

AT 5,99 €
CH 10,80 CHF
LU 6,80 €
BE 6,80 €
IT 7,50 €
ES 7,50 €



ISSN 2192-2144

Ausgabe 01 · 2021
Dezember/Januar
5,99 EURO

81 geniale
Rezepte!

so isst Italien

Für Ihre italienischen Momente



Weihnachtsverlosung

Preise im Wert von über
12.000 Euro
zu gewinnen!

Das große Nudelglück

22 x Pasta: gefüllt, mit
würzigem Käse und mehr

Adventsgebäck auf Italienisch

Amarettini, Ricciarelli und
weitere Plätzchenklassiker

Lieblingsrezepte für die Weihnachtszeit



WINTERLICH: Geschenke aus der Küche • Rezepte für Silvester • Rustikale Alpengerichte
EINFACH: 6 schnelle Ideen für den Feierabend • Kochen mit aromatischen Dosentomaten

FESTMENÜS

Zweimal drei Gänge,
die jeden begeistern

Rinderrollbraten
mit Ricotta-Füllung,
Tagliatelle und Bohnen



Leben Sie ab heute gesünder mit der Heilkraft der Natur!

119
Tipps und
Rezepte

Vollwertkost gestern und heute: Unser Brot

Deutschland: 5,50 EUR, Österreich: 6,10 EUR, Benelux: 6,50 EUR,
Italien: 6,50 EUR, Schweiz: 6,30 CHF, Spanien: 6,50 EUR

NaturApotheke

HEILWISSEN FÜR GESUNDHEIT UND BEWUSSTES LEBEN

Die Heilpflanzen der Hildegard von Bingen

Altes Wissen:
Immunkraft stärken mit Walnuss und Kartoffel

Hormone: Wechselwirkungen zwischen Körper, Geist und Seele

Sanfte Hilfe bei Erkältung und Schmerzen

Gesund in den Herbst

ALTE REZEPTUREN UND HAUSMITTEL NEU ENTDECKEN

Neue Kraft tanken

Bestell-Nr.: NA17ONM

Bestellung per Post

Schreiben Sie an:
Abo-Service falkemedia
NaturApotheke
Postfach 810640
70523 Stuttgart

Bestellung online

www.naturapotheke-magazin.de/
miniabo

Bestellung per Telefon

Rufen Sie einfach an unter:
+49 711 / 72 52 291

EDITORIAL



Die schönste Zeit des Jahres hält zauberhafte Köstlichkeiten für Sie bereit!

Liebe Leserin, lieber Leser,

in den letzten Wochen haben wir in unserer Versuchsküche ausgiebig gebacken und gebrutzelt, um Ihnen jede Menge Inspiration für die bevorstehende Weihnachtszeit zu bieten. In dieser neuen Ausgabe der „So is(s)t Italien“ finden Sie nun das Ergebnis: die besten Rezepte für ein genussvolles Beisammensein mit Ihren Liebsten.

Ganz im Zeichen der Festtage stehen unsere Ideen für ein Weihnachtessen auf italienische Art (ab Seite 12). Wir servieren Ihnen zwei unterschiedliche 3-Gänge-Menüs, das eine vegetarisch, das andere mit Fleisch – so fein haben Sie lange nicht gegessen. Ebenfalls besonders sind unsere Kreationen mit Wild und selbst gemachte gefüllte Nudeltäschchen, die Sie ab Seite 66 finden. Rustikale Abwechslung bieten hingegen sechs würzige Nudelgerichte, die mit unterschiedlichen Käsesorten zur Höchstform auflaufen, und fünf Gerichte, die in den Alpen zu Hause sind.

Herrlich süß wird es ab Seite 44 mit unwiderstehlichen italienischen Gebäckklassikern wie z.B. Amarettini und

Ricciarelli, die Sie bestimmt nicht nur im Advent gern verknuspern möchten. Außerdem erzählt Ihnen unsere Genussexpertin Cettina Vicenzino alles über die Entstehung des Tiramisu und verrät die Rezepte für zwei Varianten des vielleicht beliebtesten Desserts der Welt. Lassen Sie es sich gut gehen!

Die „So is(s)t Italien“-Redaktion wünscht Ihnen ein wunderbares Jahresfinale!

Herzlichst Ihre

Amelie Flum | Chefredakteurin



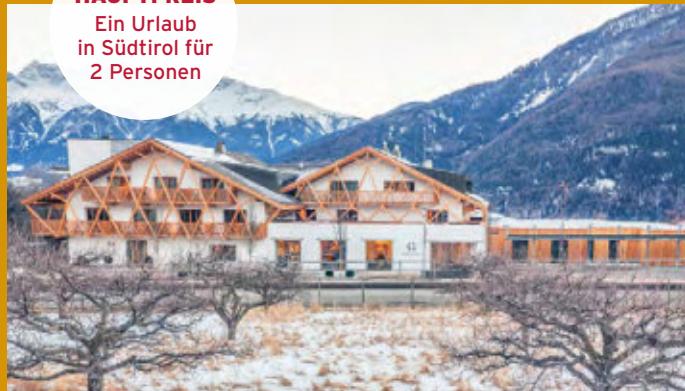
S. 21 Rotweinbirne mit Marzipaneis

Große Adventsverlosung

In dieser letzten Ausgabe des Jahres haben Sie die Möglichkeit, einen von vielen grandiosen Preisen im **Gesamtwert von ca. 12.000 Euro** zu gewinnen. Blättern Sie am besten gleich auf Seite 22 und sehen Sie, wie Sie ganz leicht teilnehmen können. Wir drücken Ihnen die Daumen!

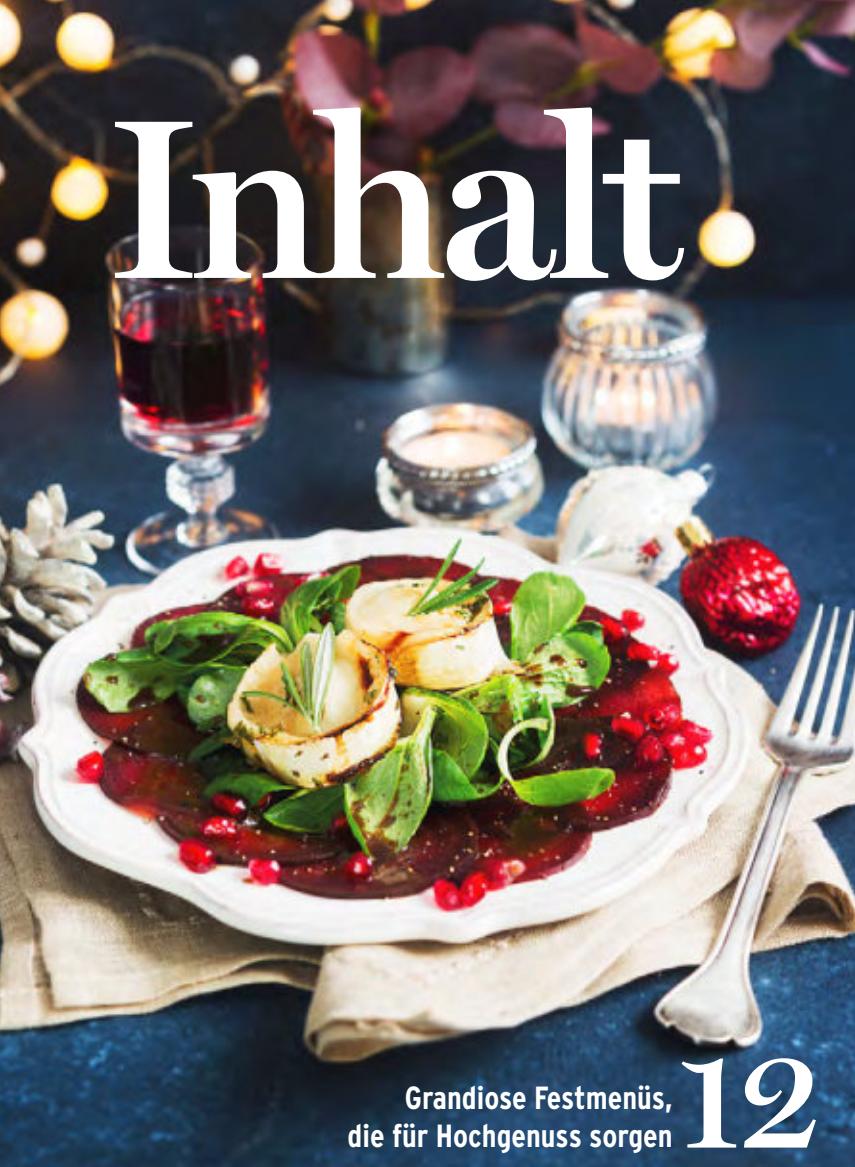
HAUPTPREIS

Ein Urlaub
in Südtirol für
2 Personen



Folgen Sie „So is(s)t Italien“ auf Facebook und bei Instagram. Blicken Sie hinter die Kulissen unseres Redaktionsalltags und lassen Sie sich von unseren italienischen Rezeptideen inspirieren. Wir freuen uns auf Ihren Besuch! www.soisstitalien.de/Facebook Instagram: @soisstitalienmagazin

Inhalt



Grandiose Festmenüs,
die für Hochgenuss sorgen **12**



110 Rotkohl in vier
leckeren Varianten



72 Schnelle Feierabendküche

REZEPTE

8 Cettinas Welt

Cettina Vicenzino erklärt die Entstehung des Tiramisu

12 Das Beste zum Fest

Wir servieren Ihnen zwei wunderbare Weihnachtsmenüs, mit denen Sie Ihre Gäste rundum verwöhnen können

24 Geschenke aus der Küche

Machen Sie Ihren Liebsten eine Freude – beispielsweise mit Feigensenf, Pralinen, Likör und zarten Baisers

30 Pasta e vino: Käse

Sechs Pastagerichte mit den dazu passenden Weinen

36 Rustikale Alpenküche

Bei diesen Kreationen geht es mal herhaft und mal süß zu. Freuen Sie sich auf Kaspressknödel, Apfelküchle und mehr!

44 Italienische Gebäckklassiker

Fünf unwiderstehliche Plätzchen, die Sie im Advent und an jedem anderen Tag des Jahres verzaubern

52 Frisch aufgetischt

Sechs Gerichte mit Gemüse und Obst der Saison

58 Vielfältige Apfelküche

Neue Zutatenkombinationen, die Sie probieren müssen!

66 Gefüllte Pasta selbst gemacht

Mit wenigen Handgriffen köstliche Ravioli & Co. herstellen

72 Pronto, bitte! Eine Mahlzeit in Minuten

Perfekte Rezepte, wenn's mal schnell gehen muss

Fotos: Ira Leon (3); Frauke Antholz (1); Kathrin Knoll (1); Getty Images/F/plus/666 (1); Anna Gieseler (1); Tina Burau (1); Cettina Vicenzino (1)



30

Pastagerichte mit
würzigem Käse



36 Winterzeit und Genuss in den Alpen

78 Gerichte mit Dosentomaten

Einfach zubereitet und mit dem vollen Geschmack der reif geernteten Konservenfrüchte

88 Feine Wildgerichte

Wildschwein, Hirsch und Reh auf italienische Art

94 Gesund all'italiana: Knoblauch

Steigern Sie Ihr Wohlbefinden durch italienisches Essen

100 Silvester: Fingerfood & Drinks

Die besten Rezeptideen für den Jahreswechsel

110 Vier Variationen: Rotkohl

Wir servieren ihn als Suppe, vegetarische Steak-Alternative, bunten Salat und würzigen Auflauf

SERVICE

22 Große Adventsverlosung

50 Ratgeber: Weihnachtsbäckerei

71 Ratgeber: Gefüllte Pasta

84 La dolce vita

STANDARDS

3 Editorial

6 Rezeptfinder

108 Rätsel/Impressum

114 Vorschau

71

Gefüllte Pasta leicht gemacht



44

Italienisches Gebäck
zum Verlieben



100 Fingerfood & Drinks
für die Silvesternacht

88

Feine Wildgerichte
auf italienische Art



Alle Rezepte dieser Ausgabe

UNSER MENÜVORSCHLAG FÜR EINE GENUSSVOLLE ADVENTSZEIT

VORSPEISE



102 Polentaschnitten
mit Zucchini und Jakobsmuscheln

HAUPTGERICHT



91 Rehragout mit Wurzelgemüse,
Mafaldine & Granatapfel-Gremolata

NACHSPEISE



16 Schokoladen-Kirsch-Trifle
mit Spekulatiuskeksen

ZWISCHEN- DURCH *nel mentre*



S. 15 Rote-Bete-Carpaccio mit
gratiniertem Ziegenkäse



S. 19 Maronen-Pastinakensuppe mit krossem Pancetta



S. 27 Cremiger Feigensenf |
Knusprige Parmesansterne



S. 61/62 Apfel-Lauchsuppe |
Bratäpfel mit Feta und Speck



S. 72 Selleriecremesuppe mit
Parmaschinken-Röllchen



S. 75 Orangen-Carpaccio mit
gebratenen Hähnchenstreifen



S. 79 Herzhafter Kuchen
mit Kürbiskernen



S. 80 Kanapees



S. 82 Frischkäserolle



S. 96 Knoblauchmarinade



S. 99 Würziges Knoblauchbrot



S. 101 Kartoffel-Filoteigküchlein
mit Ziegenkäse & Feigen



S. 105 Bunter Linsensalat
in Bresaola-Säckchen



S. 106 Knusprige Arancini mit
Artischocken-Ricotta-Dip



S. 107 Orecchiettesalat mit
Steak und Garnelen



S. 111 Rotkohlsuppe mit
geräucherter Forelle



S. 112 Rotkohlsalat mit karallisiertem Ziegenkäse



**HAUPT-
GERICHE
*piatto principale***



S. 15 Pistazien-Sellerie-Ravioli
mit gebackenem Gemüse



S. 20 Rinderrollbraten mit
Ricotta-Füllung & Tagliatelle



S. 30 Brokkoli-Mascarpone-
Lasagne mit Prosciutto cotto



S. 31 Bucatini in Auberginen-
Tomaten-Sugo mit Mozzarella



S. 32 Winterminestrone mit
Rotelle & Pecorinonocken



S. 33 Casarecce quattro formaggi mit Kräuterseitlingen



S. 34 One-Pot-Fettuccine
mit Hüftsteak



S. 35 Conchiglioni mit
Ricotta-Grünkohl-Füllung



S. 41 Semmelknödel-Gugel-
hupf mit Pilzragout



S. 42 Kaiserschmarren |
Kaspressknödel in Fond



S. 43 Käsespätzle mit gerösteten
Zwiebeln



S. 52 Rigatoni-Auflauf mit Radicchio



S. 53 Bunte Champignonpizza



S. 54 Würzige Wirsingsuppe



S. 55 Winter-Tagliatelle mit Lauch



S. 61 Lachsfilet mit Apfel und Blaubeer-Kräuter-Topping



S. 62 Schweinekoteletts mit Apfelbutter



S. 68 Pastarollen mit Erbsen-Lauchfüllung und Fenchel



S. 68 Bohnen-Ravioli mit Kalbschnitzel & Tomaten



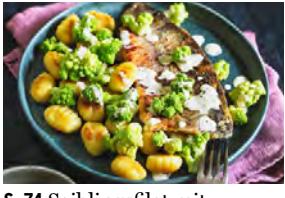
S. 70 Fagottini mit Mangold-Lachs-Füllung



S. 70 Caramelle mit Rindfleischfüllung



S. 73 Spaghetti mit Lauch-Pfifferlings-Carbonara



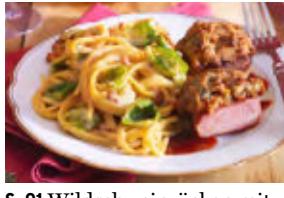
S. 74 Saiblingsfilet mit Gnocchi und Romanesco



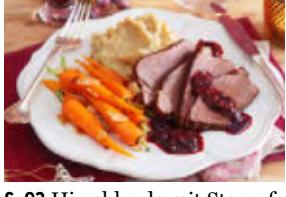
S. 76 Schnelle Pizza mit Kartoffeln und Rosenkohl



S. 81 Schichtauflauf mit Streuseln



S. 91 Wildschweinrücken mit Walnusskruste und Linguine



S. 92 Hirschkeule mit Stampf- und Mandelkarotten



S. 92 Hirsch-Saltimbocca mit Kartoffeltälern



S. 96 Spaghetti mit Knoblauch-Spinatpesto



S. 99 Gemüse-Kartoffel-Frittata mit Knoblauchmayo



S. 111/112 Rotkohlsteak | Rotkohl-Spätzle-Auflauf



S. 28 Apfelpunsch-Sirup



S. 10/11 Tiramisu | Tiramisu nach „Coppa Vetturino“-Art



S. 21 Rotweinbirne mit Marzipaneis



S. 26 Laugensticks mit Schokolade | Weißer Nugat



S. 27 Marzipanlikör | Zimt-Sahnelikör



S. 28 Orangen-Spekulatius-Pralinen | Karamell-Pralinen



S. 29 Baisers mit Kakao



S. 41 Apfelküchle mit Zimteis



S. 47 Baci di dama



S. 48 Cantuccini | Amarettini



S. 48/49 Ricciarelli | Tenerezze al limone



S. 56 Granatapfelpunsch



S. 57 Pannacotta mit Zitronensoße



S. 63 Apfel-Sauerrahm-Eis mit Thymian & Amarettini



S. 77 Feigen-Amarettini-Trifle mit Karamellsoße

PLUS: 5 Silvester-Drinks

S. 101 Himbeer-Bellini

S. 102 Limoncello-

Basilikum-Smash

S. 105 Spicy Mango-

Maracuja

S. 106 Amaretto rosso

S. 107 Orangen-

Rosmarin-Spritz

GUTEN APPETIT!
Buon appetito!

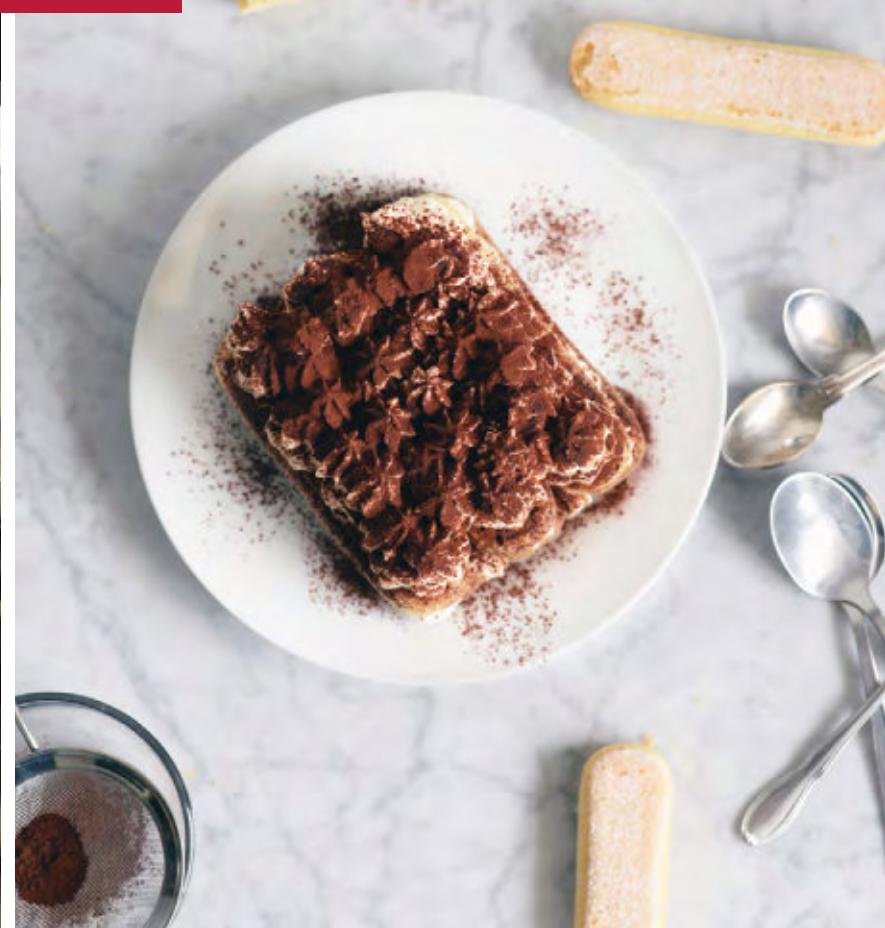


GENUSSMOMENT Cettina Vicenzino liebt den Dessertklassiker (o.l.)

VARIANTE
Aus den Zutaten des Rezepts von Seite 10 eine Torte aufzuschichten (o.r.)

HAUPTZUTAT Frisch zubereiteter Espresso bestimmt den Geschmack eines Tiramisu maßgeblich (u.l.)

FESTLICH Tiramisu ist eine wunderbare Nachspeise fürs Weihnachtsmenü (u.r.)





CETTINAS WELT

Tiramisu - heiß geliebtes Dessert

Die Kochbuchautorin, Fotografin und Künstlerin Cettina Vicenzino hat für uns ihre liebsten Gerichte zusammengestellt und weiß dazu auch noch eine passende Geschichte zu erzählen

TEXT, REZEPTE & FOTOS | CETTINA VICENZINO

Clara Vada Padovani und Gigi Padovani publizierten 2016 ein Buch mit der leidigen Frage „Wer hat's erfunden?“. Gemeint ist damit der berühmteste „dolce al cucchiaio“, der Tiramisù, der seit seiner Erfindung, oder besser gesagt seit seinem Erfolg, zwischen zwei Regionen, Veneto und Friuli-Venezia Giulia, hin und hergezerrt wird. Das Autorenpaar fand heraus, dass der berühmteste „dolce“ der Welt nicht wie bisher vermutet im Veneto in der Stadt Treviso Anfang der 1970er-Jahre von Roberto Linguanotto und Ada Campeol im Restaurant „Alle Beccherie“ erfunden wurde, sondern schon 1946 in Pieris, einer kleinen Ortschaft in Gorizia. Mario Cosolo, Koch und Besitzer der Trattoria „Al Vetturino“, kreierte eine Süßspeise, die er „tireme su“ nannte.

Das Rezept des „Tiremesu bisiaco“, was so viel bedeutet wie „Tiramisu aus dem Territorium um Gorizia“, ist von seiner Tochter Flavia Cosolo unter notarieller Aufsicht schon vor langer Zeit registriert worden. Ihr Vater habe den Tiramisù sogar bereits in den 1930er-Jahren erfunden. Jedoch enthielt die Speise keinen Mascarpone, weil er zu der Zeit in Friuli-Venezia Giulia nur als Käse, aber nicht als Dessertcreme bekannt war. Stattdessen handelte es sich um ein Dessert aus Zabaionecreme, Sahne mit eingerührtem Kakaopulver, Biskuit und Marsala, das ihr Vater in einem Glas schichtete und „Coppa Vetturino“ nannte. Das soll um 1935 herum gewesen sein. Später soll ein Gast beim Verkosten ausgerufen haben: „Ottimo, c'ha tirato su!“ („Hervorragend, das hat mich hoch gezogen!“). Deshalb änderte ihr Vater ab 1946 den Namen des Desserts in „tireme su“ um.

Zwar war der Name geboren, aber das Dessert, wie wir es heute kennen, war es noch nicht. Erst 1951 kam Mascarpone in den Tiramisù – es hieß fortan „tirimi su“ oder auch „dolce tirami su“. Es soll die Idee der Köchin Norma Pielli im Restau-



rant „Albergo Roma“ in Tolmezzo gewesen sein. Nach Aussage eines damaligen Kochs kannten sich beide Restaurants. Das Rezept von Mario Cosolo wurde vom Restaurant „Albergo Roma“ – nicht zur Freude von Mario Cosolo – übernommen und weiterentwickelt. Aber auch Clara Vada Padovani und Gigi Padovani scheinen sich nicht auf nur eine Wahrheit festlegen zu wollen und veröffentlichten in ihrem Buch alle ihnen bis heute bekannten und authentischen Originalrezepte des Tiramisù. Zwei davon kommen aus dem Veneto: „Tiramesù“ von Roberto Linguanotto und Alba Campeol und „Tiramisù“ von Speranza Bon, der Inhaberin des Restaurants „Al Camin“, die ihre Süßspeise Mitte der 1950er-Jahre erfand und „Coppa Imperiale“ nannte. Zwei weitere stammen aus Friaul: „Tireme su“ von Mario Cosolo und „Tirimì su“ bzw. „dolce Tirami su“ von Norma Pielli. Die erste Erwähnung der Süßspeise, wie wir sie heute kennen, findet man in einem Bericht von Giuseppe Maffioli im Magazin „Vin Veneto. N.01“ aus dem Jahr 1981. Darin legt er Roberto Linguanotto als den Erfinder fest.



KULINARISCHER TIPP Im Restaurant „Scarlett Pizza & Tiramisù“ (<https://scarlett.pizza>) in Pontedera nahe Pisa stehen die beiden Klassiker der italienischen Küche im Fokus (o. und l.) **FRISCHE WARE** Verwenden Sie für die Zubereitung eines Tiramisu nur sehr frische Eier (u.)





TIRAMISU

CETTINAS TIRAMISU
Nach dem Originalrezept von Roberto Linguanotto kommt in ein Tiramisu weder Eiweiß noch Sahne und Likör. Cettina hat für ihr Tiramisu zwar auch kein Eiweiß verwendet, dafür aber Sahne und Marsala. So gesehen ist diese Variante eine tolle Symbiose aus den beiden Rezepten von Roberto Linguanotto und Mario Cosolo



Tiramisu

Tiramesù

FÜR 4 PERSONEN

**100 ml frisch zubereiteter Espresso
50 g brauner Zucker
4 EL Marsala (alternativ Amaretto)
3 sehr frische Bio-Eigelb
70 g Zucker
400 g Mascarpone
200 g Sahne
1 Pck. flüssige Vanille
200 g Löffelbiskuits
2 EL Kakaopulver zum Bestäuben**

1 Den frischen, heißen Espresso mit dem braunen Zucker vermischen. Die Mischung abkühlen lassen, dann den Marsala unterrühren. Eigelb mit 50 g Zucker in einer Schüssel hellshaumig aufschlagen. Mascarpone unter die Eigelbcreme rühren. Die Sahne mit der flüssigen Vanille in einer separaten Schüssel aufschlagen, den restlichen Zucker einrieseln lassen und die Sahne steif schlagen.

2 In einer rechteckigen Form die Hälfte der Löffelbiskuits nebeneinander ausbreiten und mit der Hälfte der Espressomischung beträufeln. Dann die Hälfte der Mascarponecreme daraufgeben und glatt streichen oder die Creme in einen Spritzbeutel mit Sterntülle füllen und aufspritzen. Die übrigen Löffelbiskuits nebeneinander darauf verteilen und mit der restlichen Espressomischung beträufeln. Die übrige Mascarponecreme daraufgeben.

3 Die geschlagene Sahne in einen Spritzbeutel mit Sterntülle geben und kleine Tupfer auf die Creme spritzen. Das Tiramisu abgedeckt 12 Stunden kalt stellen. Kurz vor dem Servieren mit dem Kakaopulver bestäuben.

**♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten
zzgl. 12 Stunden Kühlzeit**

REDAKTIONSTIPP
Besuchen Sie unsere Autorin und Genussexpertin Cettina Vicenzino unbedingt auch auf Instagram (**@cettinavicenzino**) und erfahren Sie mehr über die italienische Esskultur!

Tiramisu nach Art des „Coppa Vetturino“

Coppa Vetturino Tirime su
(la mia versione)

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN BISKUIT

- 1 Ei
- 40 g Zucker
- etwas Vanillepulver
- 1 Prise Salz
- 25 g Mehl (Tipo 00 oder Type 405)
- 5 g Backpulver
- 20 g Speisestärke

FÜR DIE ZABAIONECREME

- 4 Eigelb
- 60 g Zucker
- 70 ml Marsala
- 200 g Sahne

FÜR DIE SCHOKOLADENSAHNE

- 100 g Zartbitterschokolade mit hohem Kakaanteil
- 300 g Sahne

AUSSERDEM

- etwas Butter zum Fetten
- etwas Grieß zum Ausstreuen
- 100 ml frisch zubereiteter Espresso, abgekühlt
- 4 EL Marsala
- etwas Kakaopulver zum Bestäuben
- einige Schokobohnen oder Schokostücke zum Garnieren

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine runde oder eckige Backform mit etwas Butter einfetten und mit etwas Grieß ausstreuen. Für den Biskuit das Ei trennen. Eigelb mit 25 g Zucker und Vanille cremig schlagen. Eiweiß mit 1 EL kaltem Wasser und Salz steif schlagen, dabei den restlichen Zucker einrieseln lassen und alles weiterschlagen, bis sich der Zucker aufgelöst hat.

