

les Romains se sont nourris principalement de bouillie (*pulmentum*) réalisée à base d'orge, de blé ou de froment, et relevée par des herbes et de l'huile d'olive. Puis, grâce à leurs conquêtes, ils ont découvert d'autres produits et des habitudes culinaires différentes. Leur cuisine est alors devenue très sophistiquée. Pour le restaurant, je reste le plus proche possible des connaissances que l'on a de cette cuisine. Les saveurs, les associations de produits sont bien différentes de ce que l'on mange habituellement, car les Romains adoraient le sucré-salé et l'aigre-doux. Ils réalisaient aussi beaucoup de sauces compliquées, à base de miel, de fruits secs, d'épices et de condiments.



Comment avez-vous découvert ce que les Romains mangeaient ?



Je travaille avec plusieurs sources d'informations. Ma lecture principale est le livre d' Apicius , qui donne de nombreuses recettes.

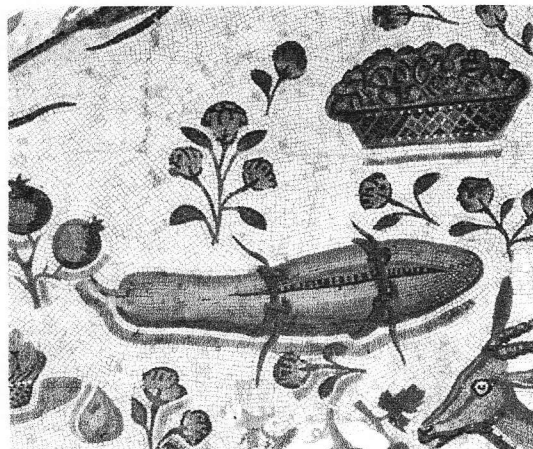
Mais il faut tout interpréter, car si les ingrédients sont indiqués, rarement les quantités ! Et souvent Apicius conseille : "*Gustas. Si quid deest, addes*", ce qui signifie : "Goûtez. Et s'il manque quelque chose, ajoutez-le"! Je travaille également avec des archéologues et j'observe de très près les découvertes qui peuvent faire avancer la connaissance sur la cuisine. Lors de fouilles, on retrouve souvent, notamment près des villas , des restes de graines ou des ossements. Les amphores , quant à elles, sont une source d'informations très importante. Les résidus (restes) de leur contenu et les éventuelles indications écrites dessus sont des renseignements précieux. Et il y a aussi les peintures, les mosaïques...



Y a-t-il des ressemblances entre notre cuisine et les plats que vous préparez d'après les recettes romaines ?



Ici, en Provence, la cuisine est méditerranéenne, il existe donc des similitudes avec la cuisine romaine. Les Romains ont apporté des habitudes que l'on retrouve aujourd'hui encore dans la cuisine familiale. Pas de crème, ni de beurre, mais de l'huile d'olive. Des herbes aromatiques, du poisson, du miel, des figues, des amandes... Autant de produits que nous connaissons bien !



◀ Sur cette mosaïque romaine découverte à Sousse, en Tunisie, des ingrédients d'un banquet sont représentés. On y voit notamment une courge préparée pour la cuisson (musée archéologique de Sousse).



Quels sont les produits que nous utilisons et que les Romains ne connaissaient pas ? Et quels sont ceux qui ont disparu ?



Il y en a plusieurs. Tomate, poivron et aubergine, originaires d'Amérique et d'Inde, sont arrivés en France vers le XVI^e siècle.

Bien qu'ils soient de nos jours très appréciés, ils sont interdits à la *Taberna Romana*, puisque les Romains ne les connaissaient pas. En revanche, il y a un produit très utilisé par les Romains et qui a disparu, c'est le fameux *garum*, un condiment qu'Apicius préférait au sel. Le meilleur *garum*, réputé très cher, était fabriqué avec du sang, des œufs et le système digestif du thon, mélangés à du sel et à des herbes aromatiques, tout cela devant macérer pendant plusieurs mois. Actuellement, c'est le nuoc-mâm (une sauce au poisson originaire du Vietnam) qui se rapproche le plus de ce produit. Il est indispensable dans la cuisine romaine, mais il faut savoir l'utiliser avec modération.

Dico

Marcus Gavius Apicius, dit APICIUS, est un célèbre cuisinier romain né vers 25 avant J.-C. Il aurait vécu dans l'entourage de l'empereur Tibère. Il passe pour l'auteur du recueil de recettes intitulé *De re coquinaria* ("De l'art culinaire"), qui, en fait, a été écrit après sa mort. Cet ouvrage, qui contient des recettes d'Apicius et d'autres, plus tardives, est le premier livre de recettes qui nous soit parvenu. Il représente une source incomparable de connaissance de la cuisine romaine.

Une VILLA est un grand domaine agricole à la campagne, qui comprend la maison du maître (la *pars urbana*) et un domaine d'exploitation (la *pars rustica*), avec champs, vergers, vignes, écuries, étables, pressoirs, greniers...

Une AMPHORE est un grand vase en terre cuite comportant deux anses et qui servait dans l'Antiquité à transporter le vin, l'huile, les sauces... Les amphores portaient bien souvent des inscriptions ou des marques jouant le rôle de nos étiquettes actuelles.