Artikel vom 25.02.2026 · Ausgedruckt am 11.11.2026, 17:55 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/der-trank-hypocras-etwa-1390-england

Der Trank „Hypocras“ (etwa 1390, England)



Foto: Marcel Jaxy

Zutaten (für 4 Personen):

1 l guter Rotwein (nicht den Fusel)

150 g Honig

2 Stangen Zimt

1 TL getrockneter Ingwer

5 Nelken

3 Kardamomkapseln

1 Prise Muskatnuss und 5 frische Salbeiblätter

Zubereitung:

Um diesen edelsten aller Tränke jener Zeit zu bereiten, braucht Ihr Geduld und ein reines Gemüt. Erwärmt den Wein vorsichtig in einem Kessel – hütet Euch jedoch, ihn zu kochen, sonst flieht der Geist des Weines in den Schornstein! Gebt den Honig, die zerstoßenen Gewürze und die frischen Salbeiblätter hinzu und rührt, bis der Honig sich gelöst hat. Lasst den Wein nun für aller guten Dinge drei Stunden oder über Nacht ruhen, damit die Gewürze ihre Kraft entfalten können. Seiht den Wein durch ein feines Leinentuch (den „Ärmel des Hippokrates“), damit er klar und rein in den Becher fließt. Ein Schluck davon und Eure Glieder werden warm wie am Kaminfeuer.

Gut zu wissen: Hypocras wurde oft als Verdauungshilfe nach dem Essen gereicht. Namensvater ist der griechische Arzt Hippokrates von Kos (ca. 460 v. Chr. – 370 v. Chr.). Nach ihm wurden im Mittelalter vielerlei Tränke benannt.

Marcel Jaxy