

# Mittelalter Explorer Rezepte Vand 15 Salat



# Inhaltsverzeichnis

Artischocken	2
Blaukraut 2	2
Böhmische Erbsen 2	3
Gurkensalat	3
Karotten in Vinaigrette	4
Kicherbsensalat	5
Kräuter-Blumen-Salat 1	5
Kräuter-Blumen-Salat 2	6
Kürbissalat	7
Liliensalat 1	8
Liliensalat 2	9
Marinierte Pfefferpilze	9
Mariniertes Gemüse	10
Mariniertes Gemüse mit Birnen	11
Mariniertes Wurzelgemüse	12
Möhrchenmus	13
Oliven-Kapern-Salat	14
Rettichsalat mit Joghurt	14
Rosenkohl 3	15
Rote Beete Salat	15
Katjas Rote Rüben	16
Roter Salat	
Salat aus gebratenen Zwiebeln	17
Salat aus gemischten, rohen Kräutern	18
Salat mit Blaukraut und Spinat	19
Salat von Koriander und Piniennüssen	19
Salat von Orangen und Zwiebeln	20
Salat von Orangen und Roten Zwiebeln	20
Salat von Pilzen und Orangen	21
Spanische Pilze	22
Zitronen-Granatapfel-Salat	22



# Urtischocken

Deutschland, 16. Jhd.

Toastbrot in Butter rösten, mit Zitrone beriebene Artischocken drauf setzen
Rosinen, Wein und Muskatblüten mischen, mit Salz und
Pfeffer abschmecken
Das Ganze mit Muskatblüten bestreuen
Artischocken macht man mit Schweineschmalz, kleinen
Rosinen, Muskatblumen und Pfeffer, gibt's auf den Tisch über geröstetes Weißbrot und bestreut sie mit Muskatblumen.

Frantz de Rontzier: Kunstbuch von mancherley Essen, 1598

## 3 laukraut 2

#### Zutaten

500g Blaukraut 1½ TL Olivenöl 1¼ TL Zucker 125g Äpfel 125g Zwiebeln 75ml Rotweinessig 1½ Lorbeerblätter 1/8 TL Salz 300ml Rotwein

### Zubereitung

Zwiebeln und Äpfel im Öl andünsten, Blaukraut zugeben, ~5 min kochen lassen Restliche Zutaten zugeben, 25 min kochen lassen Kaltstellen und kalt auftragen

Siehe auch: Blaukraut 1 (Gemüserezepte)

# Böhmische Erbsen 2

Deutschland, 16. Jhd.

4 Personen (Beilage)

#### Zutaten

125g gepalte grüne Erbsen 125ml Weißwein Gewürze nach Geschmack

### Zubereitung

Erbsen in Wasser weich kochen, pürieren Wein und Gewürze zugeben Kalt auftragen

Gute Beilage zu heißem Fleisch

Kochbuch der Sabina Welserin (149), um 1553

# Burkensalat

#### Zutaten

250ml Saure Sahne
2 EL Zitronensaft
2 TL Zucker
1 TL Salz
Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
Dill, gehackt
3 Gurken, geschält und in Scheiben

### **Zubereitung**

Saure Sahne, Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer mischen Über die Gurken geben und den Dill darüberstreuen Kaltgestellt auftragen

### Signora Giovanna Theresa Battista di Firenze, Lady Margaret Fitzwilliam of Kent (SCA)

# Karotten in Vinaigrette

Italien, 16. Jhd.

32 Portionen

#### Zutaten

12 große Karotten
1 TL Salz
1 Tasse (225ml) Cideressig
1 EL Koriander
1/2 TL Pfeffer

### Zubereitung

Gewürze grob mörsern, zum Essig geben, einige Tage ziehen lassen

Karotten waschen und putzen, in (möglichst gleichmäßige) Stifte schneiden (5cm lang, ½cm dick) Im Ofen bei 180°C ~25 min backen Karotten in eine große Schüssel geben, mit 12 EL der Essigmischung übergießen, gut durchmischen, kalt stellen Wenn die Karotten durchgekühlt sind, den restlichen Essig zugeben

Bis zum Auftragen (spätestens nach 2 Stunden) kalt stellen

Platina, De Honesta Voluptate et Valetudine

Siehe auch: Gebackene Karotten (siehe Gemüserezepte)

# Richerbsensalat

Rom, Antike

#### Zutaten

850g Kichererbsen aus der Dose 1-2 EL Öl

1 TL Koriandersaat

1 TL Kuminsaat

1 gehackte Zwiebel

1 EL Balsamessig

### Zubereitung

Kichererbsen abgießen Koriander und Kumin im Mörser zerstoßen Alle Zutaten vermischen Falls gewünscht, kann man die Zwiebeln vorher anschwitzen

Apicius; Katja Orlova (SCA)

# Kräuter-Blumen-Salat 1

England, 16. Jhd.

#### Zutaten

1 kleiner Kopfsalat

1 Tasse Kresse

1/4 Tasse frische Minze

1/4 Tasse frischer Estragon

1/2 Tasse frische, ungespritzte Blütenblätter (Rose, Primel, Kapuzinerkresse, Schnittlauchblüten, Veilchen, Ringelblumen)

1 Salatgurke, geschält und in Scheiben

2 hartgekochte Eier, geschält und in Scheiben

4 EL Olivenöl

3 EL Weißweinessig

1/2 TL Salz

1/8 TL Pfeffer

1/2 TL brauner Zucker

Variante: statt oder zusätzlich zur Gurke 1-2 Zitronen

### Zubereitung

Salat, Kresse und Kräuter gut waschen und trockentupfen; Blütenblätter in eine Schale mit kaltem Wasser geben, herausnehmen und vorsichtig trockentupfen Salat in mundgerechte Stücke reißen, mit Kresse, Kräutern und Gurkenscheiben mischen Öl, Essig, Salz, Pfeffer und Zucker gut verrühren, mit dem Salat vermischen

Die Blütenblätter vorsichtig unterheben (ein paar zum Garnieren aufheben) Eierscheiben und die aufgehobenen Blütenblätter auf dem

Salat verteilen

Thomas Dawson, The Good Huswifes Jewell, 1596; Ken Withers/Bill Gamber

Rräuter=3lumen=Salat 2

Schottland, 14. Jhd.

6 Portionen

#### Zutaten

2 Bund Wasserkresse

1 Packung Senfgrün

60g frische Petersilzweige

1 Stange Lauch in feinen Rädern

30g Sauerampferblätter, gehackt

30g junge Löwenzahnblätter, gehackt

1 Fenchelknolle, gestiftelt

30g Gänseblümchenblätter, gehackt

Rote Salbeiblätter

Minzblätter

1 Zweig frischer Rosmarin, gehackt

1 Knoblauchzehe

1 EL WeinessigSalz, Pfeffer6 EL Olivenöl

### Zubereitung

Blüten: Veilchen, Primeln, Blaues Gurkenkraut, Löwenzahn zum Dekorieren

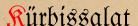
Alles Grünzeug für den Salat waschen, gründlich abtropfen und vorbereiten

In einer großen Schüssel, gut mit Knoblauch ausgerieben, vermischen

Weinessig, Gewürze und Öl in ein verschließbares Gefäß geben und gut schütteln, bis sie vermischt sind Über den Salat geben und vorsichtig einmischen Mit den Blumen dekorieren und auftragen

Historische Anmerkung: Dies ist das früheste Salatrezept in englischer Sprache. Gemischte Kräuter- und Blumensalate waren so beliebt, dass sie bis ins 17. Jahrhundert in Mode blieben. Der Salat hat sich je nach Jahreszeit und dem, was im Kräutergarten der Köche gewachsen ist, angepasst. Passen Sie das Grundrezept an und experimentieren Sie nach Belieben, solange das Ergebnis bunt ist.

Sara Paston-Williams, A Book of Historical Recipes



Deutschland, 16. Jhd.

#### Zutaten

1 mittlerer Altweltkürbis Cideressig, Olivenöl, Salz

### Zubereitung

Kürbis schälen, entkernen, würfeln, in leicht gesalzenem Wasser weich kochen Abgießen, auskühlen lassen, mit Essig, Öl und Salz anmachen, auftragen

Rumpolt, Ein new Kochbuch, Von allerley Kraeuter Salat/ weiß vnd gruen; The Honorable Lady Gwen Catrin von Berlin, SCA

### Liliensalat 1

England, 16. Jhd.

#### Zutaten

1/2 -1kg Karotten
2 Tassen Titi- oder Popcorn-Shrimps, gesäubert, gekocht, abgekühlt
1/4 l (1 Tasse) Weißweinessig
1/4 l (1 Tasse) Olivenöl
Salz

### Zubereitung

Karotten fein reiben und zur Seite stellen Öl, Essig und Salz mit einem Schneebesen vermischen Genügend Dressing über die Karotten geben, dass sie leicht bedeckt sind Die Karotten auf einem Servierteller zu einer Lilie formen Die Shrimps mit genügend Dressing vermischen, dass sie leicht bedeckt sind, dann auf den Karotten anrichten

The Good Huswifes Jewell, 1587; Sass, Lorna J., To the Queen's Taste; Gode Cookery

# Liliensalat 2

England, 16. Jhd.

8 Portionen

#### Zutaten

4 Karotten
1/4 Tasse Balsamessig
1/4 Tasse Olivenöl [1]
250g Shrimps, vorgekocht und geschält
1/2 Tasse Weißweinessig
1/2 Tasse Olivenöl [2]

### Zubereitung

Karotten waschen, schälen und reiben, 3 min kochen, gut abgießen Mit Balsamessig und Olivenöl [1] mischen, über Nacht marinieren Shrimps mit Weißweinessig und Olivenöl [2] mischen, ebenfalls über Nacht marinieren Karotten in Form einer Lilie anordnen, die Shrimps darauf anrichten, etwas von den restlichen Marinaden darüber geben

Original w.o.; Arwen Southernwood, The Stewpot Period Culinary Guild (SCA)

# Marinierte Pfefferpilze

#### Zutaten

500g kleine Champignons 3 Schalotten 3 Knoblauchzehen 6 EL Olivenöl 1/4 l trockener Weißwein 3 EL Zitronensaft

#### Salz

- 1 TL Weiße Pfefferkörner
- 1 Lorbeerblatt
- 1 Bund glatte Petersilie

### Zubereitung

Schalotten und Knoblauchzehen klein hacken und im Olivenöl anbraten

Geputzte Champignons hinzufügen und ebenfalls anbraten Wein und Zitronensaft zugießen Salz, die Pfefferkörner, das Lorbeerblatt und die gezupfte Petersilie hinzugeben und das Ganze 15 min. köcheln lassen Im Sud abkühlen und durchziehen lassen 30 min vor dem Auftragen aus dem Kühlschrank holen und den Sud abgießen

# Mariniertes Gemüse

Deutschland, 14. Jhd.

#### Zutaten

jeweils 1 Tasse: Runkelrüben, Karotten, geschredderter Weißkohl, Blumenkohl (oder anderes Gemüse) 1 TL Kümmel, frisch gemahlen 1 TL Anis, ebenso 1 TL Pfeffer, ebenso 1 TL Senfmehl 6 oml Balsamessig 250ml Honig

### Zubereitung

Gewürze, Honig und Essig vermischen und über die Gemüse gießen An einem kalten Ort mind. 24 Stunden marinieren lassen Kalt servieren

Andere Umsetzung (für das Krönungsmenue)

#### Zutaten

1/2 l Rotweinessig 150-175ml Honig 1/2 TL Kümmel 1 TL Anis 1/2 TL Pfeffer 1/4 TL Safran 1/2 TL Senf 4 Gurken

### Zubereitung

Essig, Honig und Gewürze vermischen, Gurken schälen und in Scheiben schneiden Mindestens 1h marinieren lassen.

Das buoch von guoter spîse (48), 1345/52

# Mariniertes Gemüse mit Birnen

England, 14. Jhd.

12-15 Portionen

#### Zutaten

1kg Karotten in Scheiben
1/2 Kohlkopf, kleingeschnitten
(anderes Gemüse im Originalrezept: Pastinake, Petersilwurzel,
Rettich, weiße Rüben - siehe im nächsten Rezept)
3-4 Birnen in dünnen Scheiben
1 TL Salz
6 EL Essig
2 TL Ingwer
einige Safranfäden
3/4l Weißwein
125ml Honig
1 EL gemahlene Senfsamen
3/4 Tasse Korinthen
1 TL Zimt

### je 1/2 EL Anis- und Fenchelsamen

### Zubereitung

Gemüse einige Minuten lang kochen lassen, Birnen zugeben, weich kochen

Abgießen, auf ein sauberes Tuch legen, salzen, abkühlen lassen In eine Schüssel geben, Essig, Safran und Ingwer zugeben, mit dem Tuch abdecken, über Nacht kühl stehen lassen Korinthen, Senf, Anis und Fenchel untermischen, in ein dicht schließendes Gefäß geben

Honig, Zimt und Wein zum Kochen bringen, abschäumen, bis es klar wird; vom Feuer nehmen und über das Gemüse geben Abkühlen lassen und verschließen

Hieatt, Constance B. and Sharon Butler. Curye on Inglish: English Culinary Manuscripts of the Fourteenth-Century (Including the Forme of Cury). New York: for The Early English Text Society by the Oxford University Press, 1985; Gode Cookery 2000.

# Mariniertes Wurzelgemüse

England, 14. Jhd.

#### Zutaten

- 1 Pastinake
- 6 Rettiche
- 2 Kohlrüben
- 4 Kohlblätter
- 1 Birne
- 1 TL Salz

375ml Rotweinessig

1/2 TL Pfeffer (nach Belieben, da man damals den Pfeffer kaum bezahlen konnte war er eher selten auf dem Tisch)

1 Prise Safran

375ml lieblicher Wein

4 EL Honig

1 EL Lombardischer Senf (siehe Tunken)

1/4 Tasse Korinthen

je ½ TL gemahlener Zimt, geriebener Ingwer, ganzer Anis, Fenchelsamen je ¼ TL Macis und Nelken

### Zubereitung

Wurzeln in kochendem Wasser blanchieren, Kohlblätter zusammenfallen lassen Abgießen und abkühlen lassen Wein und Honig mischen, Gewürze und Essig zugeben, gut mischen Gemüse mit der Wein-Honig-Mischung bedecken, mindestens 24 Stunden zugedeckt stehen lassen, besser 3 Tage Auf einem Teller anrichten und auftragen

Forme of Cury, THL Kateryn de Develyn (SCA), Stefan's Florilegium

# Möhrchenmus

Deutschland, 14. Jhd.

#### Zutaten

3 EL Mandeln ½ Tasse (100ml) kochendes Wasser 6-8 Karotten ½ Tassen (350ml) kräftige Hühnerbrühe ½ TL Salz ½ TL poudre forte (siehe Gewürze)

### Zubereitung

Aus den Mandeln und dem Wasser eine dicke Mandelmilch (siehe Grundrezepte) bereiten Die Karotten (ungeschält, ungeschnitten) in der Hühnerbrühe ~35 min kochen In kaltem Wasser abkühlen, Schale entfernen, zermanschen Mit Salz, Mandelmilch und Poudre forte vermischen Das Buch von guter Speise; Lord Cadifor Cynan, The Cauldron Bleu Cooks Guild, SCA

# Oliven-Rapern-Salat

England, 16. Jhd.

#### Zutaten

~10 Portionen 2 Tassen gemischte griechische Oliven 100g Kapern 2 EL Weißweinessig

# Zubereitung

3 EL Olivenöl

Zutaten mischen, über Nacht marinieren

Thomas Dawson, The Second Part of the Good Hus-wives Jewell, 1597; Arwen Southernwood, The Stewpot Period Culinary Guild (SCA)

Rettichsalat mit Joghurt

#### Zutaten

- 2 kleine Rettiche
- 1 Becher Joghurt
- 1 gestr. Teelöffel Ahornsirup oder Honig weißer Pfeffer
- 1 Prise Kräuter oder Meersalz
- 2 Esslöffel Zitronensaft
- 1 Bund Schnittlauch

### Zubereitung

Rettich waschen, schälen und in feine Scheiben schneiden

Mit dem gehackten Schnittlauch und den restlichen Zutaten abschmecken und locker unterheben

# Rosenkohl 3

Frankreich, 14. Jhd.

12-15 Portionen

#### Zutaten

100ml Weißweinessig
2 EL Olivenöl
1/4 Tasse gehackte Zwiebeln
2 EL Honig
3 EL Sellerieblätter
1/2 TL getrockneter Estragon
1 EL Petersil
1 TL Salz
Pfeffer
500g Rosenkohl, geputzt

### Zubereitung

Alle Zutaten in einen Topf geben, zum Kochen bringen, In geschlossenem Topf simmern, bis der Kohl weich ist. Über Nacht auskühlen lassen

Le Ménagier de Paris, 1395; Lady Branwyn ni Ceallaigh (SCA) Siehe auch: Rosenkohl 1-2 (Gemüserezepte)

# Rote Beete Salat

Deutschland, 16. Jhd.

gekochte rote Beete, Olivenöl, Rotweinessig mischen, Salz und Zucker nach Geschmack

Marx Rumpoldt, Ein New Kochbuch, 1581

# Katjas Rote Rüben

Deutschland, 14. Jhd.

#### Zutaten

2-3 Rote Rüben
1 TL Kümmel
1/4 TL Anis
1 TL Pfeffer oder Zibeben
1 EL Senf
1 EL Honig
1 EL Essig
ein paar Safranfäden
frischer Petersil, gehackt

### Zubereitung

Die Roten Rüben schrubben, aber die Wurzeln, Schale und Stielansatz intakt lassen

Zugedeckt ~20-45 min weich kochen, abgießen, abkühlen lassen, putzen und unter fließendem kaltem Wasser schälen, in Scheiben schneiden

Die restlichen Zutaten mischen, über die Roten Rüben geben Sofort auftragen, oder, wie im Originalrezept, marinieren lassen

Anmerkung des Überlieferers: Für ein Festmahl habe ich die Beizmischung als Marinade über gekochten Rüben verwendet und nicht über den Rohen.

Das Buch von guter Speise; Lady Katja Davidova Orlova Khazarina, The Cauldron Bleu Cooks Guild, SCA

# Roter Salat

#### Zutaten

2 Radicchio

1 Rotkohl

1 Bund Purpur-Basilikum

1 Rote Zwiebel

Rote Blumen

3 Bd. Roter Lattich

Preiselbeer Essig (oder anderer roter Essig)

Olivenöl

Salz, Pfeffer

### Zubereitung

Gemüse waschen und kleinschneiden Genug Öl in eine große Schüssel geben, Gemüse einrühren, genügend salzen und pfeffern, wenig Essig dazu rühren

Salat aus gebratenen Zwiebeln

Italien, 14. Jhd.

#### Zutaten

800g mittelgroße Zwiebeln einer milden Sorte (rote Zwiebeln aus Italien oder andere)

Olivenöl

guter Weinessig

1/3 TL Feines Gewürz (siehe Gewürze, tendenziell Poudre Fine 3, aus Italien 14. Jhd. oder Poudre Fort 1, oder aber einfach selbst eines wählen und probieren)

Salz

Pfeffer

### Zubereitung

Zwiebeln in Holzkohleglut garen (wenn keine vorhanden, dann in Alufolie eingewickelt im heißen Backofen (250°C) ~1 Stunde)

Aus der Glut nehmen und soweit abkühlen lassen, dass sie geschält werden können

Geschälte Zwiebeln in feine Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Salzen und pfeffern Olivenöl und Essig darüber geben, auftragen

Libro della Cucina del secolo XIV; Redon et al., The Medieval Kitchen

Salat aus gemischten, rohen Kräutern

England, 14. Jhd.

8 Portionen

#### Zutaten

- 2 Bund glatter Petersil
- 2 Bund Wasserkresse
- 2 Bund Minze
- 1 Bund Frühlingszwiebeln oder Schalotten
- 1 Kopf Fenchel mit Fenchelgrün

Salbei, Raute, Schnittlauch und andere Kräuter nach Belieben, fein gehackt

Olivenöl extra vergine

guter Essig (Malz oder Rotwein)

nach Geschmack 1/4 TL schwarzer Pfeffer

### Zubereitung

Petersil, Kresse, Minze entstielen, waschen und abtrocknen Fenchel gründlich waschen und abtrocknen Kräuter, Zwiebeln und Fenchel kleinschneiden Genug Öl in eine große Schüssel geben, die Salatkräuter einrühren, genügend salzen, wenig Essig dazu rühren

# Salat mit Blaukraut und Spinat

#### 4-6 Portionen

#### Zutaten

1 Tüte Spinat

1 Kopf Blaukraut, geschreddert

1/4 Tasse Rosinen

1/4 Tasse gehackte Feigen

1/4 Tasse gestiftelte Mandeln

1/4 Tasse eingelegtes Gemüse, gehackt (oder Essiggurken)

1-2 Orangen, segmentiert

1/4 Tasse Oliven, geschnitten

Dressing: 3 EL Öl, 2 EL Essig, 1 EL Zitronensaft, 1 Prise

Zucker, Salz

### Zubereitung

Dressing bereiten, mit dem Salat vermischen

Katja Orlowa, SCA

# Salat von Koriander und Piniennüssen

Palästina, 10. Jhd.

#### Zutaten

200g Pinienkerne Olivenöl 1 Bund frischer Koriander 1 Bund frischer Petersil Frisch gepresster Zitronensaft 2-3 Knoblauchzehen, zerdrückt etwas Weinessig Salz

### Zubereitung

Die Pinienkerne über kleiner Flamme in wenig Öl rösten, dabei ständig umrühren
Koriander und Petersil klein hacken, in eine Schüssel geben und die abgekühlten Pinienkerne zufügen
Zitronensaft und ein wenig Olivenöl darauf träufeln, mit Knoblauch, Essig und Salz würzen
Nach Geschmack kann man noch sehr dünn geschnittene
Frühlingszwiebeln zugeben

Salat von Drangen und Zwiebeln

#### Zutaten

2 Orangen1 mittlere Zwiebel1 EL ZitronensaftOlivenöl

### Zubereitung

Orangen schälen, Membranen entfernen, in Stücke schneiden Zwiebel schälen, in Ringe schneiden Orangen und Zwiebeln in Öl einrühren Zitronensaft zugeben Kalt stellen, servieren

Lady Rose of Gryphonwood

Salat von Orangen und Roten Zwiebeln

16 Portionen

#### Zutaten

4 Orangen 1 Rote Zwiebel 16 Calamata-Oliven 2 EL Olivenöl 1 TL frischer Estragon je 1 Prise Salz, Pfeffer

### Zubereitung

Orangen mit einem Messer schälen, dabei die innere Membran entfernen, aber die Orange rund lassen
Mit einem sehr scharfen Messer in jeweils 8 Teile schneiden
Zwiebel schälen und in 16 Scheiben schneiden
Estragon hacken
Orangen- und Zwiebelscheiben dekorativ auf einem Teller
anrichten, Oliven zufügen, mit Olivenöl, Estragon, Salz und
Pfeffer besprenkeln

# Salat von Pilzen und Drangen

#### Zutaten

500g weiße Pilze (Champignons), gewaschen, geputzt und geviertelt
3 Orangen, vorzugsweise Klementinen, geschält und segmentiert
60g gehackte Walnüsse
125ml Weißwein
125ml Olivenöl
3 EL Honig
1 EL Zitronensaft
1/8 TL Nelkenpulver
je 1 Prise Muskat und Macis (Muskatblüte)

### Zubereitung

Pilze, Orangen, Walnüsse in eine Schüssel geben In einer anderen Schüssel alle Flüssigkeiten und Gewürze vermischen, über den Salat geben Gut vermischen, abdecken, kühlen

# Spanische Pilze

#### Zutaten

1,8kg frische Pilze 60ml Olivenöl jeweils 175ml Rotweinessig, Apfelessig und Balsamessig 80ml Zitronensaft 6 Knoblauchzehen, geschnitten 3 TL getrocknetes oder 1 Handvoll frisches Basilikum

### Zubereitung

Pilze in Salzwasser ~10 min kochen, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben Alles andere zusammenmischen und darüber geben Abdecken und über Nacht an einem kühlen Orte stehen lassen

# Zitronen=Branatapfel=Salat

Deutschland, 16. Jhd.

4 Portionen

#### Zutaten

2 Granatäpfel3 ZitronenPuderzucker oder feiner weißer Zucker

### Zubereitung

Granatäpfel einschneiden und sorgfältig entkernen; alle feinen weißen Zwischenhäutchen müssen entfernt werden Zitronen schälen und filetieren; die schönsten Zitronenstückchen zurücklegen Granatapfelkerne, Zitronensegmente und den Zitronensaft mischen; mit Puderzucker mischen und durchziehen lassen

Die Geschmacksrichtungen sauer und süß sollen gleichermaßen zum Zuge kommen Vor dem Auftragen mit den zurückgelegten Zitronensegmenten belegen und nochmals mit Puderzucker bestreuen

Marx Rumpoldt, Ein new Kochbuch, 1581, aus: Lutz, Herrenspeis

