u.a. 1993
- Roche, Daniel: *Histoire des choses banales. Naissance de la consommation dans les sociétés traditionnelles (XVIIe-XIXe siècle)*, Paris 1997
- Roche, Daniel: *Le vin, le pain, le goût*, in: Jean-Luc Mayaud (Hg.): *Clio dans les vignes. Mélanges offerts à Gilbert Garrier*, Lyon 1998, S. 271-285
- Pitte, Jean-Robert: *Gastronomie française, histoire et géographie d'une passion*, Paris 1991
- Sambrook, Pamela A./ Peter Brears (Hg.): *The country house kitchen, 1650-1900 : skills and equipment for food provisioning*, Phoenix Mill u. a. : A. Sutton Pub., 1996.
- Sandgruber, Roman: *Anfänge der Konsumgesellschaft. Konsumgüterverbrauch und Lebensstandard und Alltagskultur in Österreich im 18. und 19. Jahrhundert*, Wien 1982
- Schürmann, Thomas: *Tisch- und Grußsitten im Zivilisationsprozeß*, Münster/New York 1994
- Sievers-Flägel, Gudrun: *Komm mit in die Küche: Ein Spiegelbild vom Leben in der Küche von 1700 bis 2000*, Gummersbach 1989
- Tanner, Jakob: *Der Mensch ist, was er ißt. Ernährungsmythen und Wandel der Esskultur*, in: *Historische Anthropologie 4* (1996), S. 399-419
- Teuteberg, Hans Jürgen/ GünterWiegmann: *Unsere tägliche Kost. Geschichte und regionale Prägung*, Münster 1986
- Teuteberg, Hans Jürgen: *Homo edens. Reflexionen zu einer neuen Kulturgeschichte des*

Essens, in: HZ 265 (1997), S. 1-28

Teuteberg, Hans Jürgen/ Günter Wiegelmann: Der Wandel der Nahrungsgewohnheiten unter dem Einfluß der Industrialisierung, Göttingen 1972

Teuteberg, Hans-Jürgen u. a. (Hg.): Essen und kulturelle Identität. Europäische Perspektiven, Berlin 1997

Wiegelmann, Günter/ Ruth-E. Mohrmann (Hgg.): Nahrung und Tischkultur im Hanseraum, Münster/New York 1996

Wiegelmann, Günter: Der Wandel von Speisen- und Tischkultur im 18. Jahrhundert, in: Ders./ Ernst Hinrichs (Hgg.): Sozialer und kultureller Wandel in der ländlichen Welt des 18. Jahrhunderts, Wolfenbüttel 1982, S. 149-161

Wilson, Anne C. (Hg.): Traditional food east and west of the Pennines; with illustrations by Peter Brears, Edinburgh UP 1991

Wilson, Anne C. (Hg.): "Banqueting stuffe": the fare and social background of the Tudor and Stuart banquet; with illustrations by Peter Brears, Edinburgh UP 1991.

Wilson, Anne C. (Hg.): The appetite and the eye: visual aspects of food and its presentation within their historic context; with illustrations by Peter Brears, Edinburgh UP 1991.