GARUM

Il aurait été inventé par les **Grecs de la mer Noire**. Très répandu, de nombreux auteurs en font mention, ce qui nous a permis d'en connaître la composition. Il est tiré **de viscères\* de maquereaux macérés dans du sel et séché au soleil**, le liquide qu'il reste est le garum. **Il n'est fait qu'avec une espèce de poisson ( le maquereaux ) à chaque fois, donc pas de mélanges !!**La recette de cette sauce a eu un grand succès car à l'époque impériale de Rome, il était utilisé dans 91 % des recettes. D’après Apicus il devrait remplacer le sel. Il avait une très longue conservation qui pouvait être encore allongée par l'ajout de miel. Et évidemment, on lui **conférait des vertus médicinales**. D'après Pline, il guérit des **morsures de chien, des brûlures et des ulcères**. L'action du **sel contenu dans le garum** serait **la cause des guérisons**.

Définition : - viscère : tripes, entrailles, intestins, boyaux.



