

UČNI LIST - STARI VEK

Rimski vsakdan

Prehrana Rimljanov je temeljila na žitu, olivnem olju in vinu. Revni so jedli preprosto hrano, predvsem žita in stročnice, ki so jih dopolnjevali z zelenjavo in mlečnimi izdelki. Glavni obrok je bilo pozno kosilo, ki je pri bogatih Rimljanih lahko trajalo do jutra, saj so bile vmes plesne in pevske točke. Njihova prehrana je bila veliko bolj raznolika, pri pripravi jedi so uporabljali različne začimbe. Jedli so leže in niso uporabljali vilic. Da so bili lahko kos vsej pripravljeni hrani, so si med obrokom večkrat na silo, z bruhanjem, izpraznili želodec. Bogati Rimljani niso bili posebno zdravi, saj so preveč jedli in niso telovadili.

1. Preberi recept za sladico, ki so jo imeli bogati Rimljani zelo radi.

Spražimo pinjole in zdrobljene lešnike. Zmešamo jih s poprom, medom, ribjo omako, mlekom, jajci ter malo vina in olja. Nato zmes kuhamo v plitvi ponvi in postrežemo.*

**Pinjole so semena iz storža borovega drevesa, ki raste ob morju.*

a) Kaj je v tem receptu za sladico nenavadno?

Nenavadno je to, da so sladici dodali poper in ribjo omako. Tudi vina sladicam ne dodajamo prav pogosto.

b) Kakšne barve je po tvojem mnenju ta sladica?

c) Kakšen okus ima po tvojem mnenju ta sladica?

d) Na spletu poišči še kakšen podatek o prehrani revnejših Rimljanov.

Prehrana revnejših Rimljanov se je precej razlikovala od prehrane premožnih Rimljanov. Jedli so preproste jedi iz žit (ječmenova polenta, močnik, mlinci, kruh s česnom), stročnice, mleko, zelenjavo (zelje, redkvice), sadje (fige, jabolka, češnje).

Moški in ženske so najpogosteje nosili **tunike**. To je srajca brez rokavov, ki sega do kolen ali do meč. Prek tunike so si moški ovili toga – približno šest metrov blaga. Ženske so nosile dolge obleke, ki so se lepo nagubale, ker so uporabile pas.

2. Oglej si sliko svobodnih Rimljanov in Rimljank.



- a) Primerjaj svoj slog oblačenja z rimskim.
Kako se razlikuje?
- b) Predstavlja si in opiši, kako bi v takšnem
oblačilu opravljal vsakodnevne obveznosti
doma in v šoli.