2 Eischnee vorsichtig unter die Eigelbcreme heben. Mehl mit Backpulver und Speisestärke vermengen. Die Mischung auf die Eimasse sieben und vorsichtig unterheben. Den Teig in die vorbereitete Backform geben und im vorgeheizten Ofen 25–30 Minuten backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Stäbchenprobe machen. Den Biskuit auskühlen lassen und in kleine Stücke schneiden.



TIRAMISU NACH ART DES „COPPA VETTURINO“

DAS ORIGINALREZEPT
VON MARIO COSOLO, das um 1935–1938 serviert und von 1946–1950 in „Tirime su“ umbenannt wurde, erfand laut Flavia Cosolo ihr Vater im Restaurant „Al Vetturino“ in Pieris di San Canzian d'Isonzo (Gorizia). Dieser „Coppa Vetturino“ gilt als eins der vier Originalrezepte. Cettina hat es hier leicht abgewandelt, da das Original patentiert ist.

3 Für die Zabaione Eigelb und Zucker über einem heißen Wasserbad weißschaumig schlagen. Nach und nach den Marsala unterrühren und alles 5–7 Minuten weiterrühren. Die Schüssel in ein Eiswasserbad setzen und die Creme kalt schlagen. Die Sahne in einer separaten Schüssel steif schlagen und unterheben. Die Zabaionecreme kalt stellen.

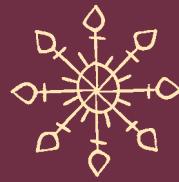
4 Für die Schokoladensahne die Schokolade hacken und über einem heißen Wasserbad langsam schmelzen, dann abkühlen lassen. 300 g Sahne steif schlagen und die abgekühlte flüssige Schokolade unterrühren.

5 Den abgekühlten Espresso mit dem Marsala verrühren. Die Schokoladensahne auf 4 bauchige Weingläser verteilen, darauf die Biskuitstücke geben. Diese mit der Espresso-Marsala-Mischung beträufeln, dann die gekühlte Zabaionecreme daraufgeben.

6 Das Dessert ca. 2 Stunden kalt stellen, dann mit etwas Kakaopulver bestäuben, mit Schokobohnen oder Schokostücken garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten
zzgl. 2 Stunden Kühlzeit

Grandiose Festmenüs



Wir servieren Ihnen **zwei wunderbare Drei-Gänge-Menüs**, die Ihnen leicht gelingen und Ihre Gäste vollends begeistern werden. So erleben Sie gemeinsam Hochgenuss!

FOTOS & STYLING | IRA LEONI



Vorspeise

ROTE-BETE-CARPACCIO
mit gratiniertem Ziegenkäse

Rezept auf Seite 15



Hauptgericht

PISTAZIEN- SELLERIE-RAVIOLI *mit gebackenem Wintergemüse*

Rezept auf Seite 15





Dessert

SCHOKOLADEN-KIRSCH-TRIFLE mit Spekulatiuskeksen

Rezept auf Seite 16



FEINES
VEGETARISCHES
MENÜ



VORSPEISE Veggie-Menü



Rote-Bete-Carpaccio mit gratiniertem Ziegenkäse

Carpaccio di barbabietole con caprino gratinato

FÜR 4 PERSONEN

- 500 g Rote Bete**
150 g Ziegenkäserolle
1 Zweig Rosmarin
200 g Feldsalat
1 Granatapfel
3 EL flüssiger Honig
4 EL natives Olivenöl extra
3 EL Balsamicoessig
1 TL Senf
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Rote Beten gut waschen, ungeschält in etwas Wasser aufkochen und je nach Größe 45–55 Minuten zugedeckt darin garen. Abgießen und kurz abkühlen lassen, dann pellen (dabei am besten Küchenhandschuhe tragen) und vollständig abkühlen lassen.

2 In der Zwischenzeit den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Ziegenkäse in Scheiben schneiden. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen und fein hacken. Die Ziegenkäsescheiben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen, mit dem Rosmarin bestreuen und mit 2 EL Honig beträufeln, dann im vorgeheizten Ofen in 3–5 Minuten goldbraun gratinieren.

3 Den Feldsalat verlesen, gut waschen und trocken schleudern. Den Granatapfel halbieren. Die Hälften jeweils mit der Schnittfläche in die Handfläche legen und über einer Schüssel mit einem Holzlöffel von oben kräftig auf die Schale klopfen, sodass sich die Kerne lösen.

4 Olivenöl, Balsamicoessig, Senf und restlichen Honig in einer kleinen Schüssel verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Rote Beten in sehr dünne Scheiben schneiden, diese auf 4 Tellern flach auslegen. Mit Feldsalat und Granatapfelkernen belegen, mit dem Dressing beträufeln und mit dem gratinierten Ziegenkäse belegen. Die Vorspeise sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten

HAUPTGERICHT Veggie-Menü



Pistazien-Sellerie-Ravioli mit gebackenem Wintergemüse

Ravioli con sedano rapa e pistacchi e verdure al forno

FÜR 4 PERSONEN

- FÜR DAS GEMÜSE**
3 Zweige Rosmarin
1 Knolle Knoblauch
200 g Pastinaken
800 g bunte Beten (Ringelbete, Gelbe und Rote Bete)
5 EL natives Olivenöl extra
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DIE RAVIOLI

- 400 g Mehl (Tipo 00) zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten**
100 g Hartweizengrieß
1 EL natives Olivenöl extra
500 g Knollensellerie
100 g Pistazienerne
1 EL Semmelbrösel
etwas frisch geriebene Muskatnuss
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DAS PISTAZIENÖL

- 1/2 Bund Petersilie**
1/2 roter Peperoncino
100 g geröstete und gesalzene Pistazienerne
1/2 Bio-Limette (abgeriebene Schale und Saft)
8 EL natives Olivenöl extra

1 Für das Gemüse den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Knoblauchknolle ungeschält halbieren. Pastinaken und Beten schälen und in Stücke bzw. Spalten schneiden. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, Rosmarin und Knoblauch dazugeben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen, mit Olivenöl beträufeln und im vorgeheizten Ofen 50–55 Minuten backen.

2 Inzwischen für die Pasta Mehl, Hartweizengrieß, 1 EL Öl und 200 ml lauwarmes Wasser erst locker vermengen, dann mindestens 10 Minuten kräftig zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, esslöffelweise etwas Wasser dazugeben. Ist der Teig zu feucht, etwas mehr Mehl dazugeben. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und bei Zimmertemperatur 30 Minuten ruhen lassen.

3 Inzwischen für die Füllung den Sellerie schälen, waschen und in grobe Würfel schneiden. In kochendem Salzwasser je nach Größe der Würfel in 10–15 Minuten weich garen, dann abgießen und gut abtropfen lassen. ➔

DESSERT Veggie-Menü



Den gegarten Sellerie fein pürieren und unter ständigem Rühren in einem Topf 5–8 Minuten erhitzen, damit die restliche Feuchtigkeit verdampfen kann. Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

4 Die Hälfte der ungerösteten Pistazienkerne fein mahlen, die übrigen grob hacken. Beides mit Selleriepuree, Semmelbröseln, etwas Muskat, Salz und Pfeffer mischen. Den Pastateig aus der Frischhaltefolie nehmen und portionsweise auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu 2 mm dicken Teigbahnen ausrollen. Alternativ mit einer Nudelmaschine mit dem entsprechenden Aufsatz zu Teigbahnen verarbeiten.

5 Im Abstand von ca. 5 cm je 1 TL Füllung auf den Teig geben. Mit einer weiteren Bahn Pastateig bedecken, rund um die Füllung gründlich festdrücken und mit einer Ausstechform oder einem Nudelrädchen zu Ravioli verarbeiten. Ggf. die Ränder mit einer Gabel nochmals zusammendrücken. Ravioli mit etwas Mehl bestäuben und bis zum Kochen mit einem Küchentuch bedecken.

6 Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und hacken. Den Peperoncino waschen, nach Belieben entkernen und fein hacken. Geröstete Pistazienkerne grob hacken. Petersilie, Peperoncino, Pistazien, Limettenschale, -saft und restliches Olivenöl in einer Schüssel gut verrühren.

7 Ravioli in reichlich kochendem Salzwasser in 3–4 Minuten al dente garen, dann mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen. Ravioli und gebackenes Gemüse auf Teller verteilen und mit dem würzigen Pistaziöl beträufeln. Das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden zzgl. 30 Minuten Kühlzeit



Entspannt Gastgeber sein

Sie möchten ein traumhaftes Menü auf den Tisch zaubern und dennoch nicht den ganzen Tag in der Küche stehen? Bereiten Sie so viel wie möglich im Voraus zu: Suppe, Eis, Birne und Trifle können Sie am Vortag zubereiten, auch der Feldsalat kann schon geputzt und das Gemüse für die Hauptgerichte vorbereitet werden. So geht das Kochen und Servieren dann viel schneller.

Schokoladen-Kirsch-Trifle mit Spekulatiuskekse

Trifle di cioccolato, ciliegie e biscotti speziati

FÜR 4 PERSONEN

150 g Zartbitterschokolade

30 g Butter

2 Eier

2 EL Zucker

1 Prise Salz

300 g Sahne

350 g Sauerkirschen (Glas)

1 Sternanis

1 Zimtstange

2 Gewürznelken

1 EL Speisestärke

200 g Spekulatiuskekse

1 Pck. Vanillezucker



1 Die Schokolade grob hacken und mit der Butter über einem Wasserbad schmelzen. Schüssel vom Wasserbad nehmen. Die Eier trennen. Eigelb mit dem Zucker in einer weiteren Schüssel über dem heißen Wasserbad hellcremig aufschlagen. Die geschmolzene Schokolade langsam unterrühren und die Mischung etwas abkühlen lassen.

2 Eiweiß mit Salz steif schlagen. Die Hälfte der Sahne ebenfalls steif schlagen. Erst den Eischnee, dann die Sahne unter die Schokoladenmasse heben. Die Creme zugedeckt 60 Minuten kalt stellen.

3 Inzwischen die Kirschen abgießen, dabei den Saft auffangen. 150 ml abmessen und zusammen mit Anis, Zimt und Nelken in einem Topf aufkochen. 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Stärke mit etwas übrigem Kirschsaft oder Wasser anrühren. Unter ständigem Rühren in den Topf gießen, alles weitere 3–4 Minuten köcheln lassen. Gewürze entfernen und die Kirschen unterrühren. Das Kompott 45 Minuten abkühlen lassen.

4 Die Spekulatiuskekse grob zerbröseln. Übrige Sahne mit dem Vanillezucker steif schlagen. Spekulatiusbrösel, Schokoladencreme, Kirschkompott und Sahne in 4 Dessertgläsern schichten, dabei mit Bröseln abschließen. Das Dessert bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten zzgl. 60 Minuten Kühlzeit



Der perfekte Auftakt



Vorspeise

MARONEN-PASTINAKENSUPPE *mit krossem Pancetta*

Rezept auf Seite 19



RAFFINIERTES
MENÜ MIT
FLEISCH

Der Star auf der Festtafel



Hauptgericht

RINDERROLLBRATEN mit Pfifferlings-Ricotta-Füllung, Tagliatelle und Bohnen

Rezept auf Seite 20



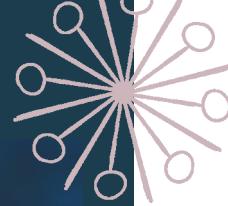
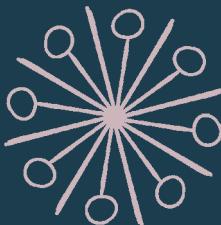
RAFFINIERTES
MENÜ MIT
FLEISCH



Dessert

ROTWEINBIRNE mit Marzipaneis

Rezept auf Seite 21



VORSPEISE Fleisch-Menü



Maronen-Pastinakensuppe mit krossem Pancetta

Vellutata di castagne e pastinache con pancetta croccante

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel**
- 300 g mehligkochende Kartoffeln**
- 400 g Pastinaken**
- 3 Stiele Thymian**
- 3 EL natives Olivenöl extra**
- 100 ml trockener Weißwein**
- 1 l heiße Gemüsebrühe**
- 1 Lorbeerblatt**
- 12 Pancetta-Scheiben**
- 1/2 Bund Schnittlauch**
- 300 g Maronen (gegart, vakuumiert)**
- 2 EL Butter**
- etwas Zucker**
- 200 g Sahne**
- 1-2 EL Bio-Zitronensaft**
- 100 g Crème fraîche**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**



1 Zwiebel schälen und fein würfeln. Kartoffeln und Pastinaken schälen, waschen und grob würfeln. Thymian waschen und trocken schütteln.

2 Das Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Kartoffeln und Pastinaken dazugeben und kurz mitdünsten. Das Gemüse mit Wein und heißer Gemüsebrühe ablöschen. Lorbeer und Thymian dazugeben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen, aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 25 Minuten köcheln lassen.

3 Inzwischen den Pancetta portionsweise in eine kalte Pfanne legen und langsam bei mittlerer Hitze auslassen, bis er knusprig ist. Die Pancetta-Scheiben dann auf Küchenpapier abtropfen lassen.

4 Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Die Maronen würfeln. Butter in einer Pfanne erhitzen. 1/3 der Maronen dazugeben und darin anbraten. Mit 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

5 Übrige Maronen in die Suppe geben und diese weitere 5–7 Minuten köcheln lassen. Anschließend Lorbeer und Thymian entfernen, Sahne angießen und die Suppe fein pürieren. Mit Zucker, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Suppe mit Crème fraîche, den gebratenen Maronen, Schnittlauch und krossem Pancetta anrichten und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT **45 Minuten**

HAUPTGERICHT Fleisch-Menü



TITEL-
REZEPT

Rinderrollbraten mit Pfifferlings-Ricotta-Füllung, Tagliatelle und Bohnen

Rollè di manzo farcito con finferli e ricotta con tagliatelle e fagiolini

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN ROLLBRATEN

- 1 Knoblauchzehe
- 200 g Pfifferlinge
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 Bund gemischte Kräuter (z.B. Petersilie, Thymian, Majoran)
- 200 g Ricotta
- 2 Eigelb
- 2 EL Semmelbrösel
- 40 g frisch geriebener Parmesan
- 1,2 kg Rindfleisch (aus der Keule, vom Metzger flach geschnitten)
- 250 ml Rotwein
- 350 ml Rinderfond
- 2 Lorbeerblätter
- 1 TL Pfefferkörner
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

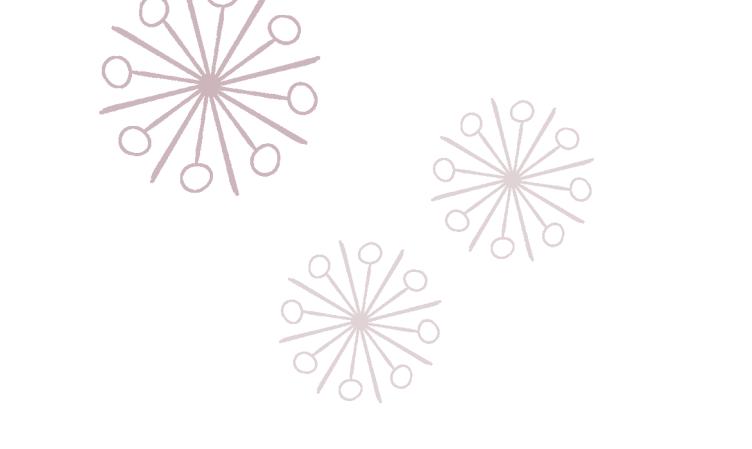
FÜR DIE TAGLIATELLE

- 400 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 4 Eier
- 1 EL natives Olivenöl extra

AUSSERDEM

- 600 g grüne Bohnen
- 2 Schalotten
- 100 g schwarze Oliven, entsteint
- 2 Stiele Salbei
- 100 g Butter
- 1 EL Zucker
- 1 EL Tomatenmark
- 50 ml Portwein
- 200 ml Rotwein
- 1 EL Speisestärke
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)
- 3 Stiele Thymian

1 Knoblauch schälen und durch die Knoblauchpresse drücken. Pfifferlinge gründlich putzen und fein hacken. 1 EL Öl in einem Bräter erhitzen und die Pilze darin scharf anbraten, sodass keine Flüssigkeit entsteht. Knoblauch dazugeben und kurz mitschwenken. Pilzmischung auskühlen lassen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.



2 Kräuter, ausgekühlte Pilzmischung, Ricotta, Eigelb, Semmelbrösel und Parmesan gut verrühren, die Masse mit Salz und Pfeffer würzen. Das Fleisch trocken tupfen und auf der Arbeitsfläche ausbreiten. Von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Die Füllung auf einer Seite gleichmäßig verstreichen. Das Fleisch einrollen und mit Küchengarn fixieren.

3 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 3 EL Olivenöl in einem Bräter erhitzen und den Braten darin rundherum scharf anbraten. Dann mit Rotwein und Fond ablöschen. Lorbeer und Pfefferkörner dazugeben und den Braten im vorgeheizten Ofen 100–120 Minuten offen garen, dabei zwischendurch wenden und mit dem Sud begießen.

4 In der Zwischenzeit für die Tagliatelle Mehl mit Eiern und Öl mindestens 10 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, esstlöffelweise etwas Wasser dazugeben. Ist der Teig zu feucht, etwas mehr Mehl einarbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

5 Die Bohnen putzen, waschen und ggf. in mundgerechte Stücke schneiden. Die Schalotten schälen und in Streifen schneiden. Die Oliven in Scheiben schneiden. Salbei waschen und trocken schütteln. Die Blätter grob hacken. Die Bohnen in kochendem Salzwasser 4–5 Minuten blanchieren, dann abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

6 Den Pastateig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche portionsweise 2–3 mm dick ausrollen. Die Teigplatten leicht bemehlen, einrollen und mit einem scharfen Messer in 5–7 mm dünne Scheiben schneiden. Alternativ den Teig mit einer Nudelmaschine mit dem entsprechenden Aufsatz zu Tagliatelle verarbeiten. Die Tagliatelle bis zum Kochen mit etwas Mehl bestäuben und mit einem Küchenhandtuch bedecken.

7 Den Rollbraten aus dem Ofen nehmen, aus dem Sud heben und kurz warm stellen. Den Sud durch ein Sieb gießen und ca. 200 ml davon auffangen. 25 g Butter und Zucker in einer tiefen Pfanne karamellisieren lassen. Tomatenmark einrühren und kurz darin rösten. Mit Portwein, Rotwein und aufgefangenem Bratsud ablöschen und kräftig einkochen lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren. Die Soße damit binden, dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

8 Für das Bohnengemüse das Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Salbei darin andünsten. Bohnen und Oliven dazugeben, alles gut durchschwenken und mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken.

9 Die Tagliatelle in reichlich kochendem Salzwasser in 1–2 Minuten al dente garen. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. 75 g Butter in einer Pfanne bräunen, den Thymian dazugeben und die Tagliatelle darin schwenken. Das Küchengarn vom Rollbraten entfernen. Den Braten in Scheiben schneiden und mit Tagliatelle, Bohnen und Soße auf Tellern anrichten. Das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 3 Stunden

DESSERT Fleisch-Menü



Rotweinbirne mit Marzipaneis

Pere al vino rosso con gelato al marzapane

FÜR 4 PERSONEN

300 ml Milch
200 g Marzipanrohmasse
1/2 Vanilleschote (ausgelöstes Mark)
50 g Puderzucker
3 EL Amaretto
300 g Sahne
4 Birnen
700 ml Rotwein
300 ml Traubensaft
1 Zimtstange
3 Kardamomkapseln
2 Sternanis
4 Gewürznelken
100 g Mandelkerne
150 g Zucker
1 EL Speisestärke



1 Die Milch in einen Topf geben. Die Marzipanrohmasse grob würfeln. Mit Vanillemark und Puderzucker in die Milch geben und unter Rühren darin erhitzen. Den Topf vom Herd nehmen. Amaretto zum Marzipanmix geben und alles mit dem Stabmixer pürieren. Zugedeckt 1 Stunde abkühlen lassen. Die Sahne steif schlagen. Marzipanmasse aufschlagen. Geschlagene Sahne unter die Marzipanmasse heben, die Masse dann in die Eismaschine füllen und nach Herstellerangaben gefrieren lassen. Alternativ die Masse in eine verschließbare Form geben und mindestens 4 Stunden in den Tiefkühlschrank stellen, dabei alle 45 Minuten mit einer Gabel kräftig umrühren, damit sich keine Eiskristalle bilden.

2 Die Birnen schälen. Rotwein und Traubensaft in einen Topf geben, die Gewürze dazugeben und alles aufkochen. Birnen hineingeben und 15–20 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Topf vom Herd nehmen und die Birnen im Sud 1 Stunde abkühlen lassen. Inzwischen die Mandeln in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten, bis sie duften. Herausnehmen und grob hacken. Zucker in die Pfanne geben und hellbraun karamellisieren lassen. Gehackte Mandeln dazugeben. Alles gut vermengen und flach auf ein Stück Backpapier geben. Bis zur Verwendung fest werden lassen.

3 Birnen aus dem Sud nehmen und beiseitestellen. Gewürze entfernen. Den Sud auf etwa die Hälfte einkochen lassen. Stärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Soße damit binden. Die Birnen mit Sud und Marzipaneis anrichten und mit Mandel-Karamellstückchen bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT **2 Stunden zzgl. ggf. mindestens 4 Stunden Kühlzeit**

Fantastico!

Aus nur drei Zutaten das perfekte Weihnachtsdessert zaubern: Pistazieneis, Pistazien, Weintrauben und „Mazzetti Testa Rossa“ – mit Mazzetti wird jedes Gericht zu etwas Besonderem!



Dessertkreation mit feinstem Balsamico von Mazzetti L'Originale: ein kleines Stück Italien zu den Festtagen

The Italian Art of Dressing – mit einem Augenzwinkern bringt es das neue Motto des Balsamico-Spezialisten auf den Punkt: Mazzetti Balsamico-Spezialitäten passen wie angegossen in die moderne Küche. Dazu steht die Traditionsmarke für alles, was Italien zum Sehnsuchtsort für leidenschaftliche Kochliebhaber macht.

Damit schafft Mazzetti es, mit den jeweils passenden Essig-Spezialitäten bei einfachen Gerichten stets neue und inspirierende Nuancen hervorzuheben. So ist es auch bei diesem besonderen Dessert. Die Basis bildet ein cremiges Pistazieneis. Geröstete Pistazien sorgen für Crunch und Weintrauben bilden das fruchtige Gegengewicht. Und dann kommt auch schon der letzte, besondere Schliff für diese Dessertkreation: der „Mazzetti Aceto Balsamico Testa Rossa“ mit seinem vollmundigen, intensiven Aroma und der sirupartigen Konsistenz. Fertig ist das Traumdessert!



ADVENTSVERLOSUNG

Wünsch dir was!



Wir möchten Ihnen zu Weihnachten eine Freude machen. Schauen Sie einmal, welche genialen Preise im Gesamtwert von ca. 12.000 Euro Sie mit einem Klick gewinnen können!

„Vier-Sterne-Superior-Hotel Garberhof“ **1 x 1 Urlaub in Südtirol**

Umgeben von einer grandiosen Alpenlandschaft, im sonnenverwöhnten Mals im Südtiroler Vinschgau liegt der „Garberhof****S“ (www.garberhof.com).

Hier hat Familie Pobitzer eine außergewöhnliche Urlaubsoase geschaffen, die bodenständigen Luxus und die Verwurzelung in der bäuerlichen und handwerklichen Tradition Südtirols gekonnt vereint. Die 42 Zimmer und Suiten und die beiden neuen Chalets sind durch modernes Design im Alpin-Stil geprägt, der lichtdurchflutete Spa-Bereich überzeugt mit seinem Holzlook und der verglasten Poollandschaft. **Gewinnen Sie 1 Hotelaufenthalt mit 7 Übernachtungen für 2 Personen in einer Suite inkl. Halbpension. (Wert: ca. 3500 Euro)**

SO KÖNNEN SIE GEWINNEN

Teilnahme unter www.soisstitalien.de/adventsverlosung bis zum 31.12.2020.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Das Gewinnspiel wird gemeinsam mit den Magazinen „LandGenuss“ und „mein ZauberTopf“ veranstaltet.



DICK 5 x 1 Messer-Set

Die Marke Dick (www.dick.de) fertigt hochwertigste Messer und ist der Liebling der Profis. Mit der Designserie „1905“ vereint sie das traditionelle Design aus dem Jahr 1905 mit neuster Technik. **Wir verlosen 5 Magnet-Messerblöcke „4Knives von Friedr. Dick“ mit je 1 Koch-, Santoku-, Brot- & Office-messer. (Wert: ca. 380 Euro)**



ROSENDAHL & KÄHLER

5 x 1 Koch-Set

Wer gern kocht und backt, findet bei Rosendahl (www.rosendahl-design.de) und Kähler (www.kahlerdesign.com) Küchenaccessoires, die mit Stil und Funktionalität überzeugen. **Wir verlosen 5 Sets (je 1 Holzbrett, 1 Glas-Cocotte, 1 mittelgroße und 1 große ofenfeste Form von Rosendahl und je 1 Salz- und Pfeffermühle von Kähler. (Wert: ca. 340 Euro)**



NOVIS

3 x 1 Vitajuicer

Der 4-in-1-Entsafter von Novis (www.novissa.com) presst besonders vitaminschonend den Saft aus Obst und Gemüse. Er verfügt über unterschiedliche Aufsätze (Zitruspresse, Saftpresse sowie Pürieraufsatzt) und presst dank „VitaTec“-Funktion sämigen Orangensaft. Zudem ist er sehr leicht zu reinigen. **Wir verlosen 3 Entsafter. (Wert: ca. 400 Euro)**



FERRERO & DIBBERN

1 x 1 Kaffee-Service & Pralinen

Eine hübsch gedeckte Kaffeetafel wird mit den Dekotipps von Ferrero (www.kreativ-mit-ferrero.de) zum Hingucker. **Wir verlosen 1 Kaffee-Service von Dibbern (je 4 Dessertsteller und Kaffeetassen mit Untertasse, 1 Teekanne und 1 Zuckerdose plus Ferrero-Spezialitäten. (Wert: ca. 1000 Euro)**



MELITTA

1 x 1 Kaffeevollautomat

Die „LatteSelect“ von Melitta (www.melitta.de) ist neu auf dem Markt. Sie ermöglicht dank farbiger Sensorfelder eine intuitive Nutzung und verfügt zudem über ein flüsterleises Mahlwerk. **Wir verlosen 1 Kaffeevollautomaten plus Kaffeejahresvorrat und Tassen. (Wert: ca. 1000 Euro)**



VILLEROY & BOCH

3 x 1 Porzellan-Service

Festlich, elegant und mit weihnachtlichen Streumotiven kommt das Geschirr der Serie „Toy's Delight Royal Classic“ von Villeroy & Boch (www.villeroy-boch.de) daher. **Wir verlosen 3 Sets (je 4 Platz-, Speise- und tiefe Teller, Wein- und Wasserkelche sowie 1 Besteckset. (Wert: ca. 660 Euro)**



LIEBE VERSCHENKEN

Mit diesen **zehn kulinarischen Freudebringern**
zaubern Sie Ihren Liebsten ein zuckersüßes Lächeln
ins Gesicht. Wollen wir wetten?

FOTOS & STYLING | ANNA GIESELER

WEISSE NUGAT

Rezept auf Seite 26







Laugensticks mit Schokolade

Bastoncini pretzel al cioccolato

FÜR CA. 40 STÜCK

250 g weiße Schokolade
1/2 TL Matchapulver
100 g Salzstangen
einige bunte Zuckerstreusel zum Garnieren

1 Die Schokolade grob hacken und in einer kleinen Metallschüssel über einem heißen Wasserbad unter Rühren langsam schmelzen lassen. Die Hälfte davon abnehmen. Matchapulver zur Schokolade in die Schüssel geben und unterrühren.

2 Eine Hälfte der Salzstangen in die weiße Schokolade tauchen und mit grünen Schokoladenstreifen und einigen bunten Streuseln garnieren. Die übrigen Salzstangen mit grüner Schokolade überziehen und mit weißen Schokoladenstreifen sowie einigen Streuseln garnieren. Die Laugensticks auf Backpapier legen und die Schokolade fest werden lassen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten



Weißer Nugat

Torrone bianco

FÜR CA. 650 G

1 Eiweiß
400 g fester Honig
50 g Mandelkerne
50 g weiße Schokolade
einige Backoblaten
60 g Pistazienkerne
60 g getrocknete Cranberries

1 Das Eiweiß aufschlagen, dabei vorsichtig den Honig dazugeben. Die dickcremige

KINDERLEICHT

Masse in einen Topf umfüllen und bei kleiner Hitze etwa 50 Minuten erwärmen. Dabei immer wieder umrühren, damit die Masse nicht anbrennt.

