# 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 koche ihn darin und nimm ihn heraus. Serviere ihn mit Öl, liquamen und unvermischtem 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.

© 2026 coquina.de