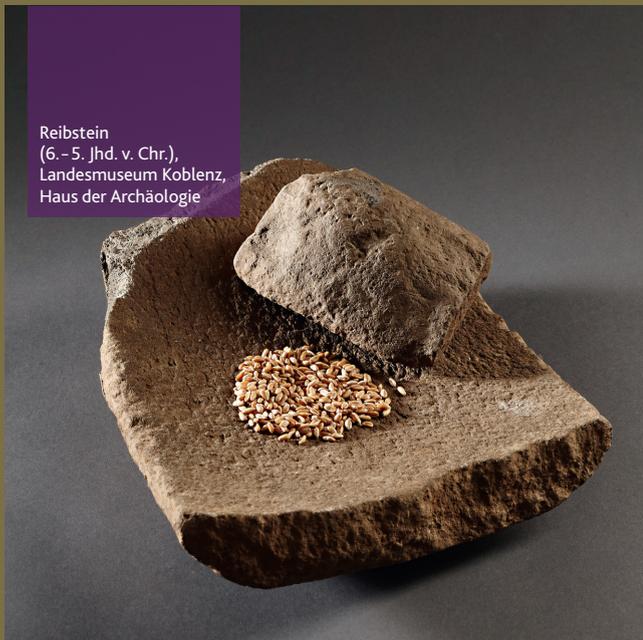


Reibstein
(6.-5. Jhd. v. Chr.),
Landesmuseum Koblenz,
Haus der Archäologie



Reibstein

Die älteste Kulturstufe der Jungsteinzeit an Mittelrhein und Mosel ist die sog. „Bandkeramische Kultur“. Namengebend für diese Kultur ist die typische geritzte Bänderverzierung auf den Keramikgefäßen dieser Zeit. Die „Bandkeramische Kultur“ entstand in Ungarn und erreichte unter dem Einfluss eines warmen und sonnenreichen Klimas zwischen 5.500 und 4.500 v. Chr. auch die Mittelgebirge an Rhein und Mosel. Die Gesellschaft dieser frühen jungsteinzeitlichen Kultur bestand aus einzelnen Familienverbänden, die überregionale Kontakte zu anderen Gruppen pflegten.

Die nun in großer Zahl produzierten Keramikgefäße fanden Verwendung sowohl in der Vorratshaltung, als auch im täglichen Bedarf. Der Getreideanbau in der frühen Jungsteinzeit basiert weitgehend auf den Anbau der alten Weizenarten Einkorn und Emmer. Für das Ernten von Getreide standen Sicheln zur Verfügung, die durch eingesetzte scharfe Feuersteinsegmente ein effizientes Ernten ermöglichten. Neben den Getreidearten ergänzten Hülsenfrüchte wie die Erbse und die Linse sowie Ölpflanzen wie Leinsamen und Mohn das Nahrungsangebot. Die überlieferten Knochenreste der frühen Jungsteinzeit belegen bevorzugt Rind, Schwein, Schaf und Ziege, die in ihrer domestizierten Form durch die ersten Siedler eingeführt wurden. Zudem wurde das Nahrungsangebot mit Jagdbeute und Fisch ergänzt. Die jetzt erstmalig nachweisbaren Getreidereiben wie der Fund aus Kobern-Gondorf, mit einem flachen Unterstein als Mahlfläche und einem sog. „Läufer“ zum Zerkleinern der Getreidekörner sind typisch für diese Zeit. Die Zubereitung der Nahrung erfolgte über dem offenen Feuer oder in einem Lehmofen.



Ur-Fladenbrot

ZUTATEN:

100 g Wasser
200 g Gerstenmehl
1 Prise Salz

ZUBEREITUNG:

Das Mehl mit Wasser und Salz gründlich verkneten, nach etwa 10 Minuten entsteht ein elastischer Teig. Den Teig zugedeckt 30 Minuten ruhen lassen und dann in einzelne Portionen aufteilen. Diese noch einmal durchkneten, zu etwa 4 mm dicken Fladen ausrollen und auf einem heißen Stein oder in einer heißen Pfanne ohne Zugabe von Fett beidseitig backen, zum Beispiel in einem offenen Feuer.

Auskühlt können sie an einem trockenem Ort monatelang aufbewahrt werden.