Reifer Lauch
porros maturos

Dieses Gericht stammt aus dem dritten Buch des Apicius (Liber III - Cepuros, 10, 1).
Reifer Lauch wird so zubereitet: eine Handvoll Salz, Wasser und Öl, mische es und koche ihn darin und nimm ihn heraus. Serviere ihn mit Öl, liquamen und unvermischtem Wein.
Porros maturos fieri: pugnum salis, aquam et oleum: mixtum facies et ibi coques et eximes. cum oleo, liquamine, mero [et] inferes.

Herkunft: Rom (Antike)
Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten
Zubereitungszeit: 5 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

750 g Lauch
1 TL Salz
1 EL Öl
50 ml Weißwein trocken
2 EL liquamen
¼ TL Kümmel
1 Prise Pfeffer
1 EL Koriander frisch
1 TL Balsamicoessig



Reifer Lauch

Vorbereitung

Den Lauch waschen, in 2 cm lange Stücke schneiden. Salzwasser mit dem Öl zum Kochen bringen und den Lauch darin kochen.

Zubereitung

Während der Kochzeit die restlichen Zutaten zu einer Sauce zusammenrühren und diese vor dem Servieren über den Lauch geben.

© 2026 coquina.de