



Geschiedenis

Tijd van de Regenten en Vorsten



WONEN

De tijd van de regenten en vorsten, ongeveer de 17e eeuw, was een periode van grote welvaart voor Nederland. De regenten, rijke stadsbestuurders, hadden veel invloed en maakten prachtige huizen en grachten in steden zoals Amsterdam. Nederland was een belangrijk handelscentrum en kunst en wetenschap bloeiden. Terwijl andere landen vaak door koningen werden geleid, bestuurden regenten de Nederlandse steden. Deze periode wordt de Gouden Eeuw genoemd vanwege de vele artistieke en wetenschappelijke ontdekkingen. Het leven in deze tijd was luxe voor de rijke mensen, met mooie huizen en stijlvolle meubels.

OPDRACHT

Titel: Eten bij de burger

Doel: Je komt erachter hoe burgers koken en wat ze eten.

Materialen:

- Recept naar keuze
- Ingrediënten
- Open vuur of eenvoudige oven

Instructies:

1. Introductie:

- Voeding: Gewone burgers in de 17e eeuw aten voornamelijk eenvoudige, seizoensgebonden en lokale voedingsmiddelen. Hun dieet bestond vaak uit granen (zoals rogge en tarwe), groenten, peulvruchten en af en toe vlees of vis.
- Koken: Koken gebeurde meestal op een open vuur of in een eenvoudige oven en gerechten werden vaak langzaam bereid. Keukens waren vaak een centraal punt in het huis, waar veel tijd werd doorgebracht met koken en voedsel bereiden.

2. Aan de slag:

- Jij gaat op zoek naar een recept passend bij deze periode.
- Kook met je groepje of alleen dit gerecht

3. Afsluiting:

- Geniet van je maaltijd!