*Burgen und Schlösser bestimmen an vielen Orten Europas das Landschaftsbild. Heute denken die meisten Betrachter sofort an stolze Burgherren, edle Ritter und schöne Burgfräulein. Mit dem Tourismus, den diese romantischen Bilder anziehen, lässt sich viel Geld verdienen. Burgführungen und Mittelaltermärkte locken zahlreiche Besucher an. Die Dekoration ist luxuriös, die edlen Ritter gelten als Vorbilder der Höflichkeit. Doch wie romantisch war das Leben in mittelalterlichen Burgen wirklich? Es stellt sich die Frage: „Ritter, Burgen und Schlösser – So romantisch, wie es verkauft wird?“*

*---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------*

Das Mittelalter dauerte etwa 1.000 Jahre. Über die Zeit veränderten sich die Essgewohnheiten der Menschen. Und auch je nach Region (Nord- und Südeuropa) und sozialer Schicht (Bauern und Adelige) gab es Unterschiede. Die Ernährung richtete sich ebenfalls nach den Erntezeiten der einzelnen Nahrungsmittel. So kamen Früchte nur dann auf den Tisch, wenn sie auch von den Bäumen und Sträuchern geerntet werden konnten.

Was Getränke anging, tranken die meisten Menschen kaum Wasser. Wasser musste aus Bächen, Flüssen oder Brunnen geholt werden. Und meistens war dieses Wasser nicht sonderlich sauber, weswegen die Menschen leicht krank werden konnten. Beliebter waren Buttermilch, Bier und Wein.

Durch das ganze Mittelalter hindurch, in den meisten Regionen und in jeder sozialen Schicht waren Nahrungsmittel aus Getreide sehr wichtig. Daraus wurde Brei oder aber Brot hergestellt. Brot war im frühen Mittelalter hauptsächlich dem Adel vorbehalten. Aber spätestens ab dem 13. Jahrhundert war Brot das Grundnahrungsmittel aller Bevölkerungsschichten.

Die Mahlzeiten aus Getreide wurden ergänzt mit Gemüsen wie Kohl, Rüben, Lauch und Zwiebeln. Auch Pastinaken kamen auf den Teller. Diese wurden in der Neuzeit ersetzt durch die Kartoffel, die in Südamerika entdeckt wurde. Bohnen und Linsen galten als bäuerliche Nahrung, weil man ihnen nachsagte, Darmwinde zu verursachen. Nur Erbsen kamen auch bei den feineren Herrschaften auf den Teller. Verschiedene Obstsorten wurden schon im Mittelalter gern gegessen: Äpfel, Birnen, Pflaumen, Kirschen und Waldbeeren kamen auf den Tisch.

Fleisch spielte vor allem in der Ernährung adeliger Menschen eine Rolle, da die Tierzucht viel Zeit, Arbeit und Nahrung kostete. Das Fleisch von Vögeln, Schafen, Rindern und Schweinen waren recht häufig. Eine besondere Rolle spielte Wildfleisch, beispielsweise von Hirschen oder Rehen. Nur Adelige hatten das Recht, Wildtiere zu jagen und anschließend zu essen. Auch in bäuerlichen Haushalten stand Fleisch auf der Speisekarte. Bauern aßen aber hauptsächlich Schweinefleisch, weil die Aufzucht von Schweinen am einfachsten war. Beim Schlachten wurde jedes Teil des Tieres genutzt. Wohlhabende Menschen aßen die Bratenstücke, während Stücke wie die Füße und Mäuler den niedrigeren Schichten überlassen wurden.

Im Spätmittelalter aß jeder Mensch in Europa jedes Jahr durchschnittlich 100kg Fleisch. Heute liegt der Durchschnitt in Europa bei etwa 61kg. Das erscheint auf den ersten Blick viel weniger. Doch damals lebten in Europa etwa 80 Millionen Menschen. Heute sind es 476 Millionen Menschen. Es wird also insgesamt wesentlich mehr Fleisch verzehrt als im Mittelalter. Wegen der Massentierhaltung steht der übermäßige Verzehr von Fleisch heute in der Kritik.

*Text nach: Weiss Adamson, Melitta, Food in Medieval Times, Westport 2004.*