

Römisches Rezept des Tages

Stand: 4. Oktober 2026

Pfanne - vegetarisch

Pilze mit Traubensaft und Kräutern

Herzhafte Pilze treffen auf eine leicht süß-saure Sauce - typisch für römisch inspirierte Geschmackskombinationen.

Zutaten

- 400 g Champignons
- 1 kleine Zwiebel
- 100 ml roter Traubensaft
- 1 EL Weinessig
- 1 EL Olivenöl
- Thymian, Pfeffer und Salz

Zubereitung

- 1 Pilze und Zwiebel schneiden und in Olivenöl kräftig anbraten.
- 2 Traubensaft und Essig zugeben.
- 3 Fünf Minuten einkochen lassen.
- 4 Mit Thymian, Pfeffer und wenig Salz abschmecken.

Hinweis: Dies ist eine heutige, sicher kochbare Interpretation. Allergien und persönliche Ernährungsvorgaben bitte berücksichtigen.

Historische Grundlage: überlieferte Speisen bei Apicius und Columella. Die Sammlung ist kein Nachweis für eine originale antike Zubereitung.