2 Inzwischen die Mandeln ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten, bis sie beginnen zu duften. Schokolade grob hacken und nach den 50 Minuten zur Eiweißmasse geben. Alles unter Rühren weitere 5 Minuten sanft erhitzen. Eine kleine rechteckige Silikonform mit Oblaten auslegen.

3 Mandeln, Pistazien und Cranberrys in die noch heiße Eiweißmasse geben und gut unterheben. Die Masse sofort in die vorbereitete Silikonform geben und darin glatt streichen. Den Nugat 60 Minuten im Kühlschrank abkühlen lassen, anschließend vorsichtig aus der Form stürzen und mit einem Brotmesser nach Belieben in dünne Scheiben oder kleine Riegel schneiden.

TIPP: Die Nugatriegel zwischen mehreren Lagen Backpapier in eine Gebäckdose schichten, damit die einzelnen Stückchen nicht zusammenkleben. Nugat dunkel und kühl, aber nicht im Kühlschrank aufbewahren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten
zzgl. 60 Minuten Kühlzeit



Cremiger Feigensenf *Mostarda di fichi*

FÜR 2 GLÄSER À 200 ML

80 g gelbe Senfsaat
80 g halb getrocknete Feigen
40 g brauner Zucker
40 g heller Balsamicoessig
1 TL Salz

1 Senfsaat in einen Mörser geben und fein zermahlen. Die Feigen in ein hohes Gefäß geben und mit dem Stabmixer sehr fein zerkleinern. Senfmehl und alle übrigen Zutaten

dazugeben, dann 30 ml Wasser hinzufügen und alles erneut gründlich durchmixen, bis eine Paste entstanden ist.

2 Feigenmasse in einen Topf geben und bei kleiner Hitze langsam erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Den Feigensenf in die sterilisierten Gläser füllen und diese verschließen. Luftdicht verschlossen hält sich der Feigensenf etwa 1 Jahr.

TIPP: Auf dieselbe Weise können Sie aus halb getrockneten Aprikosen einen aromatischen Aprikosensenf zubereiten.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten



Knusprige Parmesansterne *Stelle di parmigiano croccanti*

FÜR CA. 40 STÜCK

60 g frisch geriebener Parmesan
160 g Mehl
120 g weiche Butter
1/2 TL Salz
1 Eigelb
20 g Kürbiskerne
1 TL Sesamsaat

1 Die Hälfte des Parmesans beiseitestellen. Den Rest mit Mehl, Butter, 20 ml Wasser und Salz verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten kalt stellen.

2 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen, ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig durchkneten, dünn ausrollen, sternförmig ausstechen und die Teiglinge auf das Blech geben. Eigelb und 2 EL Wasser verquirlen, die Teiglinge damit bestreichen. Kerne, Sesam und übrigen Parmesan daraufstreuen. Die Sterne im vorgeheizten Ofen in 10–15 Minuten goldbraun backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten
zzgl. 30 Minuten Kühlzeit



Marzipanlikör

Liquore di marzapane

FÜR 3 FLASCHEN À 250 ML

500 g Marzipanrohmasse
250 ml Milch
200 g Sahne
330 ml brauner Rum
40 ml Amaretto
1 Msp. Zimtpulver

Marzipan grob zerkleinern und in einen Topf geben. Milch dazugeben und die Mischung unter Rühren langsam bei mittlerer Hitze erwärmen, bis sich das Marzipan in der Milch vollständig aufgelöst hat. Die übrigen Zutaten dazugeben und alles gut verrühren. Den Marzipanlikör anschließend in die sterilisierten Flaschen füllen und gekühlt lagern. Den Likör innerhalb von 1 Monat genießen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten

Zimt-Sahnelikör

Liquore di panna e cannella

FÜR 3 FLASCHEN À 250 ML

150 g weiße Schokolade
4 Eigelb
100 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
200 g Sahne
1-2 TL Zimtpulver
500 ml Korn oder Wodka

Die Schokolade hacken und in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad unter Rühren schmelzen. Die restlichen Zutaten in einer großen Schüssel verrühren, Schokolade unterrühren. Zimt-Sahnelikör in die sterilisierten Flaschen füllen und gekühlt lagern. Der Likör hält sich im Kühlschrank etwa 1 Monat.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten



Apfelpunsch-Sirup

Sciropoto di punch di mele

FÜR 4 FLASCHEN à 250 ML

- 3 cm Ingwer
- 1 Vanilleschote
- 11 Apfelsaft
- 400 g brauner Rohrzucker
- 1/2 TL Zimtpulver
- 1 TL frisch geriebene Muskatnuss
- 3 Gewürznelken
- etwas Bio-Orangenschale
- 1 Bio-Zitrone in Vierteln

1 Den Ingwer schälen, mit der Küchenreibe fein reiben und in einen Topf geben. Die

Vanilleschote der Länge nach halbieren, das Mark herauslösen. Vanillemark und -schote in den Topf geben. Die übrigen Zutaten dazugeben und alles etwa 30 Minuten bei kleiner Hitze einkochen.

2 Den Apfelpunsch-Sirup durch Sieb und Trichter in die sterilisierten Flaschen füllen und auskühlen lassen. Er ist ca. 3 Monate haltbar. Je 30 ml Sirup mit 200 ml kochendem Wasser aufgießen und den Apfelpunsch heiß genießen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Orangen-Spekulatius-Pralinen

Praline di biscotti speziati all'arancia

FÜR CA. 30 STÜCK

- 150 g Spekulatius
- 200 g weiße Schokolade
- 50 g Sahne
- 1 Bio-Orange
- 1 TL Zimtpulver
- 1-2 EL Kakaopulver

1 Spekulatius in einem leistungsstarken Standmixer fein zerkleinern. Die Schokolade hacken und mit der Sahne in eine kleine Metallschüssel geben. Die Schüssel in ein heißes Wasserbad setzen und die Schokolade unter Rühren langsam schmelzen lassen.

2 Die Orange heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale fein abreiben und mit den Kekskrümeln zur Schokosahnemischung geben. Alles vermengen. Die Masse in eine kleine Auflaufform geben und etwa 20 Minuten abkühlen lassen.

3 Etwas Zimt- und Kakaopulver in einer kleinen Schale vermischen. Mithilfe von Teelöffeln kleine Portionen der Pralinemasse abstechen. Diese zu Kugeln formen, im Zimtkakao wälzen, auf einen Teller legen und im Kühlschrank fest werden lassen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten
zzgl. 20 Minuten Kühlzeit

Salzkaramell-Pralinen

Praline al caramello salato

FÜR CA. 40 STÜCK

- 200 g Zartbitterkuvertüre
- 200 g Sahne
- 150 g brauner Rohrzucker

20 g Butter
1 Prise Meersalz

1 Kuvertüre hacken und in einer Schüssel über einem heißen Wasserbad unter Rühren langsam schmelzen lassen. Die flüssige Kuvertüre in Silikon-Eiswürfelformen geben und darin schwenken, sodass die Ränder komplett bedeckt sind. Dann die Kuvertüre abgießen und auffangen. Die Formen so lange umgedreht abkühlen lassen, bis die Kuvertüre fest geworden ist.

2 Inzwischen Sahne mit Zucker, Butter und Salz in einem Topf einkochen, bis sie karamellisiert. Die Masse abkühlen lassen, dann in die ausgehärteten Kuvertüreschalen geben, dabei oben etwas Platz lassen.

3 Die aufgefangene Kuvertüre über einem heißen Wasserbad erneut schmelzen lassen und auf dem Karamell verteilen, sodass die Pralinen verschlossen sind. Die Pralinen mindestens 2 Stunden kalt stellen, dann vorsichtig aus den Formen lösen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten
zzgl. 2 Stunden Kühlzeit

Baisers mit Kakao

Meringhe al cacao

FÜR CA. 16 STÜCK

6 Eiweiß
1 Prise Salz
300 g Zucker
1 TL Backpulver
2 EL Kakaopulver

1 Eiweiß mit Salz in einer Schüssel steif schlagen. Dann portionsweise Zucker und Backpulver einrieseln lassen. Den Backofen auf 100 °C Umluft vorheizen. Kakaopulver unter die Baisermasse ziehen, diese in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle füllen.

2 Die Baisermasse auf zwei mit Backpapier belegte Backbleche spritzen und im vorgeheizten Ofen ca. 2 Stunden trocknen lassen. Dabei die Ofentür gelegentlich öffnen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Alternativ während der Trockenzeit einen Holzkochlöffel in die Ofentür klemmen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2,5 Stunden

LUFTIG-ZART



BAISERS
mit Kakao

PASTA & VINO

Nudelgerichte mit passender Weinempfehlung

Freuen Sie sich auf herrliche Pastagerichte **mit italienischem Käse**
in unterschiedlichen Sorten! Mit einem Glas Wein wird der Genuss noch getoppt

FOTOS & STYLING | ANNA GIESELER & HENRIEKE WÖLFL

BROKKOLI-MASCAR- PONE-LASAGNE mit Prosciutto cotto

Lasagne di broccoli, mascarpone e prosciutto cotto

FÜR 4 PERSONEN

700 g Brokkoli in Röschen
50 g Butter
je 1 Schalotte und Knoblauchzehe,
geschält, fein gewürfelt
50 g Mehl
400 ml Gemüsebrühe
400 ml Milch
250 g Mascarpone
1 TL Bio-Zitronenschale
200 g Prosciutto cotto in Scheiben
9 Lasagneplatten
150 g Taleggio in Scheiben
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Brokkoliröschen in kochendem Salzwasser 2-3 Minuten blanchieren, abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Butter in einem Topf erhitzen, Knoblauch und Schalotte darin andünsten. Mehl dazugeben und anschwitzen, dann alles unter Rühren mit Brühe und Milch ablöschen und einköcheln lassen. Mascarpone unterrühren. Die Soße mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer würzen.

2 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ca. 1/4 der Soße in eine Auflaufform geben, mit je 1/3 vom Brokkoli und vom Schinken belegen und 3 Lasagneplatten darüberschichten. Auf diese Weise weiterschichten, mit Soße abschließen. Alles mit Taleggio belegen und im vorgeheizten Ofen in 35-40 Minuten goldbraun backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Mit frischer Säure

Zitrusfrucht, Wildkräuter und Aromen von hellem Steinobst vereinen sich im Glas. Mit einem dynamischen, linearen Geschmack durch grünen Apfel, Mandarine und Zitronenthymian und einem spritzigen Finale. Eine Spur weißen Pfeffers markiert den Abgang.

WIR EMPFEHLEN: „Prestige Lugana DOP 2019“, 13 Vol.-%, Rebsorte: 100 % Trebbiano di Lugana, ca. 13,99 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de



BUCATINI in Auberginen-Tomaten-Sugo mit gebackenem Mozzarella

Bucatini con sugo alle melanzane e mozzarella fritta

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Knoblauchzehen
- 3 Zweige Rosmarin
- 500 g Auberginen
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 TL Zucker
- 200 ml Rotwein
- 800 g geschälte Tomaten (Dose)
- 2 Mozzarellakugeln
- 2 Eier
- 2 EL Mehl
- 70 g Semmelbrösel
- ca. 800 ml Rapsöl zum Ausbacken
- 400 g Bucatini
- 4 Stiele Basilikum
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Knoblauch schälen und hacken. Rosmarin waschen und trocken schütteln. Auberginen waschen, putzen, der Länge nach vier-

teln und in Scheiben schneiden. Olivenöl in einem Topf erhitzen. Knoblauch darin andünsten. Auberginen dazugeben, mit Salz und Zucker würzen. Alles mit dem Rotwein ablöschen, diesen kurz einkochen lassen. Tomaten und Rosmarinzweige dazugeben und alles zugedeckt ca. 20 Minuten garen. Dann den Sugo offen in 10–15 Minuten einköcheln lassen. Rosmarin entfernen.

2 Mozzarellakugeln gut abtropfen lassen, trocken tupfen und quer halbieren. Eier verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mozzarellahälften erst im Mehl wenden, dann durch das Ei ziehen und in den Semmelbröseln wenden. Noch mal durch das Ei ziehen und in den Bröseln wenden. Rapsöl in einem Topf auf ca. 170 °C erhitzen. Die panierten Mozzarellakugeln darin portionsweise in 4–5 Minuten rundherum goldbraun ausbacken. Mit einer Schaumkelle herausheben, auf Küchenpapier abtropfen lassen.

3 Die Bucatini nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen, dann abgießen und tropfnass mit dem Sugo vermengen. Pasta mit Mozzarella anrichten und mit Basilikum garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten



Passende Weinempfehlung



Aus der Emilia-Romagna

Dieser Sangiovese präsentiert sich mit einem intensiven und leuchtenden Rot im Glas. Er zeichnet sich dadurch aus, dass er in der Lage ist, eine reichhaltige Gerbstoffstruktur mit einer unglaublichen Frische und Eleganz zu kombinieren. Diese Vielseitigkeit wird von einem wunderbar ausbalancierten Tanningerüst angenehm unterstützt.

WIR EMPFEHLEN: „Sangiovese Superiore DOC Romagna 2016“, 14 Vol.-%, Rebsorten: 95 % Sangiovese, 5 % Merlot, ca. 13,99 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de

WINTERMINESTRONE mit Rotelle und Pecorino-Grießnocken

Minestrone con rotelle e gnocchetti di semolino e pecorino

FÜR 4 PERSONEN

- 250 ml Milch**
30 g Butter
100 g Weichweizengrieß
80 g frisch geriebener Pecorino
1 TL Bio-Zitronenschale
etwas frisch geriebene Muskatnuss
300 g Karotten
300 g Fenchel
200 g Staudensellerie
2 EL natives Olivenöl extra
je 1 Zwiebel und Knoblauchzehe, geschält, fein gewürfelt
4 Stiele Thymian
400 g stückige Tomaten (Dose)
1,2 l heiße Gemüsebrühe
200 g Rotelle
2 Eier
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Milch und Butter in einem Topf aufkochen. Unter Rühren den Grieß dazugeben und weiterrühren, bis sich die Masse vom Topfboden löst. Den Topf vom Herd nehmen. Pecorino unterrühren, alles mit Zitronenschale, Muskat, Salz und Pfeffer würzen und abkühlen lassen. Karotten, Fenchel und Sellerie waschen, putzen und in Stücke schneiden, Fenchelgrün beiseitelegen.

2 Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Das Gemüse dazugeben und ebenfalls kurz andünsten. Tomaten und heiße Gemüsebrühe dazugießen, Thymianblättchen dazugeben. Alles aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt ca. 20 Minuten kochen lassen, dabei die Rotelle dazugeben und nach Packungsangabe mitgaren.

3 Die Eier unter die Grießmasse rühren. Mithilfe von zwei Teelöffeln Nocken daraus formen. In einem Topf in siedendem Salzwasser in ca. 10 Minuten gar ziehen lassen, dann mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen. Die Minestrone mit den Pecorino-Grießnocken anrichten, mit Fenchelgrün bestreuen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Rubinrot & intensiv

Ein Wein mit eleganten Fruchtnoten, kombiniert mit balsamischen und mineralischen Tönen im schönen Gleichgewicht. Der 12 Monate im Barrique gereifte „Aliotto“ ist gut strukturiert, abgerundet mit süßen Tanninen und verwöhnt mit einem wunderbar ausgewogenen Abgang. Eine ideale Ergänzung zu dieser würzig-deftigen Minestrone.

WIR EMPFEHLEN: „Aliotto Toscana IGT 2016“, 13 Vol.-%, Rebsorten: 60 % Sangiovese, 40 % Merlot & Cabernet, ca. 9,99 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de



CASARECCE QUATTRO FORMAGGI mit gebrauteten Kräuterseitlingen

*Casarecce ai quattro formaggi
con funghi cardoncelli*

FÜR 4 PERSONEN

- 1 rote Zwiebel
- 600 g Kräuterseitlinge
- 2 Stiele Salbei
- 100 g Fontina
- 100 g Gorgonzola
- 80 ml Weißwein
- 200 ml Milch
- 80 g Mascarpone
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 400 g Casarecce
- 60 g Mandelkerne
- 1/2 Bund Petersilie
- 1 TL Bio-Orangenschale
- 50 g frisch geriebener Grana Padano
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Die Kräuterseitlinge putzen und in dünne Scheiben schneiden. Salbei waschen und trocken schütteln. Blätter in Streifen schneiden. Fontina und Gorgonzola grob zerkleinern. Weißwein, Milch und Salbei in einem Topf aufkochen. Fontina, Gorgonzola und Mascarpone darin unter Rühren schmelzen. Alles ca. 10 Minuten bei kleiner Hitze sanft köcheln lassen, zwischendurch umrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Inzwischen Öl in einer Pfanne erhitzen. Kräuterseitlinge darin portionsweise bei großer Hitze scharf anbraten. Zwiebel dazugeben und mitbraten. Alles salzen und pfeffern. Casarecce nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Mandeln grob hacken und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne rösten. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Mandeln mit Petersilie und Orangenschale vermischen.

3 Casarecce abgießen und tropfnass mit der Käsesoße mischen. Pasta mit Pilzen und Petersilien-Mandel-Mix anrichten und mit Grana Padano bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Aus Venetien

Handgepikte Trauben, Böden vulkanischen Ursprungs mit Basaltformationen sowie steile Hänge – das sind die Grundlagen dieses fruchtigen Soaves. Den Gaumen erreichen Noten von tropischen Früchten und Akazienhonig, welche im Abgang noch lange Zeit nachwirken.

WIR EMPFEHLEN: „Il Gambero Soave DOC Classico 2019“, 13 Vol.-%, Rebsorten: 85 % Garganega, 15 % Trebbiano di Soave, ca. 6,99 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de

ONE-POT-FETTUCCINE mit Hüftsteak

„One pot fettuccine“ con tagliata di manzo

FÜR 4 PERSONEN

2 Knoblauchzehen
650 g Wirsing
7 EL natives Olivenöl extra
500 ml Milch
750 ml Gemüsebrühe
400 g Fettuccine
4 Rinderhüftsteaks (à ca. 160 g)
6 Schalotten
150 g Maronen (gegart, vakuumiert)
4 EL brauner Zucker
100 g frisch geriebener Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Knoblauch schälen und hacken. Wirsing putzen, waschen und vom harten Strunk befreien, dann in feine Streifen schneiden. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, Knoblauch und Wirsing darin andünsten.

2 Milch und Brühe in den Topf gießen und die Fettuccine dazugeben. Alles aufkochen und mit Salz und Pfeffer würzen, dann zugedeckt 10–12 Minuten köcheln lassen, dabei zwischendurch umrühren.

3 Inzwischen den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 4 EL Öl in einer ofenfesten Pfanne erhitzen. Die Hüftsteaks darin bei großer Hitze von jeder Seite 1 Minute scharf anbraten. Dann mit Salz und Pfeffer würzen und im vorgeheizten Backofen 5–6 Minuten garen.

4 Die Schalotten schälen und in Streifen schneiden. Maronen grob hacken. Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Maronen darin andünsten, dann mit dem Zucker bestreuen. 4–5 EL Wasser dazugeben, verkochen lassen und alles goldbraun karamellisieren.

5 Parmesan unter die One-Pot-Pasta rühren. Diese mit Salz und Pfeffer würzen, mit dem Steak und der Schalotten-Maronen-Mischung anrichten und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Passende Weinempfehlung



Zarte Tannine

Rubinrot mit violetten Highlights, zeigt dieser Chianti Classico intensiv fruchtige Noten von Kirschen und Erdbeeren, gepaart mit zarten Gewürznoten und Toastaromen. Seine Lagerung in slawonischer Eiche verleiht ihm Eleganz und Struktur.

WIR EMPFEHLEN: „Peppoli Chianti Classico DOCG 2018“, 13,5 Vol.-%, Rebsorten: 90 % Sangiovese, 10 % Merlot & Syrah, ca. 18,49 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de



CONCHIGLIONI mit Ricotta-Grünkohl-Füllung

Conchiglioni ripieni di ricotta e cavolo riccio

FÜR 4 PERSONEN

- 300 g Conchiglioni
- 300 g Grünkohl
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 8 EL natives Olivenöl extra zzgl.
etwas mehr zum Fetten
- 250 g Ricotta
- 100 g Crème fraîche
- 30 g frisch geriebener Parmesan
- 1 TL Bio-Zitronenschale
- 800 g stückige Tomaten (Dose)
- 2 TL getrockneter Oregano
- 125 g Scamorza in Scheiben
- 1 roter Peperoncino
- 1/2 Bund Petersilie
- etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Die Conchiglioni nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser knapp al dente garen. Dann abgießen und abtropfen lassen. Inzwischen den Grünkohl waschen und in kochendem Salzwasser 3–4 Minuten blanchieren. Abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Knoblauch und Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten, aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen.

2 Grünkohl gut ausdrücken, fein hacken und in einer Schüssel mit Ricotta, Crème fraîche, Parmesan, Zitronenschale und der Zwiebelmischung verrühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen. Eine Auflaufform mit etwas Öl fetten. Stückige Tomaten hineingeben und mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen. Conchiglioni mit der Grünkohl-Ricotta-Masse füllen und auf die Tomaten setzen. Alles mit Scamorza belegen und im vorgeheizten Ofen in 25–30 Minuten goldbraun backen. Peperoncino waschen und in Ringe schneiden. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen hacken. Peperoncino und Petersilie mit restlichem Öl verrühren. Die gebackenen Conchiglioni mit dem Würzöl beträufeln und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Vollmundig und frisch

Die Erdgöttin Tellus verleiht diesem vollmundigen Wein ihren Namen. Bereits seine kräftige Farbe verrät, dass es sich hier um einen sehr komplexen, reichen Wein handelt. Seine schönen Zitrus- und Apfelnoten verbinden sich wunderbar mit Anklängen von Zedernholz.

WIR EMPFEHLEN: „Tellus Chardonnay Bianco Lazio IGP 2019“, 12,55 Vol.-%, Rebsorte: 100 % Chardonnay, ca. 9,99 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de

Rustikale Alpenküche DER BERG RUFT

Südtirol, die nördlichste Region Italiens, vereint lokale Köstlichkeiten, atemberaubende Landschaft und sportliche Aktivitäten. Wir bringen die **kulinarische Seite der italienischen Alpen** zu Ihnen nach Hause

FOTOS & STYLING | IRA LEONI

ABGESCHIEDEN Wer sich entspannen und den Alltag hinter sich lassen möchte, ist in Südtirol genau richtig. Die Region bietet nicht nur Trubel, sondern auch Ruhe



KAIERSCHMARREN mit Vanillesoße

Rezept auf Seite 42

KLASSIKER

Wenn es eine Süßspeise gibt, die klassisch für Südtirol steht, dann ist es vermutlich Kaiserschmarren mit Vanillesoße. **Das süße Hauptgericht** ist beliebt bei Jung und Alt. Wer es zusätzlich noch etwas fruchtig mag, kann gern Zwetschgenröster, Kirschkompost oder Apfelmus dazureichen.

Und für kleine und große Naschkatzen passt auch Schokosoße gut.

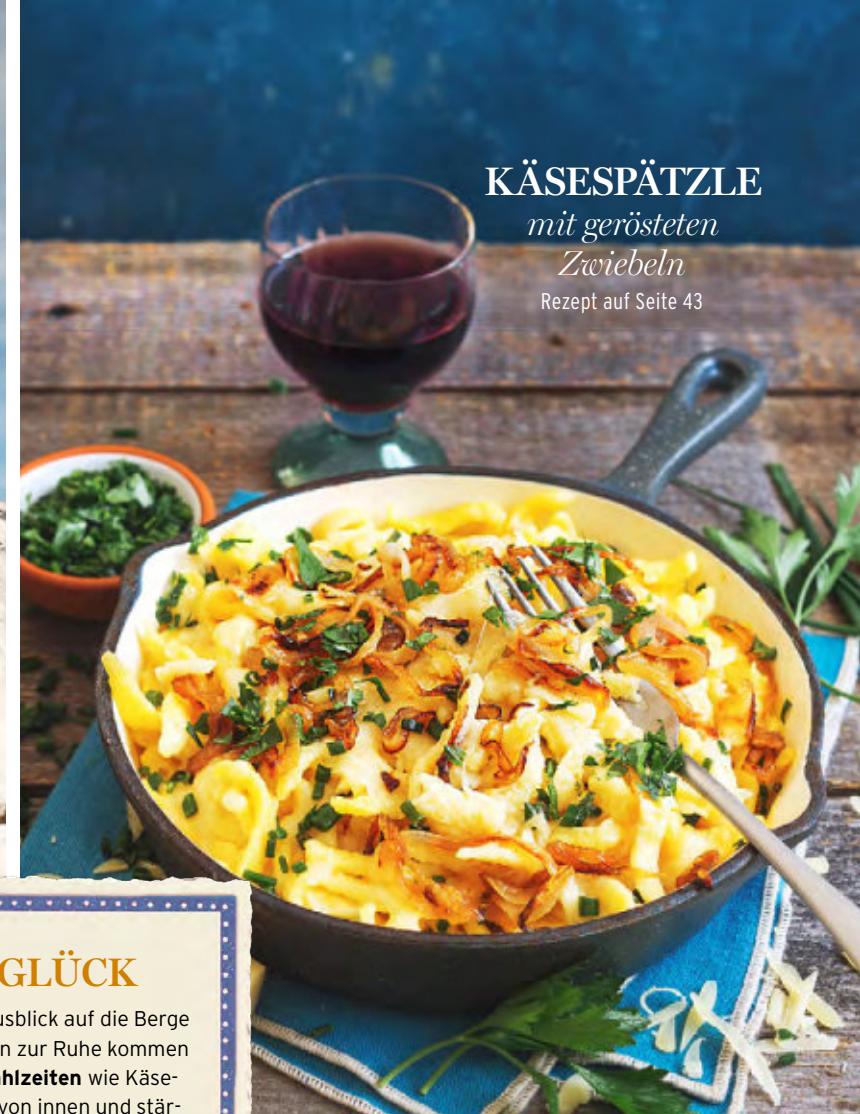
KASPRESSKNÖDEL in Rinderfond

Rezept auf Seite 42



EIN GERICHT MIT KRÄFTIGEM AROMA

Rinderfond schmeckt intensiv würzig. Dazu passen knusprige Kaspresknödel ganz hervorragend. Bei der für die Spezialität verwendeten Käsesorten kann man ruhig auch mal etwas experimentieren und zu verschiedenen Sorten greifen. **Fontina und Graukäse** sorgen für pikante und sehr würzige Knödel, Bergkäse hingegen ist etwas milder, aber nicht weniger aromatisch. Grundsätzlich kann jeder Hartkäse, der sich reiben lässt, verwendet werden – so bietet sich immer wieder ein neues Geschmackserlebnis!



KÄSESPÄTZLE

mit gerösteten
Zwiebeln

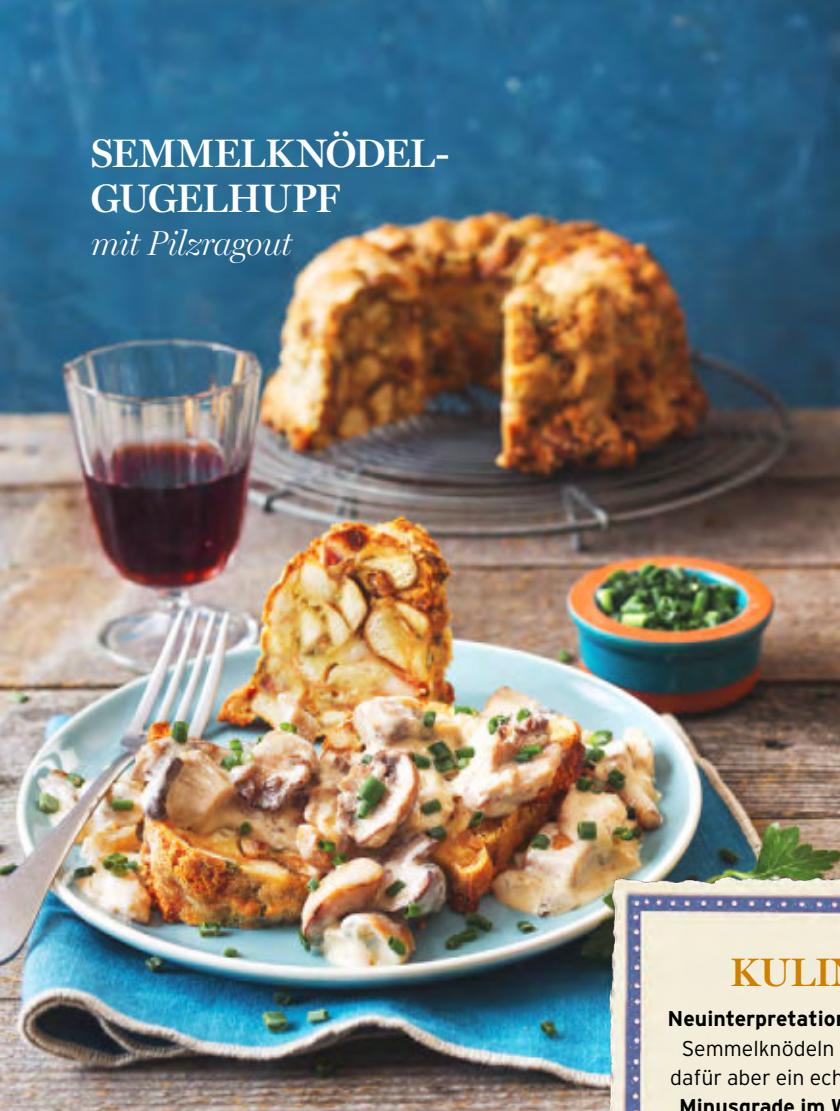
Rezept auf Seite 43

BERGGLÜCK

Panorama Der Ausblick auf die Berge lässt die Gedanken zur Ruhe kommen (o.l.) **Deftige Mahlzeiten** wie Käsespätzle wärmen von innen und stärken für die Kälte (o.r.) **Kaffeezeit** In solch einer Umgebung lässt sich der Kaffee umso mehr genießen (u.l.) **Weihnachtsstimmung** In einer gemütlich geschmückten Hütte herrscht eine urige, rustikale Atmosphäre (u.r.)



SEMMELEKNÖDEL-GUGELHUPF mit Pilzragout



KULINARIK

Neuinterpretation Ein Gugelhupf aus Semmelknödeln ist nicht klassisch, dafür aber ein echter Hingucker (o.l.)

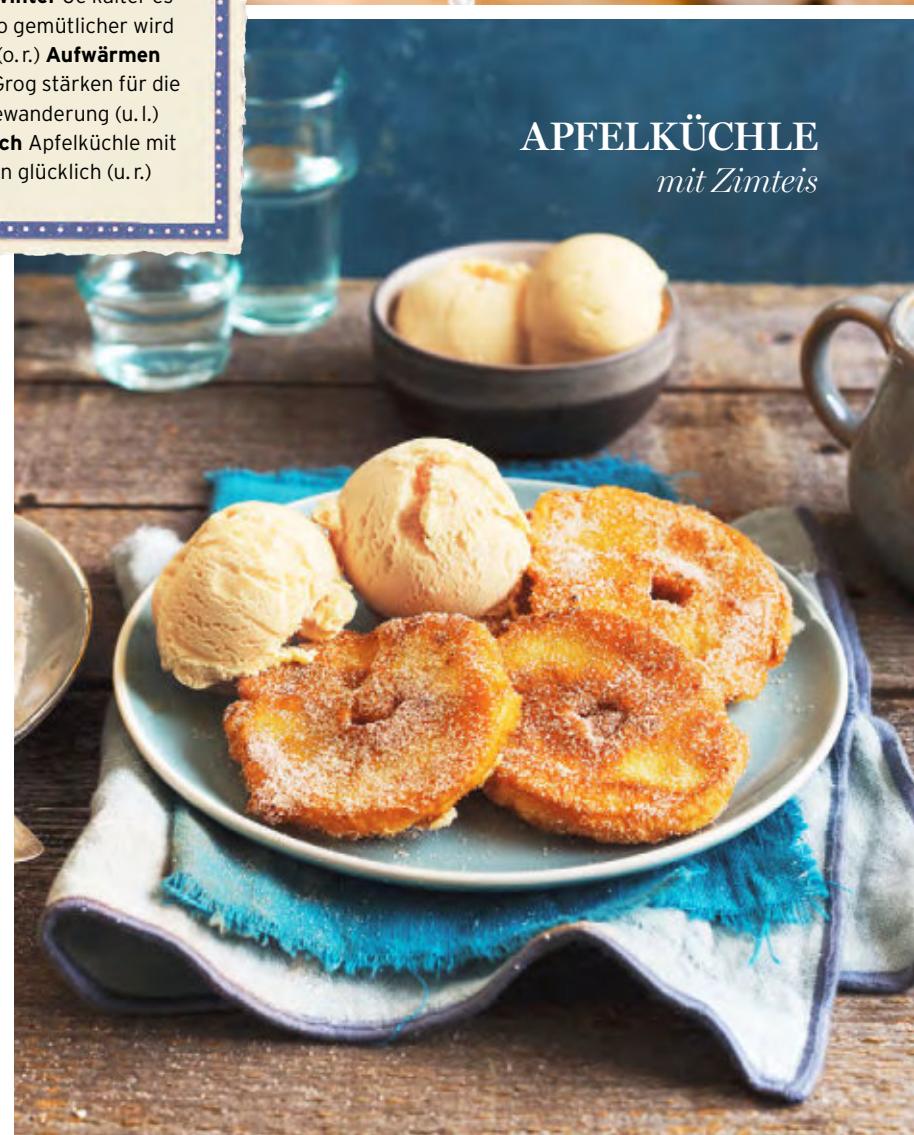
Minusgrade im Winter Je kälter es draußen ist, desto gemütlicher wird es in der Hütte (o.r.) **Aufwärmen**

Tee, Punsch und Grog stärken für die nächste Schneewanderung (u.l.)

Herrlich winterlich Apfelküchle mit Zimteis machen glücklich (u.r.)



APFELKÜCHLE mit Zimteis



HERRLICHE ALPENKÜCHE

Semmelknödel-Gugelhupf mit Pilzragout

Gugelhupf di canederli di pane con funghi

FÜR 4 PERSONEN

- 100 g altbackene Brezeln
- 170 g altbackene Brötchen
- 1/2 Bund Petersilie
- 2 Zwiebeln
- 175 g geräucherter Speck
- 30 g Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 500 ml Milch
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 4 Eier
- 3 EL Semmelbrösel
- 800 g gemischte Pilze (z.B. Kräutersaitlinge, Champignons, Pfifferlinge, Austernpilze)
- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL Rapsöl
- 50 ml Weißwein
- 200 ml Gemüsebrühe
- 200 g Crème fraîche
- 1-2 TL Bio-Zitronensaft
- 1/2 Bund Schnittlauch
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Brezeln und Brötchen grob zerbrechen, in eine Schüssel geben, mit Wasser bedecken und 5 Minuten einweichen. Inzwischen Petersilie waschen und trocken tupfen. Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Brezeln und Brötchen gut ausdrücken und in Würfel schneiden. Speck ebenfalls würfeln.

2 Speck in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett knusprig auslassen. Aus der Pfanne nehmen und die Butter darin erhitzen, die Hälfte der Zwiebeln darin andünsten. Milch dazugießen und leicht erwärmen. Beides mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Zusammen mit der Petersilie zur Brötchenmischung geben. Eier verquirlen und ebenfalls dazugeben. Alles gut vermengen und 10 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

3 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Gugelhupfform (1 l Inhalt) mit etwas Butter fetten und mit den Semmelbröseln ausstreuen. Speck unter die Knödelmasse mischen. Die Masse in die vor-

bereitete Form geben und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten auf der 2. Schiene von unten backen, bis sie gestockt ist. Ggf. mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden.

4 Inzwischen Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Pilze portionsweise darin scharf anbraten. Alle Pilze zurück in die Pfanne geben, Knoblauch und übrige Zwiebel ebenfalls dazugeben und andünsten. Mit Weißwein ablöschen, die Gemüsebrühe dazugeben und Crème fraîche einrühren. Das Pilzragout mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten köcheln lassen.

5 Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Den Semmelknödel-Gugelhupf aus der Form stürzen und in Scheiben schneiden. Mit Pilzragout anrichten und mit Schnittlauch garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten

FÜR 4 PERSONEN

- FÜR DAS EIS
- 200 ml Milch
 - 125 g Zucker
 - 4-5 TL Zimtpulver
 - 200 g Sahne
- FÜR DIE APFELKÜCHLE
- 100 g Mehl
 - 2 Eier
 - 150 ml Milch
 - 1 Prise Salz
 - 2 Äpfel
 - 1/2 Bio-Zitrone (Saft)
 - 2-3 EL Butterschmalz
 - 40 g Zucker
 - 1 TL Zimtpulver

Apfelküchle mit Zimteis

Frittelle di mele con gelato alla cannella

schneiden und mit dem Zitronensaft beträufeln, damit sie sich nicht bräunlich verfärbeten.

3 Butterschmalz portionsweise in einer Pfanne erhitzen. Die Apfelscheiben nacheinander durch den Teig ziehen, sodass sie vollständig vom Teig umhüllt sind. Bei mittlerer Hitze im heißen Butterschmalz auf beiden Seiten in 4 Minuten goldbraun braten.

4 Die Apfelküchle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Zucker und Zimt in einem tiefen Teller vermischen und die Küchle darin wälzen. Mit dem Zimteis anrichten und das Gericht servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten
zzgl. ggf. 5 Stunden Kühlzeit

SO GEHT HÜTTENSCHMAUS

Kaiserschmarren mit Vanillesoße

Kaiserschmarren con salsa alla vaniglia



FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN KAISERSCHMARREN

- 80 g Rosinen
- 40 ml brauner Rum
- 100 g Butter
- 6 Eier
- 70 g Zucker
- 250 g Mehl
- 500 ml Milch
- 1 Prise Salz
- etwas Puderzucker zum Bestäuben

FÜR DIE VANILLESOSSE

- 1 Vanilleschote
- 400 ml Milch

- 75 g Zucker
- 2 Eier
- 200 g Sahne
- 1 TL Speisestärke

1 Die Rosinen mit dem Rum beträufeln und mindestens 30 Minuten einweichen. In der Zwischenzeit 50 g Butter schmelzen. Die Eier trennen. Eiweiß kalt stellen. Eigelb mit 50 g Zucker schaumig schlagen. Nach und nach abwechselnd Mehl und Milch dazugeben und unterrühren. Flüssige Butter dazugeben und unterrühren. Teig 20 Minuten bei Zimmertemperatur quellen lassen.

2 Das Eiweiß mit dem Salz steif schlagen und unter den Teigheben. Rosinen abgießen und ebenfalls unterheben. Etwas von der übrigen Butter in einer Pfanne zerlassen und den Teig etwa 1 cm hoch eingießen. Bei mittlerer Hitze die untere Seite goldbraun backen. Den Teig vierteln, umdrehen und ebenfalls goldbraun backen. Mit dem Pfannenwender in mundgerechte Stücke teilen und mit etwas vom restlichen Zucker bestreuen, leicht kara-

mellisieren lassen. Den gebackenen Teig aus der Pfanne nehmen und im Ofen bei 80 °C warm halten. Übrigen Teig ebenso zubereiten.

3 Vanilleschote der Länge nach halbieren. Das Mark herauslösen. Die Milch mit Zucker, Vanillemark sowie -schote in einen Topf geben und aufkochen. Eier, Sahne und Speisestärke verquirlen. Eimischung mit dem Schneebesen in die Milch rühren. Unter Rühren andicken lassen, vom Herd nehmen und die Vanilleschote entfernen.

4 Den Kaiserschmarren nach Belieben mit Puderzucker bestäuben und mit der Vanillesoße anrichten, dann servieren.

TIPP: Dazu passt Zwetschgenröster. 1 Glas Zwetschgen abgießen, den Saft auffangen. Die Früchte mit 2 EL Zucker karamellisieren, mit dem Saft ablöschen und mit 1/2 TL Zimtpulver würzen. Mit etwas Speisestärke abbinden.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten
zzgl. 30 Minuten Ruhezeit

Kaspressknödel in Rinderfond

Canederli al formaggio in brodo di manzo



FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 1 EL Butter
- 200 g Graukäse oder würziger Bergkäse
- 300 g Knödelbrot oder altbackenes Mischbrot

- 1-2 TL Majoran
- 300 ml Milch
- 3 Eier
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 l Rinderfond
- ca. 500 ml Sonnenblumenöl zum Ausbacken
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel schälen und fein würfeln. Butter in einer Pfanne zerlassen und die Zwiebel darin glasisig dünsten. Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Den Käse fein reiben. Brot ggf. würfeln und in eine große Schüssel geben. Den Käse, Majoran, Zwiebel, Milch und Eier dazugeben und alles gut vermengen.

Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen, abdecken und ca. 20 Minuten bei Zimmertemperatur ziehen lassen.

2 Inzwischen den Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Den Rinderfond aufkochen. Das Sonnenblumenöl in einer hohen Pfanne erhitzen. Aus dem Teig Knödel formen, diese leicht flach drücken und im heißen Öl schwimmend ausbacken. Die Kaspressknödel auf Küchenpapier abtropfen lassen, dann in tiefe Teller geben und mit dem heißen Rinderfond übergießen. Das Gericht mit etwas Schnittlauch bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



WINTERSPORT

Skifahren und Rodeln gehören zum Südtiroler Winter wie Schnee und Punsch. **Die weiße Schnelandschaft** lädt dazu ein, aktiv zu sein und sich körperlich zu betätigen. Das Einkehren in die Hütte nach dem Sport ist dann umso schöner und der Genuss der stärkenden Mahlzeiten umso größer. So kann man es sich guten Gewissens gemütlich machen!

Käsespätzle mit gerösteten Zwiebeln

Spätzle al formaggio con cipolle arrostito



FÜR 4 PERSONEN

- 6 Eier
- etwas Salz
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 100 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
- 400 g Weizenmehl Type 550
- 4 Zwiebeln
- 100 g Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten

150 g Appenzeller
100 g Gruyère
1 Bund Petersilie

1 Die Eier, 1 TL Salz, Muskat und Mineralwasser verquirlen. Das Mehl dazusieben und erst mit einem Schneebesen unterrühren. Dann den Teig mit einem Holzlöffel 5 Minuten kräftig schlagen, bis er glänzt und leicht Blasen wirft. Sollte er zu fest sein, ggf. noch etwas Wasser dazugeben. Mit einem Küchentuch abdecken und 20 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2 In der Zwischenzeit die Zwiebeln schälen und in sehr dünne Ringe schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen, die Zwiebeln darin bei mittlerer Hitze in ca. 15 Minuten goldbraun rösten, dabei gelegentlich rühren, damit sie gleichmäßig bräunen.

3 Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Den Backofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit etwas Butter fetten, den Käse reiben. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.

4 Den Teig portionsweise durch eine Spätzlepresse in das kochende Wasser drücken. Die oben schwimmenden Spätzle mit einer Schaumkelle herausnehmen und in die vorbereitete Form geben. Etwas geriebenen Käse darauf verteilen und alles in den vorgeheizten Ofen geben. Teig auf diese Weise nach und nach verbrauchen und die Spätzle mit dem Käse in der Auflaufform im Ofen schichten. Käsespätzle mit den gerösteten Zwiebeln anrichten und mit Petersilie bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



 CANTUCCINI
Rezept auf Seite 48

Italienisches Gebäck

Wie das duftet!

Diese kleinen Lieblinge **wickeln uns nicht nur in der Adventszeit um den Finger.** Amarettini & Co. sind echte Klassiker

FOTOS & STYLING | TINA BUMANN

Klassisch

An Amarettini führt kein Weg vorbei. Der kleine Mandelkeks ist der perfekte Begleiter zum Espresso oder Cappuccino. Er eignet sich aber auch hervorragend für die Zubereitung von leckeren Schichtdesserts und verfeinert Streusel oder Rührkuchen.



AMARETTINI

Rezept auf Seite 48

Klein & fein

Mit einer dicken Puderzuckerschicht kommen diese leckeren Kekse auf Mandelbasis daher. Im Teig stecken neben gemahlenen Mandeln abgeriebene Orangenschale und Amaretto, die für einen vollmundigen Geschmack sorgen – unwiderstehlich!


RICCIARELLI

Rezept auf Seite 48

Eine kleine Schatulle
voller Keksglück



Baci di dama

Baci di dama

FÜR CA. 25 STÜCK

**150 g Haselnusskerne
150 g Mehl zzgl. etwas mehr
zum Verarbeiten
100 g Zucker
1 Prise Salz
125 g weiche Butter
100 g Zartbitterschokolade**

1 Die Haselnüsse ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne rösten, bis sie zu duften beginnen. Dann aus der Pfanne nehmen, kurz abkühlen lassen und in einem Multizerkleinerer fein mahlen.

2 Gemahlene Nüsse, Mehl, Zucker und Salz in einer Schüssel vermischen. Die Butter dazugeben und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in 4 gleich große Portionen teilen und daraus ca. 1,5 cm dicke Rollen formen. Die Rollen in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 60 Minuten kalt stellen.

3 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Rollen nacheinander aus dem Kühlschrank nehmen und auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in ca. 1,5 cm dicke Stücke schneiden. Diese zu Kugeln formen und mit etwas Abstand auf mit Backpapier belegte Backbleche legen. Die Teiglinge blechweise in 12–14 Minuten im vorgeheizten Ofen hellbraun backen. Die Kekse aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

4 Die Schokolade grob hacken und über einem heißen Wasserbad langsam schmelzen. Die Hälfte der Kekse auf der Unterseite mit etwas geschmolzener Schokolade bestreichen und jeweils mit einem zweiten Keks zusammensetzen. Die Schokolade vollständig fest werden lassen. Die Kekse dann servieren.

TIPP: Wenn es ein wenig schneller gehen soll, können Sie auch fertig gemahlene Haselnüsse verwenden und diese unter Rühren in einer Pfanne anrösten.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten
zzgl. 60 Minuten Kühlzeit





Cantuccini

Cantuccini

FÜR CA. 50 STÜCK

250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 TL Backpulver
1 Prise Salz
175 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
30 g weiche Butter
2 Eier
1 TL Bio-Zitronenschale
2 EL Marsala
200 g Mandelkerne

1 Mehl, Backpulver, Salz, Zucker und Vanillezucker mit Butter, Eiern, Zitronenschale und Marsala verkneten. Die Mandeln unterkneten und den Teig 30 Minuten kalt stellen.

2 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 5 Portionen teilen. Aus jeder Portion eine Rolle (Ø ca. 4 cm) formen. Die Rollen mit Abstand auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. Im vorgeheizten Ofen 12–15 Minuten backen. Die gebackenen Rollen kurz abkühlen lassen, dann schräg in 1–1,5 cm dicke Scheiben schneiden, mit der Schnittfläche nach oben wieder auf das Blech legen und 10–12 Minuten backen. Cantuccini auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten**
zzgl. 30 Minuten Kühlzeit



Amarettini

Amarettini

FÜR CA. 50 STÜCK

2 Eiweiß
1 Prise Salz
200 g Zucker
200 g gemahlene Mandeln
1-2 EL Puderzucker zum Bestäuben

1 Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. 1 Eiweiß mit Salz steif schlagen. Den Zucker nach und nach einrieseln lassen. Dann die Mandeln dazugeben und zügig unterheben.

2 Aus dem Teig mit leicht angefeuchteten Händen walnussgroße Kugeln formen, diese mit etwas Abstand zueinander auf die Bleche setzen. Die Teiglinge mit Puderzucker bestäuben und bei Zimmertemperatur mindestens 2 Stunden trocknen lassen.

3 Den Backofen auf 150 °C Umluft vorheizen. Die Amarettini im vorgeheizten Ofen in ca. 20 Minuten hellgelb backen, dann aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten**
zzgl. 2 Stunden Ruhezeit



Ricciarelli

Ricciarelli

FÜR CA. 50 STÜCK

1 Vanilleschote
300 g gemahlene Mandeln
1 TL Backpulver
200 g Puderzucker zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten und Garnieren
1 Bio-Orange (abgeriebene Schale)
2 Eiweiß
1 Prise Salz
2 EL Amaretto

1 Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauslösen. Mandeln, Backpulver, Puderzucker, Vanillemark und Orangenschale in einer Schüssel vermischen. Das Eiweiß mit dem Salz steif schlagen. Zusammen mit dem Amaretto in die Schüssel geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und über Nacht kalt stellen.

2 Am nächsten Tag den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den gekühlten Teig auf der leicht mit Puderzucker bestäubten Arbeitsfläche kurz durchkneten und in 4 gleiche große Portionen teilen. Diese zu Rollen formen und davon jeweils fingerdicke Scheiben abschneiden. Die Teigscheiben leicht oval und spitz formen, sodass sie an große Reiskörner erinnern.

3 Die Teiglinge mit etwas Abstand zueinander auf mit Backpapier belegte Backbleche setzen und dick mit Puderzucker bestäuben, dann blechweise 6–8 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Die Kekse aus dem Ofen nehmen, auf ein Kuchengitter setzen und vollständig auskühlen lassen.

TIPP: Die Ricciarelli schmecken sehr lecker zu einem Amaretto-Glühwein.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten**
zzgl. 8 Stunden Kühlzeit



Plätzchen mit Gewürzen verfeinern

Sie möchten diesen Keksklassikern gern einen weihnachtlichen Touch verleihen? Geben Sie 1/2 TL Zimtpulver in den Teig für die Baci di dama. Cantuccini und Amarettini können Sie beispielsweise mit 1 Msp. Gewürznelkenpulver aromatisieren. Zu den Ricciarelli passt etwas Ingwerpulver, zu den Tenerezze al limone ein Hauch Kardamom ganz wunderbar. Einfach 1 Msp. in den jeweiligen Teig geben.

Tenerezze al limone

Tenerezze al limone

FÜR CA. 30 STÜCK

400 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 TL Backpulver
etwas Salz
240 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
250 g kalte Butter in Stückchen
3 Eier plus 1 Eigelb
3 EL Sahne
3 Bio-Zitronen (abgeriebene Schale von 3 Früchten, Saft von 2 Früchten)
etwas Puderzucker zum Bestäuben

1 Für den Teig Mehl, Backpulver, 1 Prise Salz, 120 g Zucker sowie Vanillezucker in einer Schüssel vermischen. 200 g kalte Butter, 1 Ei, Sahne und abgeriebene Schale von 1 Zitrone dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und 60 Minuten kalt stellen.

2 Inzwischen für die Füllung übrige Zitronenschale, Saft von 2 Zitronen, 120 g Zucker, 1 Prise Salz und 50 g Butter in einen Topf geben und unter Rühren langsam erhitzen. 2 Eier und Eigelb in einer Schüssel verquirlen und vorsichtig unter ständigem Rühren in den Topf geben. Weiterrühren und die Creme bei kleiner bis mittlerer Hitze köcheln lassen, bis sie leicht andickt, dann umfüllen und vollständig auskühlen lassen.

3 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den gekühlten Teig portionsweise auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 3–4 mm dick ausrollen. Mit einer runden Ausstechform oder einem Glas Kreise (Ø ca. 4 cm) aus dem Teig ausschneiden. Die Hälfte der Teigkreise auf mit Backpapier belegte Backbleche legen. Etwas Zitronencreme daraufgeben und mit den übrigen Teigkreisen bedecken, dabei die Ränder gut festdrücken, sodass die Creme vollständig umschlossen ist. Die Teiglinge blechweise im vorgeheizten Ofen in 12–14 Minuten hellgelb backen. Die Kekse aus dem Backofen nehmen, auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen und mit etwas Puderzucker bestäuben.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden
zzgl. 60 Minuten Kühlzeit

Sofrisch!

Für Tenerezze al limone wird Mürbeteig mit einer selbst zubereiteten aromatischen Zitronencreme gefüllt und gebacken. Das Ergebnis ist ein knuspriger Keks mit einem cremigen Kern. Hübsch verpackt geben sie ein tolles Geschenk aus der Küche ab.



TENEREZZE AL LIMONE



SÜSSES VERSCHENKEN

Machen Sie anderen eine Freude und verschenken Sie an Weihnachten Ihre selbst gebackenen Plätzchen. Mit Liebe zubereitet, bunt verziert und hübsch verpackt, zaubern sie Ihren Liebsten garantiert ein Lächeln ins Gesicht. Aus einfachen Butterbrottütchen lassen sich im Handumdrehen weihnachtliche Geschenktüten basteln. Werden Sie kreativ und gestalten Sie das Papier nach Lust und Laune. Oder überraschen Sie den Beschenkten doch zusätzlich mit dem passenden Rezept, indem Sie es direkt auf die Tüte schreiben. Das kommt besser an als jedes gekaufte Geschenk, wetten?

Weihnachtsbäckerei RATGEBER

Wir verraten Ihnen **Tipps und Tricks zum Plätzchenbacken.**
So geht in der Backstube garantiert nichts schief



AUSSTECHFORMEN

Ohne duftende Plätzchen ist die Vorweihnachtszeit einfach unvorstellbar. Wenn man nicht stundenlang in der Küche stehen möchte, um einzelne Plätzchen aus dem Teig auszustechen, kann man es sich mit diesen Ausstechschablonen etwas leichter machen: Mit einem Mal hat man gleich viele form-schöne Plätzchen ausgestochen. Das 3er-Set Schablonen (Tannenbäume, Herzen und Schneeflocken) ist kinderleicht zu handhaben und spülmaschinenfest. Ca. 27 Euro, bestellbar über www.proidee.de

BACKEN MIT NATURSÜSSE

Naschen gehört zu Weihnachten wie der Baum und die Geschenke. Doch raffinierten Zucker kann man auch wunderbar ersetzen durch naturbelassene Süßungsmittel, wie das schöne Buch „Zuckerfrei. Meine Weihnachtsbäckerei“ zeigt: Klassische und moderne Rezepte ganz ohne den ungesunden Zucker laden zum Schlemmen ohne Reue ein!

EMF Verlag, 15 Euro



STREUSEL

Was wären Plätzchen und Kuchen ganz ohne Streusel? Langweilig! Und deswegen darf es gerade zu Weihnachten auch etwas mehr sein. Die Streuselmischungen von „Superstreusel“ sind dekorativ und lecker und kommen mal herrlich bunt, mal Ton in Ton daher. Da gibt es wirklich für jedes Gebäck und zu jedem Motto etwas Passendes! Mehr Informationen und Bestellung unter www.superstreusel.de



LAGERUNG

Bei richtiger Lagerung halten sich Ihre selbst gebackenen Weihnachtsplätzchen über Wochen frisch. Damit Sie sie möglichst lange genießen können, sollte bei weichen Plätzchen darauf geachtet werden, dass sie nicht hart werden, daher sollten sie luftdicht in Blech- oder Kunststoffdosen verpackt werden. Lebkuchen hingegen müssen möglichst trocken bleiben, sonst werden sie weich und pappig. Nach dem Backen lässt man sie am besten 2 Tage an der Luft trocknen und legt sie dann in eine luftdicht verschlossene Dose. Sollten sie zu fest werden, ein Stück Apfel oder Bio-Orangenschale mit in die Dose geben.



*Segafredo Zanetti
Deutschland
feiert Geburtstag*

ITALIENISCHE CAFFÈ-KULTUR in Germania



Am Beginn stand die Leidenschaft. Und die Mission, das Volk der Filterkaffee-Trinker zu bekehren. Nach drei Jahrzehnten gehören Espressobars in Deutschland zum Straßenbild und Cappuccino & Co. zum Wortschatz

Franz Schwaiger hat nichts an Leidenschaft verloren, mit der er den Siegeszug der original italienischen Caffè-Kultur hierzulande maßgeblich mitgeprägt hat: „Kurz, stark, cremig und anregend: Ein kleiner Schluck, und man fühlt sich ‚un poco italiano‘“. Im Auftrag von Massimo Zanetti, Gründer und Inhaber von Segafredo Zanetti, sollte Schwaiger den Deutschen eine Lebensphilosophie vermitteln, die diese nur aus dem Urlaub kannten. Die Anfänge jenseits der Alpen gestalteten sich jedoch als sehr steinig für Italiens führenden Espressolieferanten der Gastronomie. Deutschland, das Land des Filterkaffees, war 1990 noch ein unbeschriebenes Blatt in puncto Espresso. Cappuccino & Co. galten als Seltenheit auf den Getränkekarten. Vom Firmensitz der deutschen Tochtergesellschaft in München aus akquirierte und belieferte Espressopianier Schwaiger anfänglich jeden Kunden persönlich. Er war getrieben von der Mission, den Geschmack, die Kultur und die Zubereitung des italienischen Espresso in Germania zu verbreiten.

Um die original italienische Caffè-Kultur in Deutschland erlebbar zu machen, eröffnete das Unternehmen 1990 die bundesweit allererste Espressobar all’italiana auf Franchisebasis in den Firmenfarben Rot, Schwarz, Weiß in München. Von der Residenzstraße 21 im Herzen der bayerischen Landeshauptstadt begann der Siegeszug der original italienischen Espressobar-Kultur, die sich Espresso für Espresso, Jahr für Jahr in ganz Deutschland fort-

Franz Schwaiger (2. v. r.), Geschäftsführer von Segafredo Zanetti Deutschland mit dem legendären Barista-Team Mauro, Giuseppe und Pasquale (v. l.)



pflanzte. Der kleine Schwarze aus Bologna eroberte die Herzen der Deutschen mit südländischem Temperament und italienischer Lebensart. Bundesweit trinken Caffè-Genießer inzwischen rund 1 Mio. Tassen Segafredo-Caffè pro Tag – und es werden immer mehr.

„Das steigende Qualitätsbewusstsein der Kaffeegenießer stellt eine positive Entwicklung dar. In unseren Schulungsbars trainieren wir jährlich rund 1.000 Personen – sowohl private Caffè-Fans als auch Servicemitarbeiter unserer Kunden“, so Schwaiger. 30 Jahre und kein bisschen müde – vielleicht eine Auswirkung der etwa 43.000 Tassen Espresso, die beim Segafredo Geschäftsführer offenbar anregende Wirkung zeigen. Die Pionierarbeit rund um „Caffè auf Italienisch“ hat sich jedenfalls gelohnt: Espresso, Cappuccino & Latte macchiato sind längst hineingewachsen in die deutsche Lebenskultur.

Wir sehen uns – ci vediamo al bar!

Spannende News sowie Caffè-Rezepte und Barista-Tipps finden Sie unter www.facebook.com/SegafredoDeutschland

FRISCH AUFGETISCHT

Was bringt die Saison?

Aufgepasst, hier verraten wir Ihnen die besten Rezepte mit **saisonalem Obst und Gemüse**.

Schnappen Sie sich gleich Ihren Einkaufskorb, und auf geht's zum Wochenmarkt!

RIGATONI-AUFLAUF mit Radicchio

Rigatoni al radicchio al forno

FÜR 4 PERSONEN

400 g Blattspinat
400 g Rigatoni
4 Eier
200 g Sahne
100 g Gorgonzola
1 Radicchio
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Spinat verlesen, von groben Stielen befreien und waschen. In reichlich kochendem Salzwasser 1–2 Minuten blanchieren, dann abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Die Rigatoni nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Abgießen und abtropfen lassen. Pasta und Spinat mischen und auf einem mit Backpapier ausgelegten tiefen Backblech verteilen. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2 Eier mit Sahne verquirlen. Gorgonzola in kleine Stücke schneiden und unterrühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen und über die Nudelmischung gießen. Alles im vorgeheizten Ofen in 25–30 Minuten gratinieren, die Eimasse sollte stocken. Inzwischen Radicchio waschen, vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Rigatoni-Auflauf mit Radicchio bestreuen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
60 Minuten



RADICCHIO Radicchio

Der bitter schmeckende Salat mit den intensiv dunkelroten Blättern ist ein naher Verwandter des roten Chicorées. So-wohl im Anbau als auch geschmacklich ähneln sich die Salate sehr. Radicchio liefert gesunde Bitterstoffe, die Verdauungsfördernd wirken und für ein schnelles Sättigungsgefühl sorgen. Der ursprünglich in Italien beheimatete Salatklassiker ist äußerst vielseitig: Er schmeckt kalt in Salaten, gedünstet zu Pasta und Reis oder als Beilage zu Fisch und den unterschiedlichsten Fleischgerichten.



CHAMPIGNONS *Funghi*

Ob roh, gekocht oder gebraten, Champignons sind die Lieblingspilze der Deutschen. Weiße Champignons schmecken angenehm mild, während die braunen Pilze ein leicht nussiges Aroma haben. Durch ihren hohen Wasseranteil enthalten sowohl weiße als auch braune Champignons nur wenig Kalorien. Wer also etwas abnehmen möchte, sollte auf den Eiweißlieferanten setzen, denn Champignons machen satt und beschleunigen darüber hinaus die Fettverbrennung.



BUNTE CHAMPIGNONPIZZA

Pizza ai funghi colorata

FÜR 4 PERSONEN

- 1/2 Würfel Hefe
1/2 TL Zucker
500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
3 EL natives Olivenöl extra
je 1 Zwiebel und Knoblauchzehe, geschält, fein gewürfelt
400 g stückige Tomaten (Dose)
1 rote Paprikaschote
50 g Zucchini
100 g Champignons
100 g Brokkoli
200 g Mozzarella
5 Stiele Basilikum
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Hefe und Zucker in ca. 300 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mehl mit 1 1/2 TL Salz vermischen. Hefemischung und 1 EL Öl dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen zugedeckt 20 Minuten ruhen lassen. Übriges Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten, dann Tomaten dazugeben. Alles aufkochen, salzen und pfeffern und 5 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

2 Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und auf Backblechgröße ausrollen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und zugedeckt 30 Minuten ruhen lassen. Das Gemüse waschen, putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.

3 Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teig mit Tomatensauce bestreichen, mit Gemüse und zerzupftem Mozzarella belegen und 18–20 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Die Pizza mit Basilikum bestreuen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
110 Minuten

WÜRZIGE WIRSINGSUPPE

Zuppa di verza

FÜR 4 PORTIONEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 gelbe oder grüne Paprikaschote
- 400 g mehligkochende Kartoffeln
- 400 g Wirsing
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 650 ml heiße Gemüsebrühe
- 1 Msp. frisch geriebene Muskatnuss
- 100 g frisch geriebener Grana Padano
- 75 g Sahne
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein würfeln. Die Paprikaschote waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen und ebenfalls würfeln. Den Wirsing putzen, gut waschen, vom harten Strunk befreien und in feine Streifen schneiden.

2 Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin glasig dünsten. Paprika, Kartoffeln und Wirsing dazugeben und kurz mit andünsten. Dann die Gemüsebrühe dazugeben. Alles aufkochen, mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt 18–20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

3 Geriebenen Grana Padano und Sahne in die Suppe geben und diese unter Rühren weitere 3–4 Minuten erhitzen, bis der Käse geschmolzen ist. Die Suppe abschmecken, in Suppenteller verteilen und servieren.

TIPP: Wer eine feine Konsistenz bevorzugt, püriert die Suppe mit dem Stabmixer, bevor der geriebene Käse dazugegeben wird.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
45 Minuten



WIRSING *Verza*

Wirsing unterscheidet sich nicht nur optisch von anderen Kohlsorten, er ist auch deutlich dezenter im Geschmack und damit ein echter Geheimtipp für alle Kohlskeptiker. Der grüne Kohlkopf mit den krausen Blättern schmeckt nicht nur hervorragend, er macht dazu auch noch richtig fit: Er ist reich an Vitamin C. 100 Gramm enthalten 50 Milligramm des immunstärkenden Nährstoffs und decken bereits die Hälfte der empfohlenen Tagesmenge.



Fotos: Tina Bumann (1) Getty Images/Stockphoto (2) Images Plus/Stockphoto (3) iStockphoto (4) Ira Leon (5)

LAUCH *Porri*

Lauch zählt wie Knoblauch und Zwiebel zu den Narzissen-gewächsen, ist aber deutlich milder als seine pikanten Verwandten. Lauch hat zwei unterschiedliche Geschmäcker. Das weiße Ende, das in der Erde steckt, ist zart, leicht süßlich und hat einen sehr milden Grad an Schärfe. Der dunkle Part ist fest im Biss und hat eine ausgeprägte Zwiebelschärfe. Lauch sollte kühl, dunkel und nicht zu trocken, am besten im Keller, gelagert werden.



WINTER-TAGLIATELLE mit Lauch

Tagliatelle ai porri

FÜR 4 PERSONEN

- 5 EL natives Olivenöl extra
100 g Grünkernschrot
750 ml heiße Gemüsebrühe
1 Stange Lauch
5 Stangen Staudensellerie
je 1 Zwiebel und Knoblauchzehe,
geschält, fein gewürfelt
etwas Zucker
400 g Tagliatelle
200 g Sahne
1/2 Bund Petersilie, gehackt
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Den Grünkernschrot darin leicht rösten. Mit 650 ml Brühe ablöschen, aufkochen und bei kleiner Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen, dabei zwischendurch umrühren. Inzwischen Lauch putzen, gut waschen und in Ringe schneiden. Sellerie putzen, waschen und ggf. entfädeln. Das Grün waschen, hacken und beiseitelegen, die Stangen in dünne Scheiben schneiden.

2 Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Lauch und Sellerie kurz mitdünsten. Alles mit 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen. Die übrige Brühe dazugeben und das Gemüse bei kleiner Hitze 4–5 Minuten köcheln lassen.

3 Die Tagliatelle nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Grünkern sowie Sahne zum Gemüse geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen. Tagliatelle abgießen und tropfnass mit der Gemüsemischung vermengen. Die Pasta mit Selleriegrün und Petersilie bestreuen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
30 Minuten

HEISSER GRANATAPFELPUNSCH

Punch caldo alla melagrana

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Bio-Orangen**
- 1 Granatapfel**
- 800 ml Granatapfelsaft**
- 2 Sternanis**
- 3 Gewürznelken**
- 4 Zimtstangen**
- 1-2 EL Honig**

1 1 Orange heiß waschen und trocken reiben, je nach Größe in dünne Spalten oder Scheiben schneiden. Die andere Orange halbieren und auspressen. Den Granatapfel halbieren und die Kerne vorsichtig zwischen den Trennhäuten herauslösen.

2 Orangensaft, Granatapfelsaft, Sternanis, Gewürznelken und Zimtstangen in einen Topf geben. Alles aufkochen und zugedeckt ca. 10 Minuten bei kleiner Hitze ziehen lassen.

3 Orangenspalten und Granatapfelkerne in 4 Gläser geben. Den heißen Punsch mit Honig abschmecken und in die vorbereiteten Gläser füllen. Das Getränk sofort servieren und heiß genießen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
20 Minuten



GRANATAPFEL *Melagrana*

Sein Name bezieht sich keineswegs, wie man meinen könnte, auf seine intensiv rote Farbe, sondern bedeutet aus dem Lateinischen übersetzt „mit (vielen) Kernen“. In den einzelnen Fruchtkammern verbergen sich die kleinen saftig-süßen Kerne des Granatapfels. Wer nur den Saft möchte, halbiert den Granatapfel mit einem scharfen Messer und presst die Hälften mithilfe einer Zitruspresse aus. Spritzer gleich entfernen, bevor sie sich festsetzen.



ZITRONE *Limone*

Die gelben Zitrusfrüchte stecken nicht nur voller Vitamin C, sie beugen sogar Infektionen vor. Durch ihre konzentrierte Fruchtsäure können sie beispielsweise Bakterien unschädlich machen und Mageninfektionen vorbeugen. Neben den gesunden Eigenschaften ist das Aroma der Zitrone in der Küche nicht wegzudenken. Ein Spritzer Saft oder die fein abgeriebene Schale sorgen für einen fruchtig-frischen Geschmack.



PANNACOTTA mit Zitronensoße

Panna cotta con salsa al limone

FÜR 4 PERSONEN

- 6 Blatt Gelatine**
2 Bio-Zitrone
500 g Sahne
75 g Zucker
1 Ei
100 g Puderzucker
75 g Butter
2 Stiele Minze
1/2 Granatapfel

1 Gelatine nach Packungsangabe in kaltem Wasser einweichen. 1 Zitrone heiß abwaschen und die Schale fein abreiben. Sahne und Zucker in einem Topf unter Rühren aufkochen lassen. Die Hälfte der Zitronenschale dazugeben und alles 8–10 Minuten leicht einköcheln lassen, dabei zwischendurch rühren. Den Topf vom Herd nehmen. Gelatine ausdrücken und in der heißen Sahnemischung auflösen. Die Masse in 4 kalt ausgespülte Förmchen gießen und kurz abkühlen lassen, dann in ca. 4 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

2 Für die Soße die Zitronen halbieren und auspressen. Das Ei verquirlen. Puderzucker mit Zitronensaft und Butter erhitzen. Ei unterrühren und alles vorsichtig unter Rühren weitererhitzen, bis die Soße andickt. Vom Herd nehmen und die übrige Zitronenschale unterrühren. Die Soße dann auskühlen lassen.

3 Minze waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Die Granatapfelkerne auslösen und mit der Minze vermischen. Die Pannacotta auf Teller stürzen, mit Zitronensoße und der Granatapfel-Mischung anrichten und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
30 Minuten zzgl. 4 Stunden
Kühlzeit

Süß & deftig

Wer Bratäpfel bisher nur in der süßen Variante mit Marzipan, Rosinen und Nüssen kannte, hat wirklich etwas verpasst, wie diese herzhafte Kreation beweist. Mit einer pikanten Füllung aus Feta und Speck bringen sie eine Extra-ladung Geschmack.

BRATÄPFEL mit Feta-Speck-Füllung

Rezept auf Seite 62



So vielfältig!

APFELKÜCHE

Haben Sie Äpfel schon einmal mit Speck kombiniert? Oder mit frischen Kräutern? Wir stellen Ihnen **neue Geschmackskombinationen vor, die Sie erleben müssen** - außergewöhnlich lecker!

SCHWEINEKOTELETTS

mit Apfelbutter

Rezept auf Seite 62



Besonders

Für dieses Gericht kommt eine spezielle Zutat zum Einsatz: Apfelbutter (Seite 62). Diese können Sie leicht selbst herstellen. Mit ihr wird das Kotelett glasiert, dabei karamellisiert sie leicht. Eine wunderbare Mischung unterschiedlicher Aromen!

UNGLAUBLICH GUT



Fruchtdoppel

Dass Fisch toll mit Obst harmoniert, beweist dieses Gericht. Hierfür kommt nicht nur Apfel zum Einsatz, auch Blaubeeren sind dabei, die dem Lachsgericht Süße und Säure verleihen. Wer mag, garniert das Gericht zusätzlich mit frischen Blaubeeren.



LACHSFILET
*mit karamellisiertem Apfel und
Blaubeer-Kräuter-Topping*

Lachsfilet mit karamellisiertem Apfel und Blaubeer-Kräuter-Topping

Salmone con mela caramellata, mirtilli ed erbe aromatiche

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DAS LACHSFILET

- 800 g Lachsfilet mit Haut
1-2 EL Öl

FÜR DIE KRÄUTERBRÖSEL

- 1 Bund Petersilie
1 Bund Schnittlauch
1 Stiel Salbei
40 g Butter
50 g Semmelbrösel
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DEN KARAMELLISIERTEN APFEL

- 1 Apfel (z.B. Gravensteiner, Jonagold, Elstar)
2 EL Puderzucker

FÜR DIE SOSSEN

- 1/2 Knoblauchzehe
50 g Sahne

- 50 g Schmand
200 g Blaubeeren
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Lachsfilet waschen, trocken tupfen und in 4 Portionen teilen. Für die Brösel Petersilie, Schnittlauch und Salbei waschen und trocken schütteln. Salbeiblättchen abzupfen und alle Kräuter fein hacken. Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Semmelbrösel darin bei mittlerer Hitze goldbraun rösten, mit den Kräutern vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

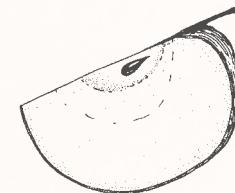
2 Den Apfel waschen, trocken reiben und in dünne Ringe schneiden. Von beiden Seiten mit Puderzucker bestäuben. Die Apfelinge in einer Pfanne bei mittlerer Hitze von beiden Seiten karamellisieren.

3 Für die Knoblauchsoße den Knoblauch schälen und mit Sahne und Schmand in einem hohen Gefäß zu einer Creme pürieren,

diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Für die Blaubeersoße die Blaubeeren mit ca. 2 EL Wasser in einem kleinen Topf kurz aufkochen, dann mit einer Gabel oder einem Pfannenwender grob zerdrücken.

4 Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Fischstücke darin bei mittlerer Hitze je nach Dicke 4-6 Minuten auf der Haut- und 30 Sekunden auf der Fleischseite anbraten. Den Fisch auf Teller geben und mit den karamellisierten Apfelscheiben belegen, die Bröselmischung darüberstreuen. Blaubeer- und Knoblauchsoße in Tupfen darauf verteilen und das Gericht servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten



FÜR 4 PERSONEN

FÜR DIE SUPPE

- 100 g geräucherter Bauchspeck
150 g mehligkochende Kartoffeln
1 Knoblauchzehe
800 g Lauch
1 süß-säuerlicher Apfel (z.B. Boskop)
30 g Butter
700 ml heiße Gemüsebrühe
100 g Sahne
etwas frisch geriebene Muskatnuss
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DAS TOPPING

- 2 EL Öl
3-4 Apfelchips

1 Den Speck grob würfeln. Die Kartoffeln schälen und würfeln. Knoblauch schälen

Apfel-Lauchsuppe

Vellutata di mele e porri

und fein hacken. Den Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. 50 g davon zum Garnieren beiseitelegen. Apfel schälen, vom Kerngehäuse befreien und würfeln.

2 Die Butter in einem Topf zerlassen und den Speck darin knusprig braten. Aus dem Topf nehmen und beiseitestellen. Lauch, Knoblauch und Kartoffeln in den Topf geben, kurz anbraten, mit der Brühe ablöschen und so lange köcheln, bis die Kartoffeln gar sind. Apfelwürfel dazugeben und kurz mitköcheln lassen. Suppe pürieren, mit Sahne verfeinern und mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

3 Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Beiseitgestellten Lauch darin unter Rühren etwa 5 Minuten knusprig braten. Suppe in tiefen Tellern anrichten und mit Lauch, Speck und Apfelchips garnieren. Die Suppe servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten



Bratäpfel mit Feta-Speck-Füllung

Mele al forno con feta e pancetta



FÜR 4 PERSONEN

FÜR DIE BRATÄPFEL

- 4 Äpfel (z.B. Cox Orange, Boskop, Elstar, à ca. 200 g)
- 70 g geräucherter Bauchspeck
- 100 g Feta
- 35 g Walnusskerne
- 1 Prise Zimtpulver

- 1 Prise Anispulver
- 4 Stiele Thymian
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DAS TOPPING

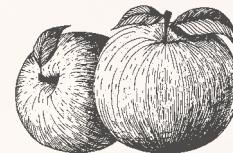
- 30 g Butter
- 30 g Zucker
- 35 g Rosinen
- 50 g Semmelbrösel
- 1/2 Granatapfel

1 Die Äpfel waschen und trocken reiben. Jeweils einen Deckel abschneiden und beiseitelegen. Die Äpfel mithilfe eines Teelöffels großzügig aushöhlen. Backofen auf 175 °C Umluft vorheizen.

2 Für die Füllung Speck, Feta und Nüsse grob hacken, in einer Schüssel vermengen und mit Salz, Pfeffer, Zimt und Anis würzen. Die Äpfel damit füllen, jeweils mit 1 Thymianstiel belegen und nebeneinander in eine Auflaufform setzen. Die Äpfel im vorgeheizten Ofen 35–40 Minuten backen. Nach 20 Minuten die Deckel auflegen und mitbacken.

3 Für das Topping Butter in einer Pfanne zerlassen. Zucker, Rosinen und Semmelbrösel dazugeben und unter ständigem Rühren darin goldbraun anbraten. Granatapfelerne auslösen und mit dem Topping über die Bratäpfel streuen. Die Bratäpfel servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten



Schweinekoteletts mit Apfelbutter

Cotolette di maiale con burro alle mele



FÜR 4 PERSONEN

- 4 Schweinekoteletts (à 250 g)
- 4 Stiele Thymian
- 4 Zweige Rosmarin
- 4 große Salbeiblätter
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Äpfel (z.B. Jakob Lebel, Borsdorfer Renette, Elstar)
- 2 EL Öl
- 50 g Butter
- 4 TL Apfelbutter (siehe Tipp)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

andrücken. Äpfel waschen, entkernen und achteln. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Koteletts darin 1–2 Minuten scharf anbraten. Kräuter und Knoblauch dazugeben. Die Koteletts wenden und weitere 1–2 Minuten braten, bis sie Farbe annehmen, dann aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

2 Die Temperatur auf mittlere Hitze reduzieren und die Butter in der Pfanne zerlassen. Äpfel dazugeben und 1–2 Minuten unter gelegentlichem Wenden anbraten. Die Koteletts von beiden Seiten mit Apfelbutter bestreichen. Etwas Platz in der Pfanne schaffen und die Koteletts dazugeben. Alles 2–3 Minuten weiterbraten, bis die Apfelbutter auf dem Fleisch leicht karamellisiert. Zwischendurch immer wieder etwas warme Butter mit einem Löffel über die Kotelettsträufeln. Alles mit Salz und Pfeffer würzen.

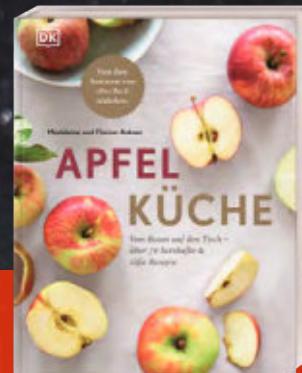
3 Koteletts aus der Pfanne nehmen und in Alufolie gewickelt 5 Minuten ruhen lassen. Der ideale Garpunkt (medium rare) liegt bei 57 °C, Koteletts dafür bei 54 °C aus der Pfanne nehmen. Koteletts und Äpfel servieren.

1 Die Schweinekoteletts trocken tupfen und salzen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln, nach Belieben mit Küchengarn zusammenbinden. Den Knoblauch schälen und

Apfelbutter

- FÜR CA. 5 GLÄSER À 200 ML
- 1,5 kg säuerliche Äpfel (z.B. Boskop) // 500 g süßliche Äpfel (z.B. Jonagold) // 150 g brauner Zucker
- 3 Zimtstangen // 1 TL Gewürznelken // 1 Vanilleschote

Die Äpfel schälen, entkernen und grob würfeln. Mit 500 ml Wasser in einem Topf aufkochen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis die Äpfel weich sind, dabei regelmäßig umrühren. Die Äpfel passieren oder pürieren und zurück in den Topf geben. Zucker, Zimtstangen und Nelken dazugeben. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden. Das Mark herauslösen und samt Schote zum Mus geben. Dieses zugedeckt 3–4 Stunden bei kleiner Hitze köcheln lassen, gelegentlich umrühren. Die Farbe des Muses wird mit der Zeit immer dunkler, der Zucker karamellisiert und das Mus wird dickflüssiger. Deckel abnehmen und alles weitere 50–60 Minuten köcheln lassen. Gewürze entfernen und die Apfelbutter heiß in vorgewärme sterilierte Gläser füllen.



REDAKTIONSTIPP

Diese und viele weitere tolle Rezepte für Gerichte mit unterschiedlichen Apfelsorten finden Sie in „Apfeküche. Vom Baum auf den Tisch – über 70 herzhafte & süße Rezepte“ von Madeleine und Florian Ankner. Erleben Sie Klassiker wie Tarte Tatin und neue Varianten, die aufzeigen, wie vielfältig das Kernobst zubereitet werden kann – ein wahr gewordener Apfeltraum! **Dorling Kindersley Verlag, 22 Euro**

Apfel-Sauerrahm-Eis mit Thymian und Amarettinibröseln

Gelato di mele e panna acida con timo e amarettini

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DAS EIS

- 50 g säuerlicher Apfel
- 200 g Sahne
- 300 g saure Sahne
- 75 g Zucker
- 1 Bio-Limette
- 2 Stiele Thymian
- 1 EL Calvados

AUSSERDEM

- 5-6 Amarettini-Kekse, zerbröckelt
- 1/2 Apfel, fein gewürfelt

1 Den Apfel waschen, entkernen und reiben. Sahne und saure Sahne in einer Schüssel mit Apfel und Zucker vermischen. Limette auspressen und den Saft zur Sahnemischung geben. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, ein paar zum Garnieren beiseitelegen.

2 Thymian und Calvados unter die Sahne mischung rühren. Die Eismasse in eine Eismaschine geben und nach Herstellerangaben gefrieren lassen. Das Eis vor dem Servieren mit Amarettinibröseln, Thymianblättchen und Apfelwürfeln bestreuen.

TIPP: Ohne Eismaschine die Masse in eine flache Form füllen, abdecken und in den Tiefkühlschrank stellen, bis die Masse am Rand einige Zentimeter gefroren ist. Je nach Größe des Behälters und der Leistung des Tiefkühlers kann das 60–90 Minuten dauern. Eis aus dem Gefrierschrank nehmen und mit einem Schneebesen kräftig durchrühren, gefrorenes Eis dabei vom Rand lösen. Wieder in den Tiefkühler stellen und den Vorgang in kürzeren Abständen zwei- bis dreimal wiederholen, bis das Eis die gewünschte Konsistenz hat.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten

Das 2-Jahresabo

Sichern Sie sich noch heute die *so isst Italien* mit den besten Rezepten Italiens im praktischen Dauerbezug. Erhalten Sie regelmäßig Tipps, Tricks und saisonale authentische Rezepte der Cucina Italiana

Bei Urlaub oder
Unpässlichkeiten
bequem pausieren

Stets die besten
saisonalen Rezepte

Versandkostenfreie
Lieferung

Keine Ausgabe
mehr verpassen

Mit kulinarischen
Tipps durch das
Kalenderjahr

Jede Ausgabe früher
als im Kiosk erhalten



Insgesamt
16 Ausgaben
37 % Rabatt
für das erste Jahr nur
24,95 €*

6 Ausgaben
zzgl. 2 Sonderheften
zum Vorzugspreis
statt 48,94 €
39,90 €



1-Jahresabo

mit Gratis-Prämie

Jetzt *so ist Italien* zum exklusiven Vorteilspreis sichern,
18 % sparen und Gratis-Prämie im Wert von
bis zu 79,95 € bekommen.*
Bestellnummer: SII190NE

ELO ACHAT BRATENTOPF MIT GLASDECKEL

Klassisch und praktisch mit edlem Look: Der Edelstahl-Topf (Ø 20 cm) von ELO mit stoßfestem Glasdeckel ist für alle Herdarten – auch für Induktion – geeignet. Zudem ist der wertige Bratentopf backofenfest bis 240 °C (mit Deckel bis 180 °C) und darüber hinaus auch spülmaschinengeeignet.

Wert: 44,90 €*, für Sie: GRATIS

Prämie: F1355



**Exklusive
Prämie**



Gratis

KOCHBUCH „DIE 100 BESTEN REZEpte AUS ITALIEN“

Erleben Sie die italienische Küche in ihrer schönsten Form: In vier umfassenden Kapiteln finden Sie in diesem liebevoll gestalteten Kochbuch geniale Rezepte für Pastakreationen, Pizza, Antipasti, Fleisch- und Fischgerichte sowie Dolci, mit denen Sie sich ein Stück Italien nach Hause holen.

Wert: 24,90 €*, für Sie: GRATIS

Prämie: F1372

* Prämienverfügbarkeit solange der Vorrat reicht. Weitere spannende Prämien finden Sie in unserem Shop.

VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN

www.soisstitalien.de/jahresabo oder www.soisstitalien.de/2jahre

auch per Telefon unter +49 (0)711 / 72 52 291



„SolsstItalien“ auch auf Ihrem Tablet oder Smartphone in der Kiosk-App „falkemedia“ lesen!



PASTAROLLEN

mit Erbsen-Lauchfüllung,
Fenchel und Safran-Parmesansoße

Rezept auf Seite 68



Von der Rolle

Sollten von diesem Nudelgericht Reste übrig bleiben, können Sie die ausgekühlten Nudelrollenscheiben am nächsten Tag in etwas Butter goldbraun und kross anbraten und einen gemischten Salat mit getrockneten Cranberrys dazuservieren.

Das große Nudelglück

GUT GEFÜLLT

Wer seine Gäste glücklich machen möchte, sollte ihnen **einen Teller selbst gemachter Caramelle, Fagottini & Co.** servieren. Warum? Sehen Sie selbst!

FOTOS & STYLING | KATHARINA KÜLLMER



Die machen jeden satt und selig Selbst gemachte Pastataschen



Pastarollen mit Erbsen-Lauchfüllung, Fenchel und Safran-Parmesansoße

Rotoli di pasta farciti di porri e piselli con finocchi e salsa di parmigiano e zafferano

FÜR 4 PERSONEN

- 300 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 100 g Hartweizengrieß
- 5 Eier zzgl. 1 Eigelb für die Soße
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 1 Knoblauchzehe
- 1 roter Peperoncino
- 1 Stange Lauch
- 300 g Erbsen
- 2 EL Semmelbrösel
- 150 g frisch geriebener Parmesan
- 3 Fenchelknollen
- 1 TL Honig
- 80 ml Gemüsebrühe
- 1 EL Butter
- 0,1 g Safranfäden
- 150 ml Weißwein
- 300 g Sahne
- 1/2 Bio-Zitrone (Saft)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Mehl, Hartweizengrieß, 4 Eier und 1 EL Öl kräftig zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, esslöffelweise etwas Wasser dazugeben, sollte er zu feucht sein, etwas mehr Mehl einarbeiten. Den Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen, damit er sich anschließend besser verarbeiten lässt.

2 Inzwischen für die Füllung Knoblauch schälen und fein hacken. Den Peperoncino waschen und fein hacken. Den Lauch putzen, gründlich waschen und in Ringe schneiden. Erbsen in kochendem Salzwasser 5–7 Minuten blanchieren, dann abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

3 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch, Peperoncino und Lauch darin ca. 5 Minuten dünsten. Dann vom Herd nehmen und kurz abkühlen lassen. Erbsen grob zerstampfen und mit Lauchmischung, übrigem Ei, Semmelbröseln, 50 g Parmesan, etwas Salz und Pfeffer verrühren.

4 Den Nudelteig halbieren und auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche mit dem Nudelholz zu rechteckigen, 2–3 mm dicken Nudelplatten ausrollen. Diese jeweils auf ein Küchenhandtuch legen und mit der Füllung bestreichen. Von der langen Seite her eng einrollen, die Enden leicht andrücken. Küchenhandtücher eng um die Teigrollen wickeln und die Enden der Rollen mit Küchengarn fest verschließen.

5 In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Die Pastarollen hineinlegen, sodass sie im Wasser liegen (ggf. mit einem Teller beschweren), und bei mittlerer Hitze 20–25 Minuten garen.

6 In der Zwischenzeit den Fenchel waschen und putzen. Grün abschneiden, trocken tupfen und hacken. Die Fenchelknollen so in Spalten schneiden, dass sie vom Strunk zusammengehalten werden. Übriges Öl in einer Pfanne mit Deckel erhitzen. Fenchel darin rundherum anbraten. Dann mit dem Honig beträufeln, mit der Gemüsebrühe ablöschen und zugedeckt 4–5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

7 Butter in einem Topf erhitzen, den Safran dazugeben. Alles mit Weißwein ablöschen und leicht einköcheln lassen. Sahne dazugießen, den übrigen Parmesan unterrühren und alles erhitzen, bis der Parmesan geschmolzen ist. Topf vom Herd nehmen und das Eigelb unter die Soße rühren, diese dann mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

8 Die gegarten Pastarollen aus dem Wasser heben und kurz ruhen lassen, dann aus den Küchenhandtüchern wickeln und mit einem scharfen Messer in 2–3 cm dicke Scheiben schneiden. Die Pastarollenscheiben mit dem Fenchelgemüse sowie der Safran-Parmesansoße anrichten und mit Fenchelgrün garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden

Bohnen-Ravioli mit Kalbsschnitzel und Kirschtomaten

Ravioli ai fagioli con fettina di vitello e pomodorini

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 4 Eier
- 8 EL natives Olivenöl extra
- 500 g Cannellinibohnen (Dose)
- 4 Zweige Rosmarin
- 50 g Pancetta in dünnen Scheiben
- 75 ml Gemüsebrühe
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 400 g Kirschtomaten an der Rispe
- 3 Knoblauchzehen
- 1 TL Puderzucker
- etwas großes Meersalz
- 4 Kalbsschnitzel (à ca. 120 g)
- 1 EL Butter
- 80 g frisch gehobelter Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Mehl, Eier und 1 EL Öl kräftig zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, esslöffelweise etwas Wasser dazugeben, sollte er zu feucht sein, etwas mehr Mehl einarbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2 Inzwischen für die Füllung die Bohnen in ein Sieb abgießen, abspülen und gut ab-



BOHNEN-RAVIOLI mit Kalbsschnitzel und Kirschtomaten

tropfen lassen. Den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Die Nadeln abzupfen und fein hacken. Den Pancetta fein würfeln.

3 1 EL Öl in einem Topf erhitzen und den Pancetta darin auslassen. Bohnen, Rosmarin und Gemüsebrühe dazugeben. Alles aufkochen und 10–15 Minuten offen köcheln lassen, bis die Bohnen zerfallen und die Flüssigkeit verkocht ist. Die Mischung vom Herd nehmen, mit etwas Muskat, Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen.

4 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kirschtomaten an der Rispe vorsichtig waschen und trocken tupfen. Knoblauch ungeschält andrücken. Tomaten und Knoblauch auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben, mit 4 EL Öl beträufeln, mit Puderzucker bestäuben und mit dem groben Meersalz würzen. Im vorgeheizten Ofen 10–15 Minuten garen.

5 Den Pastateig portionsweise auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen oder mit der Nudelmaschine zu 1 mm dicken Teigbahnen verarbeiten. Mit einer runden Ausstechform oder einem Glas (Ø ca. 6 cm) Teigkreise daraus ausstechen. Je 1 TL Füllung in die Mitte geben, die Hälfte des Teigkreises umklappen und die Ränder mithilfe einer Gabel zusammendrücken, sodass die Füllung umschlossen ist.

6 Die Ravioli in kochendem Salzwasser in 2–3 Minuten gar ziehen lassen, dann mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen.

7 Übrigens Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Kalbsschnitzel trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen, dann von jeder Seite ca. 2 Minuten im Öl scharf anbraten. Das Fleisch herausnehmen und kurz in Alufolie gewickelt ruhen lassen. Butter in die Pfanne mit dem Bratsatz geben und die Ravioli darin kurz schwenken. Ravioli, gebackene Kirschtomaten und Schnitzel auf Tellern anrichten und das Gericht mit Parmesanspänen garniert sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Blumenpasta

Anstelle einer runden Ausstechform können Sie wie wir einen Ausstecher in Blumenform verwenden, so entsteht besonders hübsche Pasta.

Für ein vegetarisches Gericht den Pancetta weglassen und das Kalbs- durch ein Sellerieschnitzel ersetzen.



Fagottini mit Mangold-Lachs-Füllung

Fagottini con ripieno di bietola e salmone

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 1 Schalotte
- 300 g Mangold
- 150 g Lachsfilet (ohne Haut)
- 100 g Ricotta
- 1 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 100 g Butter
- 3 EL Semmelbrösel
- 3 Stiele Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Mehl mit 200 ml Wasser und 1 EL Öl in ca. 10 Minuten zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, esslöffelweise mehr Wasser dazugeben. Ist er zu feucht, etwas mehr Mehl einarbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Inzwischen Schalotte schälen und fein würfeln. Mangold putzen, waschen und trocken schleudern. Die Blätter von den Stielen trennen und beides in feine Streifen schneiden. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotte und Mangoldstiele darin andünsten. Blätter dazugeben und kurz zusammenfallen lassen. Mischung vom Herd nehmen und auskühlen lassen. Den Lachs fein schneiden und in einer Schüssel mit Ricotta, 1 EL Zitronensaft und ausgekühlter Mangoldmischung verrühren. Die Masse mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

Den Pastateig portionsweise auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 2–3 cm dick ausrollen. Alternativ mit der Nudelmaschine zu dünnen Teigbahnen verarbeiten. Kreise (Ø ca. 8 cm) daraus ausstechen und jeweils 1 TL Füllung in die Mitte geben. Die Seiten nach oben klappen und in Falten zusammendrücken, so dass kleine Säckchen entstehen. 2 EL Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen, Brösel darin rundherum goldbraun rösten, salzen und abkühlen lassen. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Knoblauchzehe ungeschält andrücken. Übrige Butter in einer großen Pfanne erhitzen, Knoblauch, Thymian und Zitronenschale dazugeben, bei kleiner Hitze 5 Minuten ziehen lassen. Fagottini in kochendem Salzwasser in ca. 4 Minuten al dente garen. Abtropfen lassen und in der Butter schwenken, mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Mit den Bröseln servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten



Caramelle mit Rindfleischfüllung

Caramelle con ripieno di manzo

FÜR 4 PERSONEN

- 200 g Hartweizengrieß
- 200 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 5 Eier
- 9 EL natives Olivenöl extra

- 1 kleine Zwiebel
- 3 Stiele Majoran
- 100 g Pancetta in dünnen Scheiben
- 250 g Rinderhack
- 80 g frisch geriebener Pecorino
- 50 g Pinienkerne
- 1 Knoblauchzehe
- 1/2 Bund Petersilie
- 100 g grüne Oliven, entsteint
- 100 g getrocknete Tomaten in Öl (Glas)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Hartweizengrieß und Mehl in einer Schüssel mit 4 Eiern und 1 EL Öl zu einem glatten Teig verkneten. Je nach Konsistenz ggf. etwas mehr Wasser oder Mehl dazugeben. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und bei Zimmertemperatur 30 Minuten ruhen lassen. Inzwischen Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Majoran waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Den Pancetta in feine Würfel schneiden. 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und den Pancetta darin auslassen. Das Hackfleisch dazugeben und krümelig braten. Zwiebel dazugeben, mitbraten und alles kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Die Mischung vom Herd nehmen und auskühlen lassen.

2 Majoran, übriges Ei und die Hälfte des Pecorino zur Hackmischung geben und alles zu einer homogenen Masse verkneten. Den Pastateig portionsweise zu 2 mm dicken Teigbahnen ausrollen und daraus mit einem Pastarad ca. 7 x 7 cm große Quadrate ausschneiden. 1 TL Füllung länglich in die Mitte geben, dann den unteren Rand über die Füllung legen und alles eng aufrollen. An den seitlichen Enden den Teig leicht verdreht zusammendrücken, sodass Bonbons entstehen.

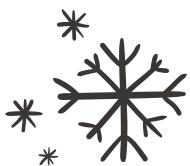
3 Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten. Herausnehmen, abkühlen lassen, dann grob hacken. Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Oliven und getrocknete Tomaten gut abtropfen lassen, beides hacken. Pinienkerne, Knoblauch, Petersilie, Oliven, Tomaten und übriges Olivenöl verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Caramelle in reichlich kochendem Salzwasser in 4–5 Minuten al dente garen. Mit einer Schaumkelle herausheben, kurz abtropfen lassen und mit dem Pesto vermengen. Die Pasta mit dem übrigen Pecorino bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden



DER PERFEKTE TEIG

Nudelteig für gefüllte Pasta sollte einerseits elastisch sein, damit er beim Füllen und Verschließen nicht reißt. Aber andererseits darf er auch nicht zu weich sein, sonst verliert die Pasta beim Kochen ihre Form. Eierteig hat eine gelbliche Färbung und ist geschmacksintensiver. Teig ohne Ei hingegen ist vegan, bissfester nach dem Kochen und deutlich blasser. Beide Teige sollten gut geknetet werden, damit sie sich leicht verarbeiten lassen.

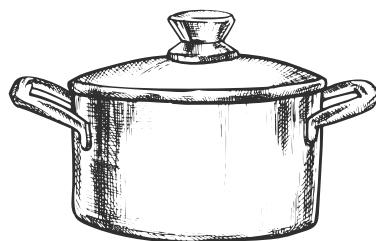


EINFRIEREN

Selbst gemachte gefüllte Pasta kann in rohem Zustand sehr gut eingefroren werden, so kann man schnell eine tolle Mahlzeit zubereiten. Die Pasta zunächst mit Abstand zueinander auf einem Blech einfrieren. Sobald sie gefroren ist, in einen Gefrierbeutel geben. So verhindern Sie, dass die einzelnen Nudeln beim Gefrieren zusammenhaften. Die gefrorene Pasta vor dem Kochen nicht auftauen, denn dann wird der Teig klebrig. Am besten gibt man die gefrorene Pasta direkt in reichlich sprudelnd kochendes Wasser, bis sie aufsteigt.

Gefüllte Pasta RATGEBER

Wir geben Ihnen Tipps und verraten Tricks zur Zubereitung,
damit Sie fortan Ravioli & Co. selbst zubereiten können



GEFÜLLTE PASTA KOCHEN

Frischer Nudelteig benötigt nur wenige Minuten Garzeit. Man kann sich ganz gut daran orientieren, dass die gefüllte Pasta an die Oberfläche steigt, wenn sie gar ist. Verwenden Sie immer einen sehr großen Topf mit viel großzügig gesalzenem Wasser. So können die gefüllten Nudeln sich gut verteilen und es besteht keine Gefahr, dass sie aneinanderkleben bleiben. Zwischendurch umrühren, damit alles gleichmäßig gart.



DIE RICHTIGE FÜLLUNG

Bei den Füllungen kann man seiner Fantasie freien Lauf lassen, wenn man einige Dinge beachtet. Zum einen darf die Masse nicht zu viel Flüssigkeit enthalten, weil sie sonst nicht zusammenhält. Eine zu trockene Füllung ist ebenfalls nicht schmackhaft, weil sie sich mit dem Teig nicht zu einem Ganzen verbindet. Am besten eignen sich cremige Massen auf Frischkäsebasis oder fein abgeschmecktes püriertes gegartes Gemüse.



GUTE ACCESSOIRES

Wer in die Nudelproduktion einsteigen möchte, braucht das richtige Handwerkzeug, um den Teig ausrollen, zuschneiden und in Form bringen zu können. Beim Onlinehändler Torquato finden Sie dieses praktische Ravioli-/Tortellini-Set, das alles beinhaltet, was Sie benötigen: ein Nudelholz, eine Ravioliform für 12 Ravioli, 4 Raviolistempel für quadratische oder runde Ravioli in unterschiedlichen Größen, ein gezacktes Teigrädchen und einen Tortellinischneider zur Vorbereitung von 6 cm breiten Teigbahnen. Das 8-teilige Set ist für ca. 48 Euro erhältlich. Weitere Infos und Bestellung unter www.torquato.de

PRONTO, BITTE!

Eine Mahlzeit in Minuten

Huch, schon fertig? Diese raffinierten Gerichte stehen blitzschnell auf dem Tisch und verwöhnen uns im Nu mit mediterraner Gaumenfreude

FOTOS & STYLING | FRAUKE ANTHOLZ

35
Minuten

SELLERIECREMESUPPE mit Parmaschinken-Röllchen

*Vellutata di sedano rapa con
involtini di prosciutto di Parma*

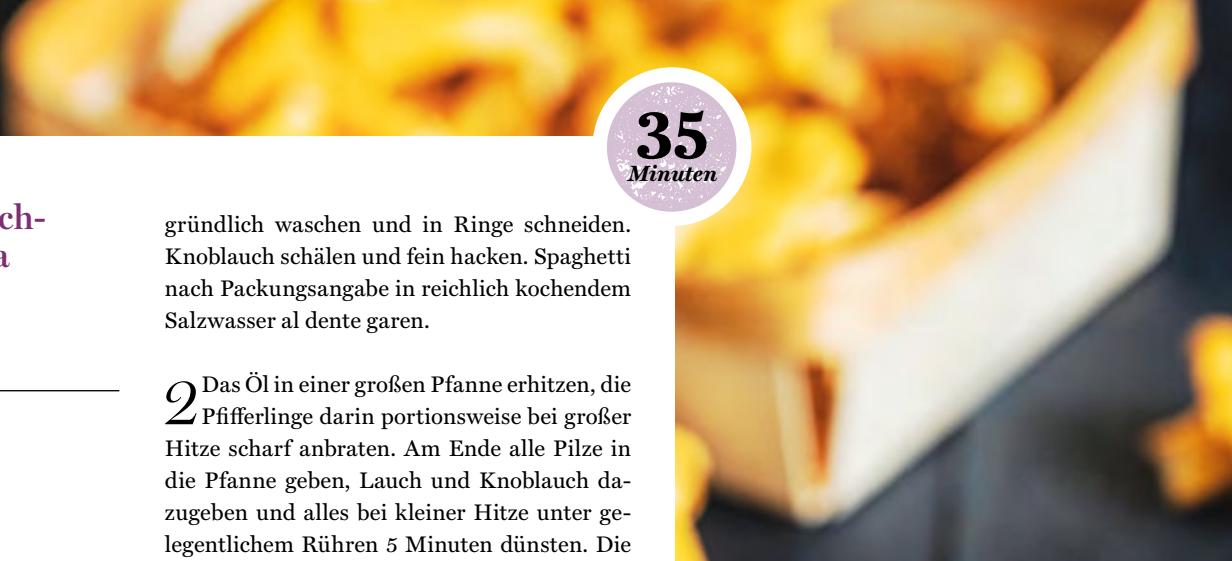
FÜR 4 PERSONEN

- 100 g Schafskäse in 8 Stücke
- 10 Stiele Thymian
- 8 Parmaschinken-Scheiben
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 1 Zwiebel, geschält, fein gewürfelt
- 800 g Knollensellerie, geschält, gewürfelt
- 300 g mehligkochende Kartoffeln, geschält, gewürfelt
- 1 l heiße Gemüsebrühe
- 1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
- 100 g Crème fraîche
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Je 1 Stück Käse und 1 Thymianstiel in 1 Schinkenscheibe wickeln. Die Röllchen auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und im vorgeheizten Ofen in 15 Minuten knusprig backen. Inzwischen das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel, Sellerie und Kartoffeln darin andünsten. Heiße Brühe, Salz und Pfeffer dazugeben. Die Suppe zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln lassen, bis das Gemüse gar ist.

2 Die Suppe pürieren und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Crème fraîche, Zitronenschale und übrigem Thymian anrichten, mit Schinkenröllchen servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



35
Minuten

SPAGHETTI mit Lauch-Pfifferlings-Carbonara

*Spaghetti alla carbonara
con porri e finferli*

FÜR 4 PERSONEN

500 g Pfifferlinge
1 Stange Lauch
 1 Knoblauchzehe
400 g Spaghetti
 3 EL natives Olivenöl extra
5 Stiele Petersilie
 4 Eier
 50 g Sahne
100 g frisch geriebener Parmesan
1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)
etwas Salz und frisch gemahlener schwarz Pfeffer

1 Die Pfifferlinge putzen und ggf. in mundgerechte Stücke schneiden. Den Lauch putzen,

gründlich waschen und in Ringe schneiden. Knoblauch schälen und fein hacken. Spaghetti nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

2 Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen, die Pfifferlinge darin portionsweise bei großer Hitze scharf anbraten. Am Ende alle Pilze in die Pfanne geben, Lauch und Knoblauch dazugeben und alles bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren 5 Minuten dünsten. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken.

3 Eier mit Sahne, Parmesan und Zitronenschale in einer Schüssel verquirlen, salzen und pfeffern. Spaghetti abgießen und tropfnass zum Gemüse in die Pfanne geben. Alles gut vermengen. Die Pfanne vom Herd ziehen und die Eimischung dazugießen. Alles zügig und gründlich vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen und mit Petersilie bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten





30
Minuten

SAIBLINGSFILET mit Gnocchi, Romanesco und Meerrettichsoße

*Salmerino con gnocchi, cavolo
romanesco e salsa al cren*

FÜR 4 PERSONEN

- 30-40 g Meerrettich**
- 3 EL Butter**
- 3-4 EL Mehl**
- 400 ml Gemüsebrühe**
- 200 g Sahne**
- 1 Bio-Zitrone (abgeriebene
Schale und Saft)**
- 4 Saiblingsfilets (mit Haut,
à ca. 120 g)**
- 6 EL natives Olivenöl extra**
- 1 Romanesco**
- 500 g Gnocchi (Kühlregal)**
- etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer**

1 Meerrettich schälen und fein reiben. 2 EL Butter in einem Topf erhitzen, 2 EL Mehl darin anschwitzen. Mit der Gemüsebrühe und der Sahne unter ständigem Rühren ablöschen. Meerrettich, Zitronenschale, Salz und Pfeffer dazugeben und die Soße 3-4 Minuten unter Röhren bei kleiner Hitze köcheln lassen.

2 Saiblingsfilets mit Zitronensaft beträufeln und salzen. Den Fisch im übrigen Mehl wenden. 4 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen, den Fisch auf der Hautseite 2-3 Minuten bei großer Hitze darin anbraten. Wenden und 3-4 Minuten bei kleiner Hitze weitergaren.

3 Den Romanesco waschen, in Röschen teilen und 4-5 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Inzwischen übrige Butter und übriges Öl in einer Pfanne erhitzen, Gnocchi darin rundherum goldbraun braten. Gnocchi mit Romanesco und Saiblingsfilet anrichten und mit Meerrettichsoße beträufelt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

25
Minuten

ORANGEN-CARPACCIO mit gebratenen Hähnchenstreifen

*Carpaccio di arance con
bocconcini di pollo*

FÜR 4 PERSONEN

500 g Hähnchenbrustfilet
1 TL edelsüßes Paprikapulver
1 TL getrockneter Majoran
7 EL natives Olivenöl extra
6 Bio-Orangen
1 Schalotte
150 g Feldsalat
1/2 kleiner Radicchio
3 EL heller Balsamicoessig
1 TL flüssiger Honig
50 g frisch gehobelter Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Hähnchenbrustfilet in Streifen schneiden. Rundherum mit Salz, Paprikapulver und Majoran würzen. 3 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und das Fleisch darin rundherum goldbraun braten, dann aus der Pfanne nehmen und etwas abkühlen lassen.

2 Inzwischen die Orangen so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Die Frucht dann in dünne Scheiben schneiden. Schalotte schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Feldsalat verlesen, gut waschen und trocken schleudern. Den Radicchio putzen, in feine Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern.

3 Das übrige Olivenöl mit Balsamicoessig, Honig, Salz und Pfeffer verquirlen. Die Orangenscheiben auf 4 Tellern auslegen. Feldsalat, Radicchio, Schalotte und Dressing in einer Schüssel mischen und auf den Orangen verteilen. Hähnchenstreifen und Parmesanstücke darauf anrichten und alles servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



35
Minuten



SCHNELLE PIZZA mit Kartoffeln und Rosenkohl

Pizza veloce con patate e cavoletti di Bruxelles

FÜR 4 PERSONEN

350 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1/2 Pck. Backpulver
4 EL natives Olivenöl extra
3 Zweige Rosmarin
5 Stiele Thymian
3 Stiele Oregano
200 g Crème fraîche
2 rote Zwiebeln
400 g Pellkartoffeln
60 g geriebener Mozzarella
100 g Rosenkohl
80 g Rauchmandeln
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Mehl, Backpulver, 1/2 TL Salz, Öl und 200 ml Wasser in eine Schüssel geben und zu einem glatten Teig verkneten. Diesen abgedeckt kurz ruhen lassen.

2 Inzwischen Kräuter waschen und trocken tupfen. Blättchen bzw. Nadeln abzupfen, fein hacken und in einer Schüssel mit Crème fraîche verrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Kartoffeln pellen, in Scheiben schneiden.

3 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche auf die Größe eines Backblechs ausrollen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Mit der Kräutercreme bestreichen und mit geriebenem Mozzarella, Zwiebeln sowie Kartoffeln belegen. Im vorgeheizten Ofen in 15–18 Minuten goldbraun backen.

4 In der Zwischenzeit den Rosenkohl putzen, waschen, in die einzelnen Blättchen teilen und in kochendem Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren. Abschrecken und gut abtropfen lassen. Mandeln grob hacken. Die Pizza aus dem Ofen nehmen, mit Rosenkohlblättchen und Mandeln bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

25
Minuten

FEIGEN-AMARETTINI-TRIFLE mit Karamellsoße

Trifle con fichi, amarettini e salsa al caramello

FÜR 4 PERSONEN

150 g Zucker
1 EL Butter
100 g Sahne
1 Prise Salz
6 Feigen
1/2 Zweig Rosmarin
2 EL flüssiger Honig
150 g Amarettini
250 g Mascarpone
250 g Joghurt
1/2 Bio-Zitrone (Saft)

1 Für die Karamellsoße 100 g Zucker und 4 EL Wasser in einem Topf goldgelb karamellisieren lassen. Vorsichtig Butter, Sahne und Salz dazugeben und alles unter Rühren erhitzen, bis sich das Karamell vollständig gelöst hat. Vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

2 Feigen waschen und in Spalten schneiden. Rosmarin waschen und trocken tupfen. Die Nadeln abzupfen und fein hacken, dann mit dem Honig und den Feigen vermischen.

3 Amarettini zerbröckeln. Mascarpone mit übrigem Zucker, Joghurt und Zitronensaft in einer Schüssel verrühren. Feigenmix, Mascarponecreme und Amarettinibrösel abwechselnd in 4 Gläsern aufschichten. Das Dessert mit Karamellsoße beträufeln und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



4 Rezeptideen mit **DOSENTOMATEN**

In ihnen steckt **der volle Geschmack von sonnenverwöhnten und reif geernteten Früchten.** Sehen Sie, wie einfach Sie aus Dosentomaten Köstliches zubereiten!



HERZHAFTER KUCHEN
mit Kürbiskernen





Herzhafter Kuchen mit Kürbiskernen

Torta salata ai semi di zucca

FÜR 1 KUCHEN (25 CM LÄNGE)

- 100 g geschälte Tomaten (Dose)**
90 ml natives Olivenöl extra zzgl. 1 EL zum Anbraten
3 Eier
150 g Mehl
1 Pck. Trockenhefe
125 ml lauwarme Milch
100 g frisch geriebener Pecorino
2 EL Basilikumpesto (Glas)
25 g Kürbiskerne
5 getrocknete Tomaten in Öl (Glas), gehackt
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform (25 cm Länge) mit Backpapier auslegen. Die geschälten Tomaten abtropfen lassen und grob würfeln. 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Tomaten darin köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verkocht ist. Mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

2 Eier, Mehl, Hefe, Milch und das restliche Öl in einer Schüssel verrühren. Käse, Pesto, Kürbiskerne, getrocknete Tomaten sowie die gewürfelten Dosentomaten untermischen.

3 Den Teig in die vorbereitete Form geben und im vorgeheizten Ofen in 45 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Stäbchenprobe machen. Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und 10 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann mit dem Backpapier aus der Form heben und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten

Aromatisch

Noch intensiver nach Tomate schmeckt der herzhafte Kuchen, wenn Sie anstelle von Basilikumpesto ein würziges Pesto aus getrockneten Tomaten verwenden.

ZUGREIFEN!



Fixer Snack

Die Tomaten-Kanapees können Sie z. B. zum Aperitif servieren. Sie sind zudem gut geeignet für ein Partybüfett oder als Häppchen für einen gemütlichen Filmabend.

Kanapees

Tartine

FÜR 6 PERSONEN

- 2 Eier
- 130 g Sahne
- 60 g natives Olivenöl extra
- 40 g Mehl
- 70 g körniger Senf
- 70 g frisch geriebener Gruyère (alternativ Parmesan)
- 240 g Kirschtomaten (Dose)

Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eier mit Sahne und Öl in einer großen Schüssel verrühren. Mehl, Senf und Käse unterrühren. Die Tomaten abgießen, ggf. waschen und trocken tupfen, dann halbieren. Den Teig in Mini-Muffinformen geben, je 1/2 Tomate hineindrücken. Die Kanapees im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



Schichtauflauf mit Streuseln

Sformato a strati con crumble

FÜR 2 PERSONEN

2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
2 EL natives Olivenöl extra
480 g geschälte Tomaten (Dose)
12 Basilikumblättchen
1 Prise Zucker
150 g Frischkäse
1 EL Basilikumpesto (Glas)
70 g Mehl
70 g Butter
70 g frisch geriebener Parmesan
3 EL Semmelbrösel
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin anbraten.

2 Die Tomaten abgießen und würfeln. Basilikum waschen, trocken tupfen und fein hacken. Tomaten, Basilikum sowie Zucker zur Zwiebelmischung geben. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken und bei kleiner Hitze köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verkocht ist. Die Mischung vom Herd nehmen und abkühlen lassen.

3 Inzwischen Frischkäse und Pesto in einer Schüssel glatt rühren. Mit der Tomatensoße beginnend abwechselnd Soße und Frischkäsecreme in 2 kleine ofenfeste Gläser schichten.

4 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Für die Streusel Mehl, Butter, Parmesan und Semmelbrösel miteinander verkneten, bis eine krümelige Mischung entstanden ist. Die Streusel als letzte Schicht auf die Gläser verteilen. Den Schichtauflauf im vorgeheizten Ofen ca. 8 Minuten backen, bis die Streusel goldgelb sind. Den Auflauf warm oder kalt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten



REDAKTIONSTIPP

Diese und viele weitere tolle Rezepte für Gerichte, in denen Dosentomaten im Mittelpunkt stehen, finden Sie im Buch „1 Dose Tomaten. 33 Rezepte“ von Guillaume Marinette. Darin zeigt der Autor, wie man die aromatische Zutat geschickt einsetzt, um immer neue Gerichte daraus zuzubereiten. Die Vielfalt ist beeindruckend! Mit wunderbaren Foodphotos von David Japy. **Bassermann Verlag, 7,99 Euro**

Mit Crunch

Dieser Auflauf überzeugt durch seine unterschiedlichen Texturen und Aromen: saftige Tomaten, würzige Frischkäsecreme und krosses, pikante Streusel - lecker!





Vielfältig

Die Frischkäserolle können Sie pur als Vorspeise genießen. Wenn Sie die Scheiben auf ein Salatbett aus Radicchio und Feldsalat legen, wird ein Hauptgericht daraus.

Frischkäserolle

Rotolo al formaggio fresco

FÜR 6 PERSONEN

100 g geschälte Tomaten (Dose)

3 Eier

60 g Butter

25 g Speisestärke

150 g Mehl

1 TL Backpulver

1 TL Paprikapulver

2 EL Tomatenmark

1/2 Bund Schnittlauch in Röllchen

250 g Kräuterfrischkäse mit Knoblauch

Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Die Tomaten abgießen und in kleine Stücke schneiden. Die Eier trennen. Eigelb in einer Schüssel mit 1 EL heißem Wasser aufschlagen, bis die Mischung hell und dickcremig ist.

2 Die Butter langsam schmelzen. Stärke, Mehl, Back- und Paprika-pulver vermischen und mit Tomatenmark und der geschmolzenen Butter zur Eigelbcreme geben. Alles zu einem Teig verrühren. Eiweiß steif schlagen und vorsichtig unter den Teig heben. Den Teig auf das vorbereitete Backblech geben und verstreichen, dann mit den Tomatenstücken belegen und im vorgeheizten Ofen 8 Minuten backen. Kuchen aus dem Ofen nehmen, mit einem feuchten Küchenhandtuch abdecken, einrollen und auskühlen lassen.

3 1 EL Schnittlauch beiseitelegen, den Rest mit dem Frischkäse in einer Schüssel verrühren. Die ausgekühlte Biskuitrolle vorsichtig entrollen, gleichmäßig mit der Frischkäsecreme bestreichen und wieder fest einrollen. Die Frischkäserolle ca. 2 Stunden kalt stellen. Anschließend in ca. 2 cm breite Scheiben schneiden, mit den übrigen Schnittlauchröllchen garnieren und servieren.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten zzgl. 2 Stunden Kühlzeit**

Testen Sie LandGenuss

Das Magazin mit saisonalen Rezepten für jede Gelegenheit



Gleich bestellen:

0711 / 72 52-291

@ www.landgenuss-magazin.de/probeabo

Bestellnummer: LG12ONM



CULTURA

Wundervoller Lichterglanz

Die dunkle, kalte Jahreszeit bietet noch mehr als Gemütlichkeit und Punsch, nämlich wunderschöne Lichter in den Straßen Italiens. Beispielsweise in Salerno in der Region Kampanien: Das Fest „Luci D'Artista“ ist eine Veranstaltung rund um Weihnachten, während der die Stadt in den buntesten Lichtern erstrahlt. Dazu gibt es traditionelle und moderne Köstlichkeiten und wärmenden Glühwein. Auch dieses Jahr findet das Lichterfest in Salerno statt, wenn auch in reduzierter Form. Doch sobald es möglich ist, wird Salerno in den kommenden Jahren wieder voller Glanz und Lichter sein. Weitere Infos unter www.lucidartista.it

LA DOLCE VITA

Spannende Geschichten, kulinarische Neuheiten und interessante Hotelempfehlungen **für die italienischen Momente** in Ihrem Leben



Italiano - Deutsch

<i>il gusto</i>	<i>der Geschmack</i>
<i>leggere</i>	<i>lesen</i>
<i>la vacanza</i>	<i>der Urlaub</i>
<i>freddo</i>	<i>kalt</i>
<i>innevato</i>	<i>eingeschneit</i>
<i>luccicante</i>	<i>glänzend</i>
<i>cantare</i>	<i>singen</i>
<i>profumare</i>	<i>duften</i>
<i>i regali</i>	<i>die Geschenke</i>
<i>scartare i regali</i>	<i>Geschenke auspacken</i>
<i>l'arrosto natalizio</i> ... <i>der Weihnachtsbraten</i>	
<i>i fuochi d'artificio</i>	<i>das Feuerwerk</i>

Winterparadies in den Südtiroler Dolomiten

Inmitten einer atemberaubenden Berglandschaft steht ein Urlaubsdomizil der besonderen Art: der „Cyprianerhof“ nahe der Seiser Alm. Das 5-Sterne-Hotel im beschaulichen Örtchen Tiers bietet unzählige Wanderrouten und ist mit dem angrenzenden Skigebiet Carezza-Karersee ideal für abenteuerlustige Urlauber. Aber auch Gäste, die sich nach Erholung und Entspannung sehnen, kommen im „Cyprianerhof“ voll auf ihre Kosten. Im großzügigen Spa-Bereich wartet eine einzigartige Vielfalt an Bergwellness: Neben Pools und Saunen gibt es ein großes Angebot an wohltuenden Wellnessanwendungen, die Sie wieder in Einklang mit Ihrem Körper bringen. Auch das Hotel und die Umgebung stehen hier in einer besonderen Symbiose. Die Naturverbundenheit des „Cyprianerhofs“ zeigt sich vor allem durch die ökologische Bauweise und die naturbewusste, gesunde Küche. Somit passt das Hotel auf einer Höhe von 1.200 Metern perfekt in die traumhafte Kulisse aus schneebedeckten Almwiesen, ruhigen Winterwäldern und außergewöhnlichen Felsformationen. Weitere Informationen zum Hotel finden Sie unter www.cyprianerhof.com

♥ GUSTO



Praktisch & niedlich

Dieser kleine Kerl ist der perfekte Küchenhelfer, wenn es ums Käsereiben geht. „Kasimir“ reibt Parmesan, Gouda & Co. perfekt in feine Streifen. Die kleinen Füßchen sorgen dafür, dass man immer genau sieht, wie viel schon fertig ist. In drei verschiedenen Farben, spülmaschinengeeignet, ca. 10 Euro, www.koziol-shop.de



Nüsse in Bestform

Gesund, 100 % bio, vegan und dazu wirklich lecker: Die Snackbällchen für den kleinen Heißhunger verstecken Cashewnusskerne in ihrem Innern und sind ummantelt von einer soften Kakao-Cashew-Hülle. 6 Stück für ca. 7 Euro, www.oatsome.de

Mit den hübschen **Glaskugeln „Katie“** in nostalgischem Antikrosa schmücken Sie Ihren Weihnachtsbaum. 4er-Set für ca. 34 Euro, über www.loberon.de. Der **Tischläufer „Donna di Coppe“** von Busatti setzt Ihre Festtafel grandios in Szene. Ca. 78 Euro, über www.torquato.de



Für edle Weihnachtsstimmung

Mit diesen stilvollen Accessoires und Dekoelementen verwandeln Sie pünktlich zu den Weihnachtstagen jeden Tisch in eine festliche Tafel

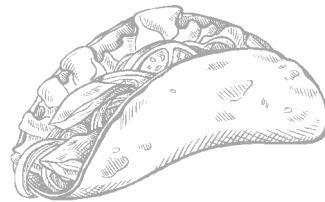


Der Aluminium-**Adventskranzständer „Gaetana“** (ca. 56 cm hoch) bietet Platz für vier Stumpenkerzen. Handgefertigt, ca. 58 Euro, über www.loberon.de

Die **Windlichter „Teréla“** hülen Ihr Zuhause durch das zarte handgeschliffene Muster in ein gemütliches Licht - ideal für Winterabende. 2er-Set (16 und 20 cm hoch) für ca. 38 Euro, über www.loberon.de



♥ GUSTO



Fast Food all'italiana

Wenn es schnell gehen muss, kommen die runden Teigfladen namens Piadina aus der Region Emilia-Romagna wie gerufen! In der Piadineria „Casina del Bosco“ (www.casinadelbosco.it/en)

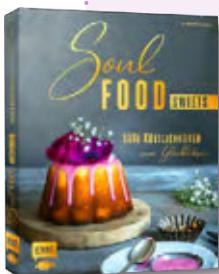
in Rimini tischen Barbara und Aris (links) das Fast Food immer noch nach altem Rezept auf: Mehl, Wasser, Salz und Schweineschmalz - mehr braucht es nicht für den Teig. Dazu kommen Belagzutaten nach Wahl, z.B. Parmaschinken, Käse und Rucola. Ebenfalls einen Besuch wert ist die Piadineria

„Dalla Lella“ (www.dallalella.it), die in drei Filialen grandioses Street Food verkauft. Mehr Infos unter www.emiliaromagnaturismo.it



Fotos: © Casina del Bosco (1); © Dalla Lella (1); © APT Servizi Regione Emilia Romagna (1); PR (4) | Illustration: Getty Images/Stock/Getty/Images Plus/Vectordads (1)

♥ LEGGERE



Naschen ohne Reue

Genussprofi, Foodfotografin und Autorin Katharina Küller serviert in ihrem Buch „Soulfood Sweets. Zuckerfreie Köstlichkeiten“ auf über 200 Seiten wunderbarste Leckereien, die jeden Süßschnabel begeistern - aber auf die gesunde Art! Stöbern Sie durch zahlreiche Rezeptideen für Frühstück, Kuchen, Gebäck bis hin zu feinen Desserts. Wie wäre es beispielsweise mit einem Bratapfel-Tiramisu mit Mascarpone? **EMF Verlag, 30 Euro**



Kein Hexenwerk

Machen Sie sich bloß keinen Stress! In seinem Buch „Simplissime. Das einfachste Kochbuch der Welt. Festtagsküche. Richtig gut kochen mit maximal 6 Zutaten“ verrät Jean-François Mallet, wie Sie aus wenigen Zutaten und in maximal 20 Minuten ein wunderbar duftendes Festmahl auf den Tisch zaubern. **EMF Verlag, 14,99 Euro**

Man lernt nie aus

Warum wird das Eiklar beim Kochen weiß? Arthur Le Caisne gibt in seinem Küchenratgeber die Antwort darauf und auf viele weitere Fragen. Lesen Sie in „Küchenwissen. Verblüffende Antworten auf mehr als 700 Fragen“ allerhand Skurriles und Wissenswertes aus dem Küchenalltag. Dazu gibt es spannende Tipps und Tricks, die Ihnen helfen, Ihre Kochergebnisse ganz nebenbei zu optimieren. **Dorling Kindersley Verlag, 19,95 Euro**



Zauberhafte Welten

Jetzt wird's kreativ! Susanne Wicke entführt Sie mit ihrem Buch „Meine wunderbare Weihnachtswerkstatt. Dekorieren, Backen, Schenken & Verpacken für ein wundervolles Fest“ in eine zauberhafte Winter-Weihnachtswelt. Auf über 100 Seiten finden Sie liebevoll gestaltete Ideen zum Selberbasteln und Verschenken. So holen Sie sich die Weihnachtswichtel nach Hause! **TOPP frechverlag, 16,99 Euro**



Für alle Literaturfans

Unabhängige Rezensionen, Einblicke in Bücherwelten
& Interviews, die Haltung zeigen



Entspannt kennenlernen:

buecher-magazin.de/probeabo

3 Ausgaben für nur 14,90 Euro!

Wildvariationen Feiner Genuss

Wir zeigen, wie Sie das aromatische Fleisch von **Reh, Hirsch und Wildschwein italienisch angehaucht** zubereiten. Vorhang auf für vier köstliche Kreationen

FOTOS & STYLING | IRA LEONI



WILDSCHWEINRÜCKEN

mit Walnusskruste, Linguine
und Rosenkohl-Carbonara

Rezept auf Seite 91

Kurz gebraten

Für dieses Gericht, das sich an den italienischen Kalbfleischklassiker Saltimbocca anlehnt, haben wir Hirschrückenfilet verwendet. Das Fleisch nur kurz braten, so bleibt es noch leicht rosa und wird herrlich zart!



HIRSCH-SALTIMBOCCA mit Kartoffeltaler und Spitzkohlsalat

Rezept auf Seite 92

Mit würzigem Topping Pasta & Rehragout


REHRAGOUT
mit Wurzelgemüse, Mafaldine
und Granatapfel-Gremolata

Saftig gegart

Rehfleisch ist von Natur aus sehr mager. Das Fleisch aus Keule oder Schulter eignet sich ideal zum Schmoren – so wie für dieses feine Ragout, für das die Fleischwürfel erst gebraten und dann langsam gegart werden.

Rehragout mit Wurzelgemüse, Mafaldine und Granatapfel-Gremolata

Spezzatino di capriolo con radici, mafaldine e gremolata alla melagrana

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1/2 Bund Thymian
- 400 g Karotten
- 300 g Pastinaken
- 200 g Knollensellerie
- 200 g Steckrübe
- 750 g Rehfleisch ohne Knochen
(Keule oder Schulter)
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL brauner Zucker
- 400 ml Rotwein
- 400 ml Wildfond
- 1/2 Granatapfel
- 1 Bund Petersilie
- 1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)
- 400 g Mafaldine

1 EL kalte Butter
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebeln und 2 Knoblauchzehen schälen, beides fein würfeln. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Karotten, Pastinaken, Sellerie und Steckrübe schälen, waschen und in Würfel schneiden.

2 Das Fleisch trocken tupfen, in ca. 3 cm große Würfel schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einem Bräter erhitzen und das Fleisch darin rundherum scharf anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Wurzelgemüse dazugeben und kurz mitbraten. Das Tomatenmark einröhren, kurz rösten, dann mit dem Zucker bestreuen. Den Zucker leicht karamellisieren lassen und alles mit Rotwein und Fond ablöschen. Aufkochen, Thymian dazugeben und alles zugedeckt 60–70 Minuten

schmoren lassen. In den letzten 20 Minuten offen garen und gelegentlich umrühren.

3 In der Zwischenzeit für die Gremolata die Granatapfelkerne vorsichtig zwischen den Trennwänden herauslösen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Die übrige Knoblauchzehe schälen und sehr fein hacken. Granatapfelkerne, Petersilie, Knoblauch und die Zitronenschale in einer kleinen Schüssel vermengen. Die Mafaldine nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Das Rehragout würzig abschmecken und mit der kalten Butter binden. Die Mafaldine in ein Sieb abgießen und mit dem Rehragout auf Tellern anrichten. Das Gericht mit der Granatapfel-Gremolata bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten

Wildschweinrücken mit Walnusskruste, Linguine und Rosenkohl-Carbonara

Sella di cinghiale in crosta di noci con linguine alla carbonara di cavoletti di Bruxelles



FÜR 4 PERSONEN

- 500 g Rosenkohl
- 500 g Wildschweinrückensfilet
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 Bund Oregano
- 1 Knoblauchzehe
- 80 g Walnusskerne
- 6 getrocknete Aprikosen
- 5 Eier
- 50 g Semmelbrösel
- 1 EL Senf
- 1 EL weiche Butter
- 120 g frisch geriebener Parmesan
- 400 g Linguine
- 125 g Pancetta, fein gewürfelt
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Rosenkohl putzen, in die einzelnen Blättchen teilen und in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren. Abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen.

2 Backofenrill auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Wildschweinfilet trocken tupfen, in 8 gleich große Medaillons schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Medaillons darin bei großer Hitze von jeder Seite 3–4 Minuten scharf anbraten. Herausnehmen und in einer flachen Auflaufform kurz ruhen lassen.

3 Oregano waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Knoblauch schälen und ebenfalls fein hacken. Die Hälfte der Walnusskerne fein mahlen, den Rest fein hacken. Getrocknete Aprikosen ebenfalls sehr fein schneiden.

4 Oregano, Knoblauch, gemahlene sowie gehackte Walnüsse, Aprikosen, 1 Ei, Semmelbrösel, Senf und Butter in einer Schüssel verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Je 1 EL der Buttermischung auf die gebrauteten Wildschweinmedaillons setzen, leicht

andrücken und das Fleisch im vorgeheizten Ofen 5–7 Minuten gratinieren.

5 Inzwischen die übrigen Eier mit 100 g Parmesan in einer Schüssel verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Linguine nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Pancetta in der Pfanne vom Wildschwein knusprig auslassen. Die blanchierten Rosenkohlblättchen dazugeben und kurz darin schwenken.

6 Linguine abgießen und tropfnass ebenfalls in die Pfanne geben. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Eimischung angießen. Alles zügig vermengen, sodass sich die Eimasse als cremige Soße um die Pasta legt. Die gratinierten Wildschweinmedaillons aus dem Ofen nehmen und mit der Pasta auf Tellern anrichten. Das Gericht mit dem übrigen Parmesan bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten



Hirschkeule mit Maronen-Kartoffelstampf, Holunder-Rotweinsoße und Mandelkarotten

Cosciotto di cervo con purè di patate e castagne, salsa al vino rosso e sambuco e carote alle mandorle

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Bund Suppengrün**
1 kg Hirschkeule (ohne Knochen)
6 EL natives Olivenöl extra
2 Lorbeerblätter
5 Wacholderbeeren
1 TL Pfefferkörner
800 ml Wildfond
600 g mehligkochende Kartoffeln
350 g Maronen (gegart, vakuumiert)
750 g Babykarotten mit Grün
2 Knoblauchzehen
1 roter Peperoncino
4 EL Butter
4 Gewürznelken
80 g Mandelblättchen
1 Zweig Rosmarin
3 Schalotten
150 g TK-Holunderbeeren (alternativ Schwarze Johannisbeeren)
1 EL Tomatenmark
2 EL Zucker
350 ml Rotwein
400 ml Milch

1 Prise Zimtpulver
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Ofen auf 150 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Suppengrün putzen, ggf. schälen und grob in Stücke schneiden. Hirschkeule mit Salz und Pfeffer würzen. 4 EL Öl in einem Bräter erhitzen, Keule darin scharf anbraten, dann herausnehmen. Suppengrün im Bräter anbraten. Lorbeer, Wacholder und Pfeffer dazugeben, kurz rösten, dann alles mit Fond ablöschen. Hirschkeule wieder in den Bräter geben und im vorgeheizten Ofen ca. 2,5 Stunden offen garen, zwischendurch mit dem Sud begießen. Ca. 45 Minuten vor Ende der Garzeit die Kartoffeln schälen, waschen und grob in Stücke schneiden. In kochendem Salzwasser je nach Größe 15–20 Minuten garen, in den letzten 8 Minuten die Maronen mitgaren. Karotten so schälen, dass noch etwas Grün stehen bleibt. Knoblauch schälen und hacken. Peperoncino waschen und hacken. 2 EL Butter in einem großen Topf erhitzen. Knoblauch, Peperoncino und Gewürznelken darin an-

dünsten. Karotten dazugeben, salzen, pfeffern und zugedeckt 15–20 Minuten dünsten. Die Mandeln in den letzten 5–7 Minuten dazugeben und leicht mitdünsten lassen.

2 Inzwischen Rosmarin waschen, trocken schütteln und grob zerpfücken. Schalotten schälen und in dünne Streifen schneiden. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen, Schalotten und gefrorene Holunderbeeren darin andünsten. Tomatenmark dazugeben, kurz anrösten, mit Zucker bestreuen und diesen leicht karamellisieren lassen. Alles mit Rotwein ablöschen, salzen und pfeffern, den Rosmarin dazugeben. Die Mischung aufkochen und unter gelegentlichem Rühren 10–12 Minuten einkochen lassen. Milch mit übriger Butter erwärmen. Kartoffel-Maronen-Mischung abgießen, zur warmen Milchmischung geben und alles stampfen. Mit Zimt, Salz und Pfeffer würzen. Den Braten aus dem Ofen nehmen, in Scheiben schneiden und mit Karotten, Maronen-Kartoffelstampf und Soße servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 3 Stunden

Hirsch-Saltimbocca mit Kartoffeltalern und Spitzkohlsalat

Saltimbocca di cervo con medagliioni di patate e insalata di cavolo cappuccio a puntai



FÜR 4 PERSONEN

- 2 säuerliche Äpfel**
1/2 Bio-Zitrone (Saft)
1 roter Peperoncino
500 g Spitzkohl
8 EL natives Olivenöl extra
2 EL Honig
1 TL Senf
2 EL heller Balsamicoessig
1 Zwiebel
500 g festkochende Kartoffeln
250 g Knollensellerie
1 EL Mehl

1 Ei
etwas frisch geriebene Muskatnuss
1-2 EL Butterschmalz
12 Salbeiblätter
500 g Hirschrückenfilet
12 dünne Parmaschinkenscheiben
4-6 EL Preiselbeeren (Glas)
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Äpfel waschen, vom Kerngehäuse befreien und in dünne Streifen schneiden. Mit dem Zitronensaft beträufeln. Peperoncino waschen und in Ringe schneiden. Spitzkohl putzen, halbieren und vom harten Strunk befreien, dann in sehr feine Streifen schneiden. 5 EL Öl mit Honig, Senf, Essig, Salz und Pfeffer verquirlen. Mit dem Spitzkohl vermengen und alles 2–3 Minuten kräftig durchkneten. Äpfel und Peperoncino untermengen und den Salat bis zum Servieren durchziehen lassen. Zwiebel, Kartoffeln und Sellerie schälen. Zwiebel fein würfeln. Kartoffeln und Sellerie waschen

und auf einer Küchenreibe grob raspeln. Gut ausdrücken, dann mit Zwiebel, Mehl, Ei, Muskat sowie etwas Salz und Pfeffer mischen. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen. Aus der Kartoffelmasse mithilfe von zwei Esslöffeln kleine Taler in der Pfanne formen und diese von beiden Seiten portionsweise goldbraun darin ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und warm stellen.

2 Salbeiblätter waschen und trocken tupfen. Fleisch in 12 gleich große Stücke schneiden und zwischen Frischhaltefolie plattieren. Fleischscheiben mit Salz und Pfeffer würzen und mit je 1 Salbeiblatt und 1 Scheibe Parmaschinken belegen, dann zusammenklappen und mit einem kleinen Holzspieß feststecken. Restliches Öl in einer Pfanne erhitzen, Saltimbocca darin von jeder Seite 2–3 Minuten scharf anbraten, dann mit Kartoffeltalern, Spitzkohlsalat und Preiselbeeren servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

Mit besonderen Beilagen Leckerer Braten



HIRSCHKEULE
*mit Maronen-Kartoffelstampf,
Holunder-Rotweinsoße
und Mandelkarotten*



Gut geschmort

Wie das Filet zählt auch die Hirschkeule zu den Edelstücken des Tiers. Bei diesem Teilstück bietet sich das etwas zeitaufwendigere Schmoren an. Doch das lohnt sich: So wird der Wildbraten extra zart!



Aromatisch

Knoblauch hat eine tolle Würze, die den Geschmack vieler Gerichte unterstützt. Aber auch als Hauptzutat ist die Knolle mit ihrer leichten Schärfe gern gesehen, wie im Pastaklassiker „aglio e olio“.



GESUND ALL'ITALIANA

Dieses Mal: Knoblauch

Wohlbefinden durch italienisches Essen - wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihrem Körper mit Zutaten der italienischen Küche etwas Gutes tun, und verraten die passenden Rezepte



Leicht scharf, aromatisch, würzig und nicht aus der italienischen Küche wegzudenken, das ist der Knoblauch! Ursprünglich stammt die Knoblauchpflanze aus Zentralasien und dem Iran, verbreitete sich aber schon vor langer Zeit in der ganzen Welt. Da die Pflanze sehr pflegeleicht und anpassungsfähig ist, wächst sie sowohl in heißen als auch in gemäßigten Regionen und wurde schon vor Tausenden von Jahren kultiviert. Doch Knoblauch ist nicht nur wegen seines außergewöhnlichen Aromas weltweit beliebt, sondern auch wegen seiner gesundheitsfördernden Wirkung. Knoblauch gilt schon lange als Heilpflanze, sowohl zur innerlichen als auch zur äußerlichen Anwendung. Als bewährtes Hausmittel wurde er beispielsweise als Paste auf entzündete Wunden aufgetragen. Darüber hinaus kann Knoblauch in Form von Extrakten und Kapseln eingenommen werden, um eine Verbesserung der Herz-Kreislauf-Gesundheit zu erzielen. Aber auch eine ausgewogene Ernährung, bei der die Knolle regelmäßig auf dem Speiseplan steht, trägt zur allgemeinen Gesundheit bei.



Was den Knoblauch so aromatisch macht und leider auch für den lang anhaltenden Geruch sorgt, ist die schwefelhaltige Substanz Allicin in den Zehen. Doch Knoblauch enthält noch viele weitere Inhaltsstoffe, die zudem gesundheitliche Vorteile bringen. So gilt roher Knoblauch als ein natürliches Antibiotikum, welches Bakterien zerstört, die krank machen könnten. Bei einer beginnenden Entzündung kann Knoblauch somit ebenfalls die Genesung unterstützen. Bei akuten Zahnfleischentzündungen hat sich der Knoblauchkonsum sehr bewährt. So unterstützt Knoblauch auch das Immunsystem bei Erkältungen und zwar schon vorsorglich, wenn man täglich Knoblauch zu sich nimmt. Hinzukommt die antioxidative Wirkung des Knoblauchs, die dafür sorgt, dass zellschädigende freie Radikale gebunden und somit unschädlich gemacht werden. Freie Radikale entstehen von Natur aus im Körper, denn sie sind

Zwischenprodukte des Stoffwechsels. Aber sie sind sehr aggressiv und greifen die Zellstruktur an. Sind aber genügend Antioxidantien in der Nahrung, dann werden die freien Radikale schnell gebunden und sind nicht mehr schädlich. Sekundäre Pflanzenstoffe wie Polyphenole sind in hohem Maße in den Zehen vorhanden, die zusammen mit den Sulfiden – also den schwefelhaltigen Verbindungen – den Cholesterinspiegel positiv beeinflussen und somit die Herz-Kreislauf-Gesundheit unterstützen. Hier spielen die Antioxidantien eine wichtige Rolle, denn sie halten Schäden von Herz- und Gefäßmuskulatur ab. Aber auch der Darm profitiert von einer regelmäßigen Knoblauchzufuhr, denn die antibakterielle Wirkung sorgt zusätzlich im Darm dafür, dass schädliche Bakterien zerstört werden und gleichzeitig die Verdauung angekurbelt wird, was ebenfalls sehr wichtig für die Darmgesundheit ist. Der Inhaltsstoff Adenosin ist wichtig für die Sauerstoffaufnahme in den Muskelzellen und hilft dabei, leistungsfähiger zu werden. Und eine bessere Durchblutung der Gefäße geht damit ebenfalls einher. Gleichzeitig sind die Vitamine B6 und C und die Spurenelemente Zink und Mangan wichtig für die Knochenbildung und die Stärkung des Bindegewebes.



In der italienischen Küche ist Knoblauch in vielen Gerichten ein fester Bestandteil. In manchen ist er sogar das Hauptelement wie in „aglio e olio“, was übersetzt „Knoblauch und Öl“ bedeutet. Pasta in „aglio e olio“ geschwenkt ist eine sehr begehrte und schnell und einfach gemachte Mahlzeit, die das komplette Knoblaucharoma aus der Knolle holt. Aber auch mit Ciabatta, in Suppen und Soßen oder eingelegt in Öl ist Knoblauch eine traditionelle Zutat, die mit ihrer Würze viele Gerichte unterstützt. Knoblauch kann sowohl roh als auch gegart oder geschnitten verzehrt werden, was ihn sehr vielseitig macht. Mit seinen gesundheitlichen Vorteilen und seinem herrlichen Aroma sollte die tolle Knolle möglichst mehrmals pro Woche auf dem Speiseplan stehen.

3 TOP-INFOS ÜBER KNOBLAUCH

ANTIBAKTERIELLE WIRKUNG

Knoblauch enthält antibakterielle Stoffe, die schädliche Bakterien zerstören und somit bei akuten Krankheiten helfen können. Selbst Entzündungen können mit Knoblauch gelindert werden. Regelmäßiger Knoblauchkonsum hilft auch, Erkältungen vorzu-beugen. Am besten rohen Knoblauch bei ersten Symptomen einsetzen.

ANTIOXIDANTEN

Die antioxidative Wirkung des Knoblauchs sorgt für Zellgesundheit im Herz-Kreislauf-System und auch im Verdauungstrakt. Die Inhaltsstoffe binden freie Radikale, die Zellen schädigen, und machen diese somit unschädlich. Knoblauch sollte täglich auf dem Speiseplan stehen, damit diese Wirkung immer eintritt.

SEKUNDÄRE PFLANZENSTOFFE

Die sekundären Pflanzenstoffe senken den Cholesterinspiegel, was ebenfalls die Herzgesundheit unterstützt und auch dem Kreislauf gut tut. Ein niedriger Blutfettwert verhindert Bluthochdruck und hält die Herzmuskelatur gesund. Gerade im Alter ist Knoblauchverzehr daher sehr ratsam.



Knoblauch und Spinat – eine gesunde Kombi



Spaghetti mit Knoblauch-Spinatpesto

Spaghetti al pesto di spinaci e aglio

FÜR 4 PERSONEN

- 100 g Babyspinat**
- 2 Knoblauchzehen**
- 80 ml natives Olivenöl extra**
- 1/2 Bio-Zitrone (Saft)**
- 400 g Spaghetti**
- 100 g Walnusskerne**
- 1 Beet großblättrige Kresse**
- 80 g frisch geriebener Parmesan**
(alternativ Pecorino oder Grana Padano)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Babyspinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Den Knoblauch schälen und grob hacken. Spinat mit Olivenöl, Knoblauch und Zitronensaft in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken und bis zur Verwendung bei Zimmertemperatur durchziehen lassen.

2 Die Spaghetti nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. In der Zwischenzeit die Walnüsse grob hacken und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten, dann herausnehmen und etwas abkühlen lassen. Die Kresse vom Beet schneiden.

3 Die Spaghetti abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Das Knoblauch-Spinatpesto bis zur gewünschten Konsistenz mit dem heißen Kochwasser verrühren, dann mit den tropfnassen Spaghetti vermengen.

4 Die Pasta auf Teller verteilen, mit dem frisch geriebenen Parmesan, den gerösteten Walnüssen und der Kresse garnieren und sofort servieren.

TIPP: Wer mag, streut für eine frische Note etwas Bio-Limettenenschale auf das Pesto.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten

Knoblauchmarinade

Marinata all'aglio

FÜR CA. 100 ML

- 2-3 Knoblauchzehen**
- 3 Stiele Thymian**
- 3 Stiele Oregano (alternativ 1 TL getrockneter Oregano)**
- 80 ml natives Olivenöl extra (gern eine kräftige Sorte)**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Thymian und Oregano waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und ebenfalls fein hacken.

2 Knoblauch, Thymian und Oregano in einer Schüssel mit dem Olivenöl kräftig verquirlen. Die Marinade mit 1 TL Salz sowie etwas Pfeffer würzen. Fleisch, Fisch oder Gemüse nach Wahl damit vermischen und im Kühlschrank mindestens 2 Stunden marinieren lassen. Die Knoblauchmarinade reicht aus für ca. 500 g Mariniergut.

TIPP: Wenn es mal schnell gehen muss: Al dente gegarte Pasta tropfnass mit etwas Knoblauchmarinade vermengen – fertig ist eine würzige Mahlzeit in unter 15 Minuten! Aus der Marinade können Sie übrigens im Handumdrehen auch ein Dressing herstellen. Dazu einfach 30 ml hellen Balsamicoessig (alternativ frisch gepressten Zitronensaft) sowie 2 TL Senf und 2-3 TL Honig zur fertigen Marinade geben. Alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Knoblauchdressing ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu kräftigen, leicht bitteren Blattsalaten wie beispielsweise Radicchio oder Chicorée servieren. Alternativ das Dressing in ein Schraubglas geben und gut verschlossen im Kühlschrank aufbewahren. Es bleibt ca. 1 Woche frisch. Kurz vor der Verwendung sollten Sie das Dressing Zimmertemperatur annehmen lassen, damit sich die Aromen von Knoblauch, Kräutern und Öl entfalten können.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 10 Minuten

Rundum gut

Vitamin A im Spinat, ungesättigte Fette in den Nüssen und Antioxidantien im Knoblauch treffen hier auf Pasta, aromatisches Olivenöl und würzige Kresse. Ein leckeres und sehr gesundes Gericht!



SPAGHETTI
mit Knoblauch-Spinatpesto

Gute Proteine

Frittata ist eine tolle Quelle für Proteine, die wichtig für den Stoffwechsel sind. In Verbindung mit den Inhaltsstoffen aus dem Knoblauch kann sich dieses Gericht wirklich sehen und schmecken lassen!

GEMÜSE-KARTOFFEL-FRITTATA *mit Knoblauchmayonnaise*



Gemüse-Kartoffel-Frittata mit Knoblauchmayonnaise

Frittata di verdure e patate con maionese all'aglio

FÜR 4 PERSONEN

500 g festkochende Kartoffeln

1 große Zwiebel

1 rote Spitzpaprikaschote

200 g Lauch

8 Eier

100 ml Milch

4 Stiele Petersilie, gehackt

40 g frisch geriebener Pecorino

1/2 TL edelsüßes Paprikapulver

**200 ml natives Olivenöl extra zzgl.
etwas mehr zum Braten**

120 g TK-Erbsen, aufgetaut

2 Knoblauchzehen

1 TL mittelscharfer Senf

1 EL Bio-Zitronensaft

**etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer**

1 Die Kartoffeln in kochendem Wasser je nach Größe in 25–30 Minuten garen. Inzwischen Zwiebel schälen und fein würfeln. Paprikaschote waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Den Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden.

2 Kartoffeln abgießen, abschrecken und kurz abkühlen lassen, dann pellen und

in Scheiben schneiden. 7 Eier, Milch, Petersilie, Pecorino, Paprikapulver, 1 TL Salz und Pfeffer gut verquirlen. Zwiebel, Paprika und Lauch ebenfalls unterrühren.

3 In einer beschichteten Pfanne etwas Öl erhitzen und die Kartoffeln darin runderum anbraten. Die Erbsen dazugeben und kurz mitdünsten. Die Eimasse dazugießen und bei kleiner Hitze stocken lassen, dabei ab und an die Pfanne schwenken, sodass die Frittata sich vom Boden lösen kann. Ist das Ei komplett gestockt, Frittata vorsichtig auf einen großen Teller gleiten lassen. Etwas Öl in die Pfanne geben und die Frittata von der anderen Seite weitere 10 Minuten anbraten.

4 Inzwischen Knoblauch schälen, mit Senf, Zitronensaft, 1/2 TL Salz, übrigem Ei und 200 ml Öl in ein hohes, schmales Gefäß geben. Den Stabmixer hineinstellen und anschalten. Zunächst die Zutaten am Boden pürieren, dann den Stabmixer langsam nach oben ziehen und alles mixen, bis eine cremige Mayonnaise entstanden ist. Diese mit Salz und Pfeffer abschmecken und zur warmen Gemüse-Kartoffel-Frittata servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten

Würziges Knoblauchbrot

Pane all'aglio

FÜR 1 BROT (25 CM LÄNGE)

2 EL Zucker

1/2 Pck. Trockenhefe

etwas Salz

**60 ml natives Olivenöl extra zzgl.
etwas mehr zum Fetten**

**380 g Mehl zzgl. etwas mehr zum
Verarbeiten**

4 Knoblauchzehen, fein gehackt

1/2 Bund Petersilie, gehackt

4 Stiele Thymian, gehackt

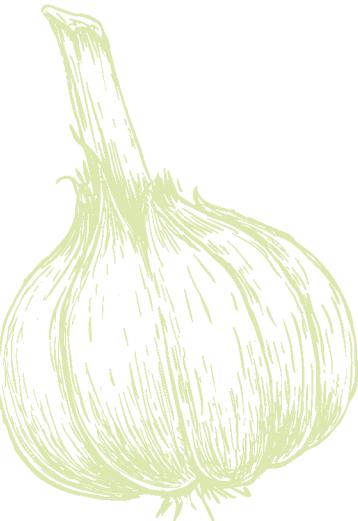
100 g frisch geriebener Parmesan

1/2 TL rosenscharfes Paprikapulver

1 Zucker, Hefe, 2 TL Salz, 1 EL Öl, Mehl und 250 ml Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Abgedeckt 40 Minuten ruhen lassen.

2 Knoblauch, Kräuter, Käse, restliches Öl, Salz und Paprikapulver mischen. Kastenform (25 cm Länge) mit Öl einfetten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und 5 mm dick rechteckig ausrollen. Knoblauchmix bis auf 2 EL darauf verteilen. Teig in Streifen schneiden, die etwas schmäler sind als die kurze Seite der Form. Die Streifen ziehharmonikaartig falten und voreinander aufrecht in die Kastenform stellen. Die Oberfläche mit dem restlichen Knoblauchmix bestreichen. Den Teig abgedeckt 20 Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Knoblauchbrot darin in 30–35 Minuten goldbraun backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 75 Minuten
zzgl. 60 Minuten Ruhezeit



Knoblauch stärkt das Immunsystem



Drinks & Fingerfood

Dream-Teams

Zum Jahresausklang stehen sie ganz hoch im Kurs:
kleine Häppchen und dazu passende Getränke. So wird
der Silvesterabend zum kulinarischen Knaller

FOTOS & STYLING | FRAUKE ANTHOLZ

HIMBEER-
BELLINI

KARTOFFEL-
FILOTEIGKÜCHLEIN
*mit Ziegenkäse, Feigen und
Zwiebelchutney*

Kartoffel-Filoteigküchlein mit Ziegenkäse, Feigen und Zwiebelchutney

Tortine di patate e pasta filo con caprino, fichi e chutney di cipolle

FÜR 12 STÜCK

- 5** rote Zwiebeln
- 2 EL** natives Olivenöl extra
- 100 g** brauner Zucker
- 150 ml** Balsamicoessig
- 1** Lorbeerblatt
- 100 g** weiche Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 3** Feigen
- 4** Zweige Rosmarin
- 4** Pellkartoffeln
- 250 g** Ziegenkäserolle
- 200 g** Crème fraîche
- 1** Ei
- 1 EL** Speisestärke
- 250 g** Filoteig (Kühlregal)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für das Chutney Zwiebeln schälen und in dünne Scheiben schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln darin unter Rühren 10 Minuten andünsten. Zucker dazugeben und karamellisieren lassen. Dann vorsichtig mit dem Balsamicoessig ablöschen, Lorbeerblatt dazugeben. Alles aufkochen und bei kleiner Hitze 20–25 Minuten einkochen lassen, dabei gelegentlich umrühren. Das Chutney mit Salz und Pfeffer abschmecken, vom Herd nehmen und vollständig auskühlen lassen.

2 Die Feigen waschen, trocken tupfen und in Spalten schneiden. Rosmarin waschen, trocken schütteln und grob zerpfücken. Die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Die Ziegenkäserolle ebenfalls in Scheiben schneiden. Crème fraîche, Ei und Speisestärke in einer Schüssel glatt rühren und mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen und die 12 Mulden eines Muffinblechs mit Butter fetten. Die Filoteigblätter einzeln in ca. 10 x 10 cm große Quadrate schneiden. Jeweils mit Butter bestreichen und immer 4 Quadrate versetzt aufeinanderlegen. Mit diesen Teigplatten die Förmchen auskleiden. Jeweils mit etwas Crème-fraîche-Mischung, Kartoffeln, Rosmarin, Feige und Ziegenkäse füllen.

4 Die Kücklein im vorgeheizten Ofen in 15–18 Minuten goldbraun und knusprig backen. Die Kücklein aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen. Anschließend vorsichtig aus den Förmchen lösen, auf ein Kuchengitter setzen und abkühlen lassen. Die Kartoffel-Filoteigküchlein lauwarm oder vollständig ausgekühlt mit dem würzigen Zwiebelchutney servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten



Kurz vor Mitternacht

Wer entspannt ins neue Jahr rutschen möchte, sollte so viel wie möglich im Vorfeld vorbereiten: Ein sicheres Plätzchen fürs Bestaunen des großen Silvesterfeuerwerks und ggf. der Weg dorthin können schon viele Tage im Voraus auskundschaftet werden. Getränke zum Anstoßen sollten Sie bereits tagsüber kalt stellen. Am besten legen Sie Ihre Jacken bereit, damit Sie schnell ins Freie kommen. So geraten Sie kurz vor Mitternacht ganz sicher nicht in Hektik und erleben den Countdown ganz entspannt mit Ihren Gästen.

Himbeer-Bellini

Bellini ai lamponi

FÜR 6 GLÄSER (À 200 ML)

- 400 g** Pfirsiche
- 200 g** TK-Himbeeren
- ca. 600 ml** Prosecco, gut gekühlt

Die Pfirsiche waschen und die Haut kreuzweise einschneiden. Die Früchte mit kochendem Wasser überbrühen. 5 Minuten ziehen lassen, dann abgießen, abschrecken und die Haut entfernen. Das Fruchtfleisch vom Kern schneiden und fein pürieren. Pfirsichpüree und Himbeeren in die 6 Gläser geben und mit dem Prosecco auffüllen. Das Getränk sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
15 Minuten



Polentaschnitten mit marierter Zucchini und Jakobsmuscheln

Quadrotti di polenta con zucchine marinate e capesante

FÜR 6 PERSONEN

- 3 Stiele Thymian**
1 Knoblauchzehe
600 ml Milch
375 g Polentagrieß
150 g frisch geriebener Parmesan
etwas frisch geriebene Muskatnuss
2 mittelgroße Zucchini
- 4 Stiele Dill**
4 EL heller Balsamicoessig
2 EL Ahornsirup
1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
9 EL natives Olivenöl extra
2-3 EL Butterschmalz
18 Jakobsmuscheln (küchenfertig)
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Den Knoblauch schälen und sehr fein hacken. Die Milch mit 400 ml Wasser, Thymian und Knoblauch in einem Topf aufkochen. Unter Rühren den Polentagrieß einrieseln und nach Packungsangabe quellen lassen. Parmesan einrühren. Masse mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech (ca. 34 x 28 cm) streichen. Abgedeckt in ca. 45 Minuten fest werden lassen.

2 Inzwischen Zucchini waschen, von den Enden befreien und mit einem Sparschäler der Länge nach in dünne Streifen hobeln. In ein Sieb geben, salzen und 15-20 Minuten ziehen lassen. Den Dill waschen und trocken schütteln, die feinen Spitzen abzupfen. Balsamicoessig, Ahornsirup, Zitronenschale und 5 EL Öl kräftig verquirlen. Dill unterrühren.

3 Zucchini gut ausdrücken und mit dem Dressing vermengen. Bis zum Servieren ziehen lassen. Erstarrte Polentamasse in ca. 18 gleich große Rauten schneiden. Butter-schmalz portionsweise in einer Pfanne erhitzen und die Polentaschnitten darin rundherum goldbraun braten. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

4 Jakobsmuscheln trocken tupfen. Übriges Öl in der Pfanne erhitzen, die Muscheln darin bei großer Hitze 1-2 Minuten von beiden Seiten scharf anbraten. Pfanne vom Herd nehmen und die Muscheln mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

5 Die gebratenen Polentaschnitten jeweils mit etwas Zucchinisalat sowie 1 Jakobsmuschel belegen. Alles mit einem kleinen Holzspieß feststecken. Die Häppchen heiß oder lauwarm servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten

Limoncello-Basilikum-Smash

Smash al limoncello e basilico

FÜR 6 GLÄSER (À 250 ML)

- 6 Stiele Basilikum**
1/4 Salatgurke
150 ml Limoncello
100 ml weißer Rum
einige Eiszwürfel
750 ml Zitronenlimonade, gut gekühlt

Basilikum waschen, trocken schütteln und grob zerflücken. Gurke waschen und in Scheiben schneiden. Beides auf die 6 Gläser verteilen. Limoncello und Rum vermischen, in die vorbereiteten Gläser geben. Ein paar Eiswürfel hinzufügen. Den Mix mit der Limonade auffüllen und die Getränke servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 10 Minuten



Getränkeauswahl

Auch wenn Sie zum festlichen Anlass unsere hier vorgestellten besonderen Getränke oder ganz klassisch Prosecco und Wein servieren, ist es dennoch ratsam, genügend Wasser bereitzuhalten (so verhindern Sie einen Kater). Ein Heißgetränk, das Sie anbieten, wenn Sie und Ihre Gäste nach dem Anstoßen unterm Silvesterhimmel wieder nach drinnen gehen, ist ebenfalls gut. Ein Glühwein oder eine heiße Schokolade mit Schuss wärmen Sie dann schnell wieder auf, und Sie können noch bis in die frühen Morgenstunden weiterfeiern.



Eine feine Kombination

Polenta & Muschel

LIMONCELLO-
BASILIKUM-SMASH



POLENTASCHNITTEN
mit marinierter Zucchini
und Jakobsmuscheln

SPICY MANGO-
MARACUJA



BUNTER
LINSENSALAT
in Bresaola-Säckchen

Mit kräftigen Aromen
Linsen & Bresaola

Bunter Linsensalat in Bresaola-Säckchen

Insalata di lenticchie colorata con fagottini di bresaola

FÜR 6 PERSONEN

- 300 g grüne Linsen**
- 1 Lorbeerblatt**
- 50 g Pinienkerne**
- 1 Gemüsezwiebel**
- 1 Salatgurke**
- 1 rote Paprikaschote**
- 1 gelbe Paprikaschote**
- 100 g getrocknete Tomaten in Öl (Glas)**
- 100 g schwarze Oliven, entsteint**
- 3 EL Kapern in Lake (Glas)**
- 1 Bund Petersilie**
- 4 Stiele Minze**
- 1 Mango**
- 5 EL natives Olivenöl extra**
- 1 TL Senf**
- 4 EL Mangonektar**
- 3 EL Apfelessig**
- 1 Bund Schnittlauch**
- 18 Bresaola-Scheiben**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Die grünen Linsen mit dem Lorbeerblatt in einen Topf geben und nach Packungsangabe in kochendem Wasser in 20–25 Minuten bissfest garen.

2 Inzwischen die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten. Die Gemüsezwiebel schälen und in sehr feine

Würfel schneiden. Gurke waschen, halbieren und entkernen, dann in feine Würfel schneiden. Paprikaschoten waschen, entkernen und ebenfalls sehr fein würfeln. Die getrockneten Tomaten sowie Oliven und Kapern abtropfen lassen. Tomaten fein würfeln, Oliven in dünne Scheiben schneiden. Petersilie und Minze waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Mango schälen. Das Fruchtfleisch vom Kern, dann in kleine Würfel schneiden.

3 Linsen abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen., Lorbeerblatt entfernen. Öl mit Senf, Mangonektar und Apfelessig verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Pinienkerne, Zwiebel, Gurke, Paprika, Tomaten, Oliven, Kapern, Kräuter und Mango in einer Schüssel mit dem Dressing vermengen. Die Linsen dazugeben, alles abgedeckt 60 Minuten im Kühlschrank durchziehen lassen.

4 Den Schnittlauch waschen und trocken schütteln. Die Bresaola-Scheiben nebeneinander ausbreiten. Je 1 EL Linsensalat in die Mitte geben, Bresaola über der Füllung zu einem Säckchen formen. Die Säckchen jeweils mit 1-2 Schnittlauchhalmen zusammenbinden. Die Säckchen auf dem übrigen Linsensalat anrichten und alles servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten
zzgl. 60 Minuten Kühlzeit



Glücksbringer Linsen

In Italien symbolisieren Linsen Geld, daher ist das Linsenessen am Silvesterabend eine beliebte und symbolträchtige Tradition. Linsen haben die Form von Münzen und quellen beim Kochen auf, was einen wachsenden Reichtum darstellen soll. In der Hoffnung, das kommende Jahr werde einen Geldseggen bringen, enthält mindestens eines der Gerichte des großen Silvesteressens Linsen. Meist werden die Linsen jedoch schlicht als Beilage zu Cotechino gereicht, einer deftigen Kochwurst, die aus Schweinefleisch hergestellt wird.

Spicy Mango-Maracuja

Succo speziato di mango e maracuia

FÜR 6 GLÄSER (À 200 ML)

- 3 Maracujas**
- 1 TL rosa Pfefferbeeren**
- 600 ml Mangonektar, gut gekühlt**
- 1 Bio-Zitrone (Saft)**
- 1/2 TL Salz**
- 1/2-1 TL rosenscharfes Paprikapulver, je nach Geschmack**
- einige Eiswürfel**

Maracujas halbieren und das Fruchtfleisch herauslösen. Die rosa Pfefferbeeren in einem Mörser grob zerstoßen. Beides auf die 6 Gläser verteilen. Mangonektar, Zitronensaft, Salz und Paprikapulver gut mixen. Einige Eiswürfel in die Gläser geben, dann die Mangonektarmischung daraufgießen. Alles vorsichtig verrühren und die Getränke sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
10 Minuten





Arancini mit Artischocken-Ricotta-Dip

Arancini con salsa di ricotta e carciofini

FÜR 6 PERSONEN

FÜR DIE ARANCINI

- 1 Schalotte
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 500 g Risottoreis
- 150 ml trockener Weißwein
- ca. 1 l heiße Gemüsebrühe
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Karotten
- 500 g gemischtes Hack
- 4 EL Tomatenmark
- 150 ml trockener Rotwein
- 1 EL Butter
- 100 g frisch geriebener Parmesan
- 3 Eier
- ca. 150 g Mehl
- ca. 300 g Semmelbrösel
- 1 l Sonnenblumenöl zum Frittieren
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DEN DIP

- 1 Knoblauchzehe
- 4 Stiele Petersilie
- 240 g Artischocken in Lake (Dose)
- 200 g Ricotta
- 1 EL natives Olivenöl extra

1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)

40 g frisch geriebener Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für das Risotto Schalotte schälen und fein würfeln. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen, Schalotte darin andünsten. Reis dazugeben und glasig dünsten. Alles mit dem Weißwein ablöschen. Diesen unter Rühren fast vollständig verkochen lassen. Dann nach und nach heiße Gemüsebrühe dazugeben. Diese ebenfalls immer wieder verkochen lassen, bevor weitere Brühe dazugegeben wird. Den Reis auf diese Weise in 20–25 Minuten garen.

2 Für die Füllung Zwiebel, Knoblauch und 2 Karotten schälen, alles fein würfeln. Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin andünsten. Hackfleisch dazugeben und mitbraten. Dann Tomatenmark dazugeben, kurz mitbraten und alles mit dem Rotwein ablöschen. So lange unter Rühren erhitzen, bis er verkocht ist. Alles mit Salz und Pfeffer würzen, etwas abkühlen lassen.

3 Butter und ca. 80 g Parmesan unter das Risotto rühren. Das Risotto mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann auf ein mit Back-

Amaretto rosso

Amaretto rosso

FÜR 6 GLÄSER (À 200 ML)

- 1 Granatapfel
- 250 ml Amaretto
- 750 ml Sauerkirschnektar,
gut gekühlt
- 2 Bio-Limetten (Saft)
etwas Crushed Ice

Den Granatapfel halbieren und die Kerne herauslösen. Amaretto, Sauerkirschnektar sowie Limettensaft gut vermischen. Granatapfelkerne sowie Crushed Ice auf die 6 Gläser verteilen. Alles mit der Amarettomischung auffüllen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
15 Minuten

papier belegtes Backblech streichen und vollständig auskühlen lassen.

4 Eier mit übrigem Parmesan verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mehl und Semmelbrösel jeweils auf einen flachen Teller geben. Mit angefeuchteten Händen etwas Risottoreis vom Blech nehmen, platt drücken und 1 TL der Füllung daraufgeben. Mit etwas weiterem Reis bedecken und alles zu einer Kugel formen. Mit den restlichen Zutaten ebenso verfahren. Die Reiskugeln erst im Mehl, dann in den Eiern und schließlich in den Semmelbröseln wenden. Den Vorgang noch mal wiederholen. Das Öl in einem Topf auf etwa 170 °C erhitzen. Arancini darin portionsweise in 3–4 Minuten goldbraun aussacken. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier abtropfen lassen.

5 Für den Dip Knoblauch schälen und fein hacken. Petersilie waschen und trocken schütteln, die Blättchen hacken. Artischocken abtropfen lassen und hacken. Ricotta mit Öl, Zitronenschale und -saft glatt rühren. Knoblauch, Petersilie, Artischocken und Parmesan unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Arancini mit dem Dip servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT **100 Minuten**

Orecchiettesalat mit Steak und Garnelen

Insalata di orecchiette con bistecca e gamberi

FÜR 6 PERSONEN

- 500 g Orecchiette**
1 Knoblauchzehe
1 roter Peperoncino
9 EL natives Olivenöl extra
18 Garnelen (küchenfertig,
ohne Schale)
1/2 Bio-Limette (Saft)
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Bio-Grapefruit
200 g Rucola
12 gelbe Kirschtomaten
3 Rumpsteaks (à ca. 200 g)
4 EL heller Balsamicoessig
1 EL flüssiger Honig
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Die Orecchiette nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen, dann abgießen und abkühlen lassen. Inzwischen Knoblauch ungeschält andrücken. Den Peperoncino waschen und fein würfeln.

2 2 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen darin kurz scharf anbraten. Knoblauch und Peperoncino dazugeben und kurz mitschwanken. Alles mit Limettensaft,

Salz und Pfeffer würzen, vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.

3 Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden. Grapefruit so schälen, dass die weiße Haut vollständig entfernt wird. Die Frucht in dünne Spalten schneiden, dabei den austretenden Saft auffangen. Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern, ggf. in mundgerechte Stücke zupfen. Die Kirschtomaten waschen und trocken tupfen.

4 Je 3 gebratene Garnelen abwechselnd mit 2 Tomaten auf kleine Holzspieße stecken. Rumpsteaks trocken tupfen. 3 EL Öl in einer Grillpfanne erhitzen, die Steaks darin von jeder Seite 3 Minuten scharf anbraten. Dann in Alufolie wickeln und kurz ruhen lassen.

5 Übriges Öl, Grapefruitsaft, Balsamicoessig, Honig sowie etwas Salz und Pfeffer verquirlen. Die Orecchiette mit Frühlingszwiebeln, Grapefruit, Rucola und Dressing vermengen. Die Steaks aus der Folie nehmen und in Streifen schneiden. Ebenfalls untermengen. Den Orecchiettesalat mit den Garnelenspießen anrichten und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten



Orangen-Rosmarin-Spritz

Spritz all'arancia e rosmarino

FÜR 6 GLÄSER (À 200 ML)

- 3 Bio-Orangen**
6 Zweige Rosmarin
1 Bio-Zitrone (Saft)
4 EL weißer Zucker
6 EL brauner Zucker
etwas Crushed Ice
ca. 600 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser, gekühlt

Orangen heiß waschen. Von 1 Orange die Schale in feinen Zesten abschälen. Die Frucht halbieren und auspressen. Übrige Orangen in Stücke schneiden. Den Rosmarin grob zerpfücken. Die 6 Gläser erst in Zitronensaft, dann in weißen Zucker tauchen. Orangen, Rosmarin und braunen Zucker in die Gläser geben und zerstoßen. Crushed Ice, Orangensaft und Mineralwasser dazugeben. Den Spritz mit Orangenzesten garnieren und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
15 Minuten

„So is(s)t Italien“- GENUSS-RÄTSEL



**Gewinnen Sie
3 x Caffè-Jahresbedarf
(à 8 kg) plus Tassenset ...**

... und genießen Sie original italienische Caffè-Kultur! Der Espresso „Selezione Crema“ von Segafredo (www.segafredo.de) ist eine erlesene Mischung ausgewählter Arabica- und Robusta-Bohnen und bildet die Basis für Caffè crème, aber auch für Caffè-Spezialitäten wie Cappuccino, Latte macchiato & Co. Gewinnen Sie eins von drei Paketen, bestehend aus einem Jahresvorrat „Selezione Crema“ (8 x 1000 g ganze Bohnen) und je vier Cappuccino- und Espressotassen von Segafredo. Teilnahme unter www.so-isstitalien.de/Verlosung. Teilnahmeschluss ist der 31.12.2020. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

ital. Teigwaren	span.- portug. Fürstennam e	Kampf- gewinn	Wirkstoff im Tee	Sünden- vergebung	ehem. König von Norwegen	▼	Balearen- insel	Abk.: besonders	▼	Fremd- wortteil: herum	▼	schwäb. Suppen- einlage
►	▼	6	▼	▼	Insekt, Wasser- jungfer	►	▼	▼	5			
Lover, Geliebter	►						15		spanischer Weinkeller		sich Wissen aneignen	
(ver- käuflich	►			3	sichtbar, zu sehen	4			▼			▼
►					▼	brasil. Cocktail (Kw.)		Ehrenbe- zeichnung	feierliches Gedicht			
franz. Weinbrand		Handy- nachricht	kalte Speise	►			7	dt. Raum- fahrt- organisation (Abk.)	►		11	
►	1	▼			schlechte An- gewohn- heit	plötzliche Einfälle	►					
ital. Wall- fahrtsort	persönl. Fürwort		internat. Banken- code	Noten- ständler	►	▼		Kummer, Schmerz		Hoch- geschwin- digkeits- zug		
►	2		▼			örlartige Ver- bindung	►	▼		▼		
Fleisch- gericