

ATTIVITÀ 1

1a Ascolta il primo file audio e guarda le immagini. Indica con una X gli alimenti e le bevande che senti.

1



7



2



8



3



9



4



10



5



11



6



12



1b Ascolta di nuovo e scegli l'alternativa corretta.

1. La prima colazione degli antichi romani

a. è molto abbondante per i ricchi aristocratici.

b. non è mai abbondante perché i romani mangiano molto a pranzo.

c. si basa esclusivamente su cibi dolci.

2. Gli antichi romani

a. conoscono il caffè e lo bevono a colazione.

b. conoscono il caffè ma non lo bevono a colazione.

c. non conoscono il caffè.

3. Le pastiglie aromatizzate

a. servono per profumare l'alito.

b. contengono bicarbonato.

c. aiutano a digerire.

4. Per pulirsi i denti, i romani

a. usano forchette da tavola.

b. usano stuzzicadenti grandi come forchette da tavola.

c. usano cucchiaini.

ATTIVITÀ 2

Ascolta tante volte il secondo file audio (**Estratto**) e completa la prima parte del testo con le parole mancanti.

_____ ,
oggi diremmo "all'americana". _____ sono imbandite con
i cibi che descriveremo. _____. Un aristocratico,
invece, _____. Per i romani
_____ : *i entaculum*.

TESTO

Ore 8.00

Prima colazione "alla romana"

Cosa mangia un romano di prima mattina? La sua è una colazione abbondante ed energetica, oggi diremmo "all'americana". Naturalmente non tutte le tavole sono imbandite con i cibi che descriveremo. Un povero mangia quello che può, e non sempre è sufficiente. Un aristocratico, invece, ha una scelta ben più ampia. Per i romani la prima colazione ha un nome preciso: *ientaculum*. Sul tavolo ci sono sempre delle focacce, del pane, scodelle con del miele e ovviamente del latte. In fondo possiamo già indovinare gli antenati dei cornetti e delle fette di pane abbrustolito con marmellata da intingere nel latte. Non finisce qui. Si mangia anche frutta, formaggio, pane intinto nel vino e persino carne. In effetti, spesso la prima colazione include gli avanzi del giorno prima. Per i romani quindi è uno dei pasti "forti" della giornata: il pranzo, al contrario, sarà frugale.

Sul tavolo imbandito di prima mattina mancano però due elementi fondamentali delle nostre prime colazioni: il caffè e la cioccolata... I romani non li conoscono. Il caffè, infatti, cresce ancora allo stato selvatico in Etiopia e verrà scoperto solo tra qualche secolo, da parte, sembra, di "eremiti" che ne apprezzeranno la capacità di tenere svegli durante le preghiere e le lunghe meditazioni notturne. La sua diffusione avverrà solo con il Medioevo e il Rinascimento, e sarà confinata essenzialmente al mondo islamico. Per lungo tempo uno dei porti di partenza dei sacchi di caffè sarà quello di Mokha, sul Mar Rosso, un nome che è arrivato fino alle nostre cucine e alle nostre prime colazioni... Per la cioccolata il discorso è diverso. I romani non la conoscono perché la pianta del cacao cresce nel Nuovo Mondo, che verrà scoperto da Cristoforo Colombo tra più di millecento anni. Ai tempi di Traiano il cacao è noto alle popolazioni del Mesoamerica. Ma la bevanda che ottengono dai semi ha un gusto così amaro che difficilmente piacerebbe ai romani (e a noi). Bisognerà aspettare parecchi secoli perché qualcuno abbia l'idea di mescolare il cacao allo zucchero (aggiungendo a volte vari tipi di aromi) per ottenere quello che chiamiamo cioccolato.

Dopo la colazione ogni ricco romano è pronto a cominciare la giornata. Sarà una giornata densa di incontri, di colloqui. Bisogna quindi curare anche un altro aspetto importante della persona: i denti e l'alito. Per l'alito esistono già delle pastiglie aromatizzate, un vero toccasana se si è mangiato pesante la sera precedente. Per i denti il discorso è più complesso.

I romani hanno molta cura dei loro denti. A tavola usano degli stuzzicadenti. Quelli che si vedono nei banchetti patrizi sono spesso in argento e hanno le dimensioni di forchette da tavola: da una parte hanno una lunga punta piatta e ricurva, da usare per pulirsi i denti. All'estremità opposta, lo stuzzicadente finisce a forma di cucchiaino, per pulirsi le orecchie (di fronte a tutti).

Esistono già in epoca romana dei "dentifrici" a base di bicarbonato di sodio, che uno schiavo spalma sui denti del padrone. Tuttavia c'è chi preferisce un altro modo per tenere puliti i denti, davvero sconcertante: lavarseli con l'urina. È una tecnica pare molto diffusa in Spagna e in Nordafrica.

(da *Una giornata nell'antica Roma*, di Alberto Angela, Oscar Mondadori, Milano, 2009)

SOLUZIONI DELLE ATTIVITÀ

SOLUZIONE DELL'ATTIVITÀ 1a

Cibi e bevande nominate

Immagine 2 (formaggio)

Immagine 3 (frutta)

Immagine 4 (latte)

Immagine 5 (cornetti)

Immagine 6 (vino)

Immagine 7 (pane)

Immagine 8 (cioccolata)

Immagine 10 (caffè)

SOLUZIONE DELL'ATTIVITÀ 1b

1a

2c

3a

4b

SOLUZIONE DELL'ATTIVITÀ 2

Cosa mangia un romano di prima mattina? La sua è una colazione abbondante ed energetica, oggi diremmo "all'americana". Naturalmente non tutte le tavole sono imbandite con i cibi che descriveremo. Un povero mangia quello che può, e non sempre è sufficiente. Un aristocratico, invece, ha una scelta ben più ampia. Per i romani la prima colazione ha un nome preciso: *ientaculum*.