

## 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

☐

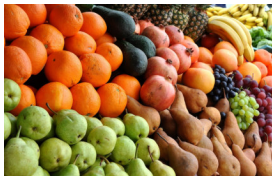
2

☐

8

☐

3

☐

9

☐

4

☐

10

☐

5

☐

11

☐

6

☐

12

☐

- |  |   |
|--|---|
| 1. La prima colazione degli antichi romani | <ul style="list-style-type: none"><li>a. è molto abbondante per i ricchi aristocratici.</li><li>b. non è mai abbondante perché i romani mangiano molto a pranzo.</li><li>c. si basa esclusivamente su cibi dolci.</li></ul> |
| 2. Gli antichi romani                      | <ul style="list-style-type: none"><li>a. conoscono il caffè e lo bevono a colazione.</li><li>b. conoscono il caffè ma non lo bevono a colazione.</li><li>c. non conoscono il caffè.</li></ul>                               |
| 3. Le pastiglie aromatizzate               | <ul style="list-style-type: none"><li>a. servono per profumare l'alito.</li><li>b. contengono bicarbonato.</li><li>c. aiutano a digerire.</li></ul>   |
| 4. Per pulirsi i denti, i romani           | <ul style="list-style-type: none"><li>a. usano forchette da tavola.</li><li>b. usano stuzzicadenti grandi come forchette da tavola.</li><li>c. usano cucchiaini.</li></ul>  |

## 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  
\_\_\_\_\_: *ientaculum*.

**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 milleseicento 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 stuzzicadenti 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*.