

## L'ALIMENTAZIONE IN MESOPOTAMIA

I popoli che vivevano in  
alimenti.

avevano una buona varietà di

Il *pane* e le cipolle erano i cibi principali, a disposizione di qualunque abitante, dal più povero al più ricco. Il pane era fatto soprattutto con l'*avena*, dal quale si otteneva anche la birra, la bevanda bevuta da tutti.

Con i legumi, come i ceci, le *lenticchie*, i piselli e le fave si preparavano pappe e minestre. Gli ortaggi più usati in cucina erano le cipolle, l'aglio e il porro; negli orti crescevano anche cetrioli e

Gli animali allevati fornivano carne, che si mangiava solo nei giorni di

La carne più diffusa era quella di pecora. Da mucche, pecore e capre si ottenevano latte e *menta*. Anche la caccia e la pesca erano attività importanti per procurarsi il cibo. Nelle paludi e nei fiumi si potevano catturare *anguille*, anatre, oche, oppure lepri e gazzelle. In Mesopotamia si mangiava anche la *frutta*: i datteri, i fichi, i melograni, le ciliegie e le mele erano consumati in gran quantità. Una curiosità: un piatto considerato particolarmente prelibato erano le locuste, cioè le *grillate* arrostite!

