

Überlieferung mittelalterlicher Kochrezepte

Fast Jede oder Jeder von uns war schon einmal auf einem Mittelaltermarkt oder bei einem Burgfest, vielleicht bei einem „Ritteressen“ oder hat schon mal von den Essgewohnheiten im „finsternen Mittelalter“ gehört oder gelesen: Da soll es meist sehr viel Fleisch gegeben haben, die Küche war nicht besonders einfallsreich und die Tischmanieren ließen auch zu wünschen übrig. Aber stimmt das so oder sind das bloß Vorurteile? Und woher wissen wir heute, was früher auf den Tisch kam?

Wenn es um vergangene Zeiten geht, dann verdanken wir der Archäologie (= Lehre von den Altertümern) Vieles, von dem was wir heute wissen. In der Archäologie werden sogenannte „materielle Hinterlassenschaften“ der Vergangenheit untersucht. Es werden unter anderem alte Bauwerke und Artefakte (= von Menschen hergestellte Gegenstände) erforscht. Die Dinge, die z. B. bei Ausgrabungen gefunden werden, können Aufschluss darüber geben, wie Menschen in früheren Zeiten gelebt haben, welche Werkzeuge verwendet wurden, wie Gebäude gebaut waren oder welche Haushaltsgegenstände es gab. Wenn es darum geht herauszufinden, wie und was die Menschen früher gegessen haben, sieht es ein wenig anders aus. Zwar werden manchmal noch Pflanzenreste oder Knochen gefunden, aber das sind Ausnahmefunde, denn Lebensmittel verrotten innerhalb kürzester Zeit und es bleibt nichts übrig, was man erforschen könnte. Deshalb ist man in diesem Forschungsbereich auf andere Quellen angewiesen, nämlich auf die schriftlichen Quellen.



Abb.1: Der Meister unterrichtet den Lehrling.

Auch im Mittelalter wurde bereits aufgeschrieben, was auf den Tisch kam. Allerdings nur sehr vereinzelt und erst gegen Ende des Mittelalters. Das hängt mit der völlig anderen Kultur des Mittelalters zusammen. Lesen und schreiben zu können, war damals die Ausnahme, nicht die Regel. Ein Schulsystem, wie wir es heute kennen, gab es noch nicht und nur wenige Menschen lernten z. B. im Kloster, mit Feder und Tinte umzugehen. Die meisten Dinge wurden mündlich weitergegeben. Aufgeschrieben wurden anfänglich nur biblische bzw. geistliche Texte und sogenannte Rechtstexte, wie beispielsweise Urkunden. Später kamen dann auch literarische Texte hinzu, z. B. Minnedichtung oder Heldenerzählungen. Schriftlichkeit war eine teure Angelegenheit. Es brauchte nicht nur eine schreibkundige Person, die eine lange Ausbildung hinter sich hatte, sondern man benötigte auch noch Schreibmaterial. Und das war teuer. Geschrieben

wurde auf Pergament, also gegerbten und bearbeiteten Tierhäuten. Die Pergamentblätter wurden dann beschrieben und später zu einem sogenannten Kodex (lat. Codex, „Buch/Heft“) zusammengebunden. Der ganze Prozess dauerte sehr lange und war äußerst kostspielig. Erst als sich ein neuer und günstigerer Beschreibstoff, nämlich das Papier durchsetzte, wurden die Buchherstellung langsam erschwinglicher.

Trotz der aufwändigen Herstellung und der hohen Kosten sind im Spätmittelalter (Mitte 13. – Ende 15. Jh.) immer mehr sogenannte Wissens- und Gebrauchstexte entstanden. In diesen Handschriften wurde praktisches Wissen festgehalten u. a. auch Kochrezepte. Allerdings noch nicht in der heutigen Form von Kochbüchern. Die Rezepte sind eher als Rezeptsammlungen oder als Einschub zwischen anderen Texten aufgeschrieben worden. Größere Verbreitung kommt erst mit dem Buchdruck ab 1450 auf, bis dahin wurde alles per Hand geschrieben und kopiert.



Abb. 2: Sehr lange Zeit wurden nur geistliche und Rechtstexte aufgeschrieben.

Wenn man bedenkt, was es alles braucht, um etwas aufzuschreiben, dann ist klar, dass es sich bei den Rezepten, die wir aus der Vergangenheit kennen, nicht um die Rezepte aus einem einfachen Bauernhaushalt handelt. Da sich nur der Adel oder die Geistlichkeit Schriftlichkeit leisten konnten, ist auch nur die sogenannte „Herrenküche“ überliefert, also alles, das in einem adeligen Haushalt oder in einer Klosterküche auf den Tisch kam. Über die Nahrung der einfachen Leute weiß man dagegen sehr wenig.

Bekannt sind bis jetzt etwa 60 Handschriften aus dem Mittelalter in denen sich deutschsprachige Kochrezepte finden. Manchmal sind nur einige wenige Rezepte aufgeschrieben worden, zwischen anderen Texten oder am Ende einer halbleeren Seite. In anderen Fällen wurden aber regelrechte Sammlungen angelegt. Hier sind dann einige hundert Kochrezepte niedergeschrieben. Meistens finden sich in der gleichen Handschrift auch medizinische Texte, denn die Ernährung spielt im Mittelalter eine große Rolle bei der Gesund-

erhaltung. Ohne ausreichende medizinische Versorgung ist es umso wichtiger gar nicht erst krank zu werden. Ernährung und Gesundheitsprophylaxe gehen im Mittelalter Hand in Hand. Das zeigt sich auch bei den Kochrezepten.

Schubert, E. (2006). Essen und Trinken im Mittelalter. Darmstadt: Primus.

Jakobi-Mirwald, C. (2004). Das mittelalterliche Buch: Funktion und Ausstattung. Stuttgart: Reclam (Universal-Bibliothek 18315).

Hillich, P. (2008). Das Mittelalter - die Epoche. Konstanz: UVK (2., durchges. Aufl., ed., UTB 2576).



Abb. 3:

Literatur:

