



## Reifer Lauch porros maturos

Dieses Gericht stammt aus dem dritten Buch des Apicius (Liber III - Cepuros, 10, 1). Reifer Lauch wird so zubereitet: eine Handvoll Salz, Wasser und Öl, mische es und koch ihn darin und nimm ihn heraus. Serviere ihn mit Öl, liquamen und unvermischem Wein. Porros maturos fieri: pugnum salis, aquam et oleum: mixtum facies et ibi coques et eximes. cum oleo, liquamine, mero [et] inferes.

Herkunft: Rom (Antike)

Kategorie: Beilagen, Gemüsegerichte

Vorbereitungszeit: 20 Minuten

Zubereitungszeit: 5 Minuten

### Zutaten für 4 Portionen

750 g Lauch  
1 TL Salz  
1 EL Öl  
50 ml Weißwein trocken  
2 EL liquamen  
¼ TL Kümmel  
1 Prise Pfeffer  
1 EL Koriander frisch  
1 TL Balsamicoessig



Reifer Lauch

### Vorbereitung

Den Lauch waschen, in 2 cm lange Stücke schneiden. Salzwasser mit dem Öl zum Kochen bringen und den Lauch darin kochen.

### Zubereitung

Während der Kochzeit die restlichen Zutaten zu einer Sauce zusammenrühren und diese vor dem Servieren über den Lauch geben.