

A - Z Acerola - Bel Päuse

Anhang: Welche Zutaten standen in der römischen Zeit zur Verfügung?
Welche nicht? Welche waren häufig im Einsatz?

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|-----------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------|
| Acerola | | | x | |
| Ackerbohnen | x | x | | |
| Akee | | | x | |
| Albacore | | | x | |
| Alfalfa | | | x | |
| Amsterdamer Rahmstufe | | | x | |
| Ananas | | | x | |
| Anchovis | | x | | |
| Anis | | x | | |
| Apfel | | x | | |
| Apfel-Chutney | | | x | |
| Apfel Fruchtsaft | | x | | |
| Apfel getrocknet | | x | | |
| Apfelsine | | | x | |
| Apfelstrudel | | | x | |
| Apfelwaffel | | | x | |
| Apfelwein | | | x | |
| Appenzeller Rahmstufe | | | x | |
| Apricot-Brandy | | | x | |
| Aprikose | | x | | |
| Aprikose Fruchtsaft | | x | | |
| Aprikose getrocknet | | x | | |
| Aprikose kandiert | | x | | |
| Arrak | | | x | |
| Artischocke | | x | | |
| Aspik | | | x | |
| Aubergine | | | x | kam erst im 16. Jh. mit den Arabern nach Europa |
| Auster | | x | | |
| Avocado | | | x | |
| Bagütte | | | x | |
| Baiser | | | x | |
| Bambussprossen | | | x | |
| Banane | | | x | |
| Barbecüsauce | | | x | |
| Basilikum | | x | | |
| Batate | | | x | |
| Bauernbratwurst | | | x | |
| Bauernleberwurst | | | x | |
| Baumstachelbeere | | x | | |
| Baumstachelbeere Fruchtsaft | | x | | |
| Baumstachelbeere getrocknet | | x | | |
| Baumwollsaat | | | x | |
| Bavaria Blu | | | x | |
| Beifuss | | x | | |
| Bel Päuse | | | x | |

A - Z Bier - Brühwurst

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|---------------------------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Bier | | x | | |
| Bierschinken | | | x | |
| Birne | | x | | |
| Birne frisch | | x | | |
| Birne Fruchtsaft | | x | | |
| Birne getrocknet | | x | | |
| Birne kandiert | | x | | |
| Bismarckhering Konserve | | | x | |
| Bison | | | x | kommt aus Amerika und gab es deshalb noch nicht |
| Bittermandel | | x | | |
| Blattgemüse | | x | | |
| Blattkohl | | x | | |
| Blattspinat | | x | | |
| Blumenkohl | | x | | |
| Blutwurst | | x | | |
| Bockshornklee | x | x | | viele Strauch- und Krautblätter wurden zu Mus gekocht und stark gewürzt verzehrt, bevorzugt zur Vorspeise |
| Bohnen dick | x | x | | wurden gerne als Gemüse oder Salat zur Vorspeise gegessen |
| Bohnen grün | | x | | |
| Bohnen grün getrocknet | | x | | |
| Bohnenkraut | x | x | | zählt zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Bohnensprossen | | | x | |
| Bohnen | | x | | Sau- oder Ackerbohnen |
| Borretsch | | x | | |
| Brät | | x | | |
| Branntweinessig | | | x | |
| Branntwein aus Wein | | | x | |
| Brathähnchen | | x | | |
| Brathering Konserve | | | x | |
| Bratlinge | | | x | |
| Bratmakrele Konserve | | | x | |
| Bratwurst | | x | | |
| Braunalge | | x | | |
| Brennessel | x | x | | viele Strauch- und Krautblätter wurden zu Mus gekocht und stark gewürzt verzehrt, bevorzugt zur Vorspeise |
| Brick | | | x | |
| Brie | | | x | |
| Broccoli | | | x | |
| Broiches | | | x | |
| Brombeere | | x | | |
| Brot (andere Formen wie heute) | x | x | | Seitdem der Weizen aufkam, breite Vielfalt an Weizenbrot zu jeder Mahlzeit. Nur arme Leute aßen weiter den Puls (Getreidebrei) |
| Brühpölnische (Wurst) | | | x | |
| Brühwürfel | | | x | |
| Brühwurst | | | x | |

A - Z Brunnenkresse - Eier

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|--------------------------|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------|
| Brunnenkresse | | x | | |
| Buchecker | | x | | |
| Buchweizen | | | x | |
| Buckellachs | | | x | |
| Bückling | | | x | |
| Bulgur | | | x | |
| Butter | | x | | |
| Butterkäse | | x | | |
| Butterkeks | | | x | |
| Buttermilch | | x | | |
| Butterschmalz | | x | | |
| Calvados | | | x | |
| Camembert | | | x | |
| Cashewapfel | | | x | |
| Cashewnuss | | | x | |
| Cayennepfeffer | | | x | |
| Cervelatwurst | | | x | |
| Champagner | | | x | |
| Champignon | x | x | | Alle bekannten Pilze wurden gern als Teil von Vorspeisen gegessen |
| Chayote | | | x | |
| Cheddar | | | x | |
| Cherimoya | | | x | |
| Chester | | | x | |
| Chicoree | | | x | |
| Chilli rot | | | x | |
| Chinabohne | | | x | |
| Chinakohl | | | x | |
| Clementine | | | x | |
| Cocktailkirsche | | | x | |
| Colby | | | x | |
| Corned Beef | | | x | |
| Cornflakes | | | x | |
| Cornichons Sauerkonserve | | | x | |
| Curacao | | | x | |
| Curry | | | x | |
| Currysauce | | | x | |
| Currywurst | | | x | |
| Dattel | x | x | | häufig zum zweiten Frühstück oder als Nachspeise zum Abendmahl |
| Dattel getrocknet | | x | | |
| Debreziner | | | x | |
| Dill | | x | | |
| Dill getrocknet | | x | | |
| Eberesche | | x | | |
| Edamer | | | x | |
| Edelkastanie | | x | | |
| Edelpilzkäse | | | x | |
| Eier | | x | | |

A - Z Eierlikör - Gänseei

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Eierlikör | | | x | |
| Eiscreme | | | x | |
| Emmentaler | | | x | |
| Ente | x | x | | günstiger und deshalb häufiger wie Huhn |
| Erbsen | x | x | | wurden gerne als Gemüse oder Salat zur Vorspeise gegessen |
| Erbswurst | | | x | |
| Erdbeere | | x | | |
| Erdnuss | | | x | |
| Escariol | | | x | |
| Eselsmilch | | x | | |
| Essig | | x | | |
| Estragon | | x | | |
| Fasan | | x | | |
| Faschiertes | x | x | | Die Römer setzten in der Küche viel Hackfleisch ein. Allerdings gab es keinen Fleischwolf. Das Fleisch war ganz fein gehackt, wie man es z. B. für gutes Chilli con carne verwendet |
| Feige | x | x | | zum zweiten Frühstück oder Nachtisch des Abendmahls |
| Feige Fruchtsaft | | x | | |
| Feige getrocknet | | x | | |
| Feige kandiert | | x | | |
| Feldsalat | | x | | |
| Fenchel | | x | | |
| Ferkel | | x | | |
| Feta | | x | | |
| Fisch (je nach Region) | | x | | Teurer wie gängige Fleischsorten. Es gelang nur teilweise Fische zu züchten. |
| Fische kleine | x | x | | Kleine Fische wurden gerne zur Vorspeise gegessen |
| Fisch geräuchert | | x | | |
| Fisch gesalzen | | x | | |
| Fischrogen | | x | | |
| Fladenbrot | | x | | War bis zum Aufkommen von Weizen als Brotgetreide die gängige Brotform. |
| Fleischbrühe | | x | | |
| Fleischkäse | | | x | |
| Fleischtomate | | | x | |
| Flusskrebs | | x | | |
| Fohlen | | x | | Die Römer aßen vermutlich alle Sorten Fleisch, die Ihnen zur Verfügung standen, die gehobene Küche hatte einen Hang zum Besonderen |
| Fontina | | | x | |
| Frankfurter (Wurst) | | | x | |
| Frischkäse | | x | | |
| Froschschenkel | | x | | |
| Fruchtjoghurt | | | x | |
| Früchteeis | | | x | |
| Früchtetee | | | x | |
| Gänseei | | x | | |

A - Z Gänseleber - Heidelbeere

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|-------------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Gänseleber | | x | | |
| Gänseleberkäse | | | x | |
| Gänseleberpastete | | | x | |
| Gänseschmalz | | x | | |
| Gans | | x | | |
| Garnelen | | x | | |
| Gartenkresse | | x | | |
| Geflügel | | x | | |
| Geheimratskäse | | | x | |
| Gemüse | | x | | |
| Gemüsemais | | | x | |
| Gerste | | x | | |
| Geselchte | | x | | |
| Gewürzgurken | | | x | |
| Glukosesirup | | | x | |
| Glutamat | | | x | |
| Glutenfleisch | | | x | |
| Goabohnen | | | x | |
| Göttinger Blasenwurst | | | x | |
| Göttinger Schinkenwurst | | | x | |
| Goldbarsch | | x | | |
| Gorgonzola | | | x | |
| Gouda | | | x | |
| Granatapfel | x | x | | in vielen Varianten zum Nachtisch des Abendmahles oder zum zweiten Frühstück |
| Granatapfel Fruchtsaft | | x | | |
| Grapefruit | | | x | |
| Graubrot | | | x | |
| Greizerzer | | | x | |
| Grits | | | x | |
| Grünkohl | x | x | | wurden gerne in Salpeter gekocht als Gemüse oder Salat zur Vorspeise gegessen |
| Guave | | | x | |
| Gurke | x | x | | wurden gern sauer eingelegt zur Vorspeise gegessen |
| Hackfleisch | x | x | | Die Römer setzten in der Küche viel Hackfleisch ein. Allerdings gab es keinen Fleischwolf. Das Fleisch war ganz fein gehackt, wie man es z. B. für gutes Chilli con carne verwendet |
| Hafer | | x | | |
| Hagebutte | | x | | |
| Hammeltalg | | x | | |
| Hase | | x | | |
| Haselnuss | | x | | |
| Haushaltsschokolade | | | x | |
| Hauskaninchen | x | x | | Hasen wurden nur mit geringem Erfolg nachgezüchtet. Deshalb war Kaninchen bedeutend günstiger als Hasenfleisch. |
| Hefe | | x | | |
| Heidelbeere | | x | | |

A - Z Herrenpilz - Kastanie

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| Herrenpilz | x | x | | Alle bekannten Pilze wurden gern als Teil von Vorspeisen gegessen |
| Hickorynuss | | | x | |
| Himbeere | | x | | |
| Hirsch | | x | | |
| Hirse | | x | | |
| Holunderbeere | | x | | |
| Hühnerei | | x | | |
| Hühnersuppe | | x | | |
| Hülsenfrüchte | x | x | | wurden gern als Gemüse oder in Form von Salat zur Vorspeise gegessen |
| Hummer | | x | | |
| Indische Narde | x | x | | zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Ingwer | x | x | | Zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Jabotikaba | | | x | |
| Jackfrucht | | | x | |
| Jacobsmuschel | | x | | |
| Jagdwurst | | | x | |
| Jambuse | | | x | |
| Japanknolle | | | x | |
| Jerome | | | x | |
| Jod-Salz | | | x | |
| Joghurt | | x | | |
| Johannisbeere rot | | x | | |
| Johannisbeere schwarz | | x | | |
| Jujube | | | x | |
| Kaiserschwamm | x | x | | wurde wie alle bekannten Pilze gerne zur Vorspeise gegessen |
| Käse (andere Form wie heut) | | x | | |
| Käse aus den Alpen | | x | | |
| Käseschinkenwurst | | | x | |
| Kaffee | | | x | |
| Kakaobohne | | | x | |
| Kaki | | | x | |
| Kakipflaume | | | x | |
| Kaktusbirne | | | x | |
| Kalb | | x | | |
| Kantalupe | | | x | |
| Kapern | x | x | | Kapernsprossen wurden gern sauer eingelegt zur Vorspeise gegessen |
| Kardamon | x | x | | zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Karpfen | | x | | |
| Kartoffel | | | x | |
| Kastanie | | x | | |

A - Z Kaviar echt - Leberpastete

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|---------------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| Kaviar echt | | x | | |
| Kerbel | | x | | |
| Kernobst | | x | | |
| Kichererbsen | x | x | | wurden gerne als Gemüse oder Salat zur Vorspeise gegessen |
| Kidney-Bohnen | | | x | |
| Kirsche | | x | | |
| Kiwi | | | x | |
| Klosterkäse | | | x | |
| Knäckebrot | | | x | |
| Knoblauch | | x | | |
| Knollensellerie | | x | | |
| Kochbanane | | | x | |
| Kochsalz | | x | | |
| Kohlgemüse | x | x | | wurden gerne mit Essig zur Vorspeise gegessen |
| Kohlrabi | | x | | |
| Kokos | | | x | |
| Kommissbrot | | | x | |
| Kopfsalat | | x | | |
| Koriander | | x | | |
| Kostwurz | x | x | | zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Krabben | | x | | |
| Krakauer Schinkenwurst | | | x | |
| Krakauer (Wurst) | | | x | |
| Kraut | x | x | | wurde in allen Formen eingesetzt |
| Kresse | x | x | | wurden gern sauer eingelegt zur Vorspeise gegessen |
| Kreuzkümmel | | x | | |
| Krokant | | | x | |
| Kümmel | | x | | |
| Kürbis | | | x | |
| Kuhmilch | | x | | |
| Kumquat | | | x | |
| Kurkuma | | | x | |
| Labskaus | | | x | |
| Lakritze | | | x | |
| Lamm | | x | | |
| Landjäger | | | x | |
| Landmettwurst | | | x | |
| Landrotwurst | | | x | |
| Languste | | x | | |
| Laser (= Silphium) | x | x | | zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Lauch | x | x | | wurden gern sauer eingelegt zur Vorspeise gegessen |
| Lauchzwiebel | | x | | |
| Leberkäse | | | x | |
| Leberknödel | | | x | |
| Leberpastete | | | x | |

A - Z Liebstöckl - Mispel

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|---------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Liebstöckel | | x | | |
| Limburger | | | x | |
| Limette | | | x | |
| Limonade | | | x | |
| Linsen | | x | | |
| Litchi | | | x | |
| Löwenzahn | | x | | |
| Loganbeere | | | x | |
| Lorbeerblatt | x | x | | zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Lorbeeren | | x | | |
| Lupinen | x | x | | wurden von einfachen Leuten gerne als Gemüse oder Salat zur Vorspeise gegessen |
| Macadamianuss | | | x | |
| Macis | | | x | |
| Mais | | | x | |
| Majoran | | x | | |
| Makrele | | x | | |
| Malve | x | x | | viele Strauch- und Krautblätter wurden zu Mus gekocht und stark gewürzt verzehrt |
| Mandarine | | | x | |
| Mandeln | | x | | |
| Mango | | | x | |
| Mangold | x | x | | Sowohl die Blatteile als auch die dicken weißen Mittelrippen wurden gegessen, besonders zur Vorspeise |
| Mangostane | | | x | |
| Maniok | | | x | |
| Maracuja | | | x | |
| Marashino | | | x | |
| Margarine | | | x | |
| Marone | | x | | |
| Marshmallow | | | x | |
| Maulbeere | | x | | |
| Mayonnaise | | | x | |
| Meerrettich | | x | | |
| Meersalz | | x | | im Binnenland wurde Salz praktisch Komplet durch die Würzsoße Garum ersetzt, die im ganzen Reich in kleinen Amphoren zur <u>Veräußung</u> stand |
| Mehl | | x | | |
| Melanzani | | | x | kam erst im 16. Jh. mit den Arabern nach <u>Europa</u> |
| Melde | x | x | | viele Strauch- und Krautblätter wurden zu Mus gekocht und stark gewürzt verzehrt |
| Melone | x | x | | wurden gern sauer eingelegt zur Vorspeise gegessen |
| Miesmuschel | | x | | |
| Milchschokolade | | | x | |
| Milchspeiseeis | | | x | |
| Mispel | | x | | |

A - Z Mixed Pickles - Pistazien

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|-----------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Mixed Pickles | | | x | |
| Mohn | | x | | |
| Molke | | x | | |
| Monterey | | | x | |
| Moosbeeren | | x | | |
| Morchel | | x | | |
| Mortadella | | | x | |
| Most | | x | | |
| Münster | | | x | |
| Mungobohnen | | | x | |
| Muscheln | x | x | | wurden gern roh oder gekocht zur Vorspeise gegessen |
| Muskatnuss | | x | | |
| Narde indische | x | x | | zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Naranjilla | | | x | |
| Natrium-Glutamat | | | x | |
| Nelken | x | x | | zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Nougat | | | x | |
| Nussmischung | | | x | |
| Okra | | | x | |
| Oliven | | x | | wurden gern sauer eingelegt zur Vorspeise gegessen |
| Oliven grün | | x | | |
| Olivenöl | | x | | |
| Oliven schwarz | | x | | |
| Orange | | | x | |
| Oregano | | x | | |
| Ovomaltine | | | x | |
| Pakchoy | | | x | |
| Palmenherz | | | x | |
| Palmfett | | | x | |
| Palmöl | | | x | |
| Pampelmuse | | | x | |
| Papaya | | | x | |
| Paprika | | | x | |
| Parmesan | | | x | |
| Petersilie | | x | | |
| Pfeffer | | x | | |
| Pfefferminz | | x | | |
| Pferd | | x | | Die Römer aßen alle Sorten Fleisch, die ihnen zur Verfügung standen. Die gehobene Küche hatte einen Hana zum Besonderen |
| Pfifferlinge | | x | | |
| Pfirsich | | x | | |
| Pflaumen | | x | | |
| Pilz | x | x | | Alle bekannten Pilze wurden gern als Teil von Vorspeisen gegessen |
| Pilz getrocknet | | x | | |
| Pinienkern | | x | | |
| Pistazien | | x | | |

A - Z Pökelfleisch - Schokolade

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|---------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Pökelfleisch | | x | | |
| Pökelsalz | | x | | |
| Porree | | x | | |
| Preiselbeeren | | x | | |
| Provolone | | | x | |
| Pudding | | | x | |
| Puffreis | | | x | |
| Puffweizen | | | x | |
| Pumkin | | | x | |
| Pumpernickel | | | x | |
| Punschballen | | | x | |
| Pute | | | x | |
| Radieschen | | x | | |
| Rahmeis | | | x | |
| Rapunzel | | x | | |
| Rauchfleisch | | x | | |
| Rebhuhn | | x | | |
| Regensburger | | | x | |
| Reh | | x | | |
| Reis | | | x | |
| Rettich | | x | | |
| Rhabarber | | x | | |
| Rind | | x | | in der gehobenen Küche weniger |
| Roggen | | x | | |
| Romadur | | | x | |
| Roqüfort | | | x | |
| Rosenkohl | | x | | |
| Rosinen | | x | | |
| Rosmarin | | x | | |
| Rostbratwurst | | | x | |
| Rügenwälder (Wurst) | | | x | |
| Safran | x | x | | Zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Salami | | | x | |
| Salbei | | x | | |
| Sanddornbeeren | | x | | |
| Satsuma | | | x | |
| Saubohnen | x | x | | |
| Sauce Hollandaise | | | x | |
| Sauerampfer | x | x | | viele Strauch- und Krautblätter wurden zu Mus gekocht und stark gewürzt verzehrt, bevorzugt zur Vorspeise |
| Saure Sahne | | x | | |
| Schaf | | x | | |
| Schalotte | | x | | |
| Schaschliksauce | | | x | |
| Schichtkäse | | | x | |
| Schmelzkäse | | | x | |
| Schnecken | x | x | | wurden gern geschmort oder gesalzen zur Vorspeise gegessen |
| Schokolade | | | x | |

A - Z Schwarztee - Wacholderbeere

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|---------------------------|---------------------------------|-------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| Schwarztee | | | x | |
| Schwarzwurzel | | x | | |
| Schwein | x | x | | begehrtes Fleisch |
| Seeigel | x | x | | wurden gern zur Vorspeise gegessen |
| Sekt | | | x | |
| Sellerie | | x | | |
| Senf | | | x | |
| Servela | | | x | |
| Shiitakepilze | | | x | |
| Silphium (= Laser) | x | x | | Zählte zu den Gewürzen, die in keinem gut geführten Haushalt fehlen sollten |
| Soja | | | x | |
| Sonnenblumenkernbrot | | | x | |
| Spanferkel | x | x | | begehrtes Fleisch |
| Spargel | | x | | |
| Speiseeis | | | x | |
| Spinat | | x | | |
| Spirulina | | | x | |
| Sprosskohl | | x | | |
| Stachelbeere | | x | | |
| Stangenbohne | | x | | |
| Steinobst | | x | | |
| Steinpilze | | x | | |
| Steinpilze getrocknet | | | | |
| Stielmangold | | x | | |
| Stout | | | x | |
| Strauchbohnen | | x | | |
| Stutenmilch | | x | | |
| Suppengrün | | x | | |
| Suppenkraut | | x | | |
| Tabasco | | | x | |
| Tahini | | | x | |
| Tamarillo | | | x | |
| Tapioka | | | x | |
| Taube | | x | | |
| Tee | | | x | |
| Thüringer Rotwurst | | | x | |
| Thymian | | x | | |
| Tilsiter | | | x | |
| Tofu | | | x | |
| Topfen | | x | | |
| Tomate | | | x | |
| Trüffel | x | x | | Alle bekannten Pilze wurden gern als Teil von Vorspeisen gegessen |
| Truthahn | | | x | |
| Venusmuscheln | | x | | |
| Vogelbeeren | | x | | |
| Vögel kleine | x | x | | wurden gemästet, entbeint und gefüllt zur Vorspeise gegessen |
| Wacholder | | x | | |
| Wacholderbeere | | x | | |

A - Z Wachtel - Zwiebelwurst

| | kam häufig zum Einsatz | gab es in der Römerzeit | gab es nicht oder eher nicht | Kommentar |
|----------------------------------------|-------------------------------|-------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| Wachtel | | x | | |
| Wald-Brombeeren | | x | | |
| Wald-Erdbeeren | | x | | |
| Wald-Himbeeren | | x | | |
| Waldpilz | | x | | |
| Walnuss | | x | | |
| Weintrauben | | x | | |
| Weißkohl | | x | | |
| Weizen | | x | | |
| Wildente | | x | | |
| Wildfrüchte | | x | | |
| Wildgemüse | | x | | |
| Wildkaninchen | | x | | |
| Wildreis | | | x | |
| Wildschwein | | x | | |
| Wirsing | | | x | |
| Wisent | | x | | |
| Wurst (andere Formen wie heute) | x | x | | Große Vielfalt an Würsten aus Schweine- und Rindfleisch |
| Zander | | x | | |
| Ziege | | x | | |
| Ziegenmilch | | x | | |
| Zimt | | x | | |
| Zitronat | | | x | |
| Zitrone | | | x | |
| Zucchini | | x | | |
| Zuckermais | | | x | |
| Zwetschge | | x | | |
| Zwiebel | x | x | | wurden gern sauer eingelegt zur Vorspeise gegessen |
| Zwiebelleberwurst | | | x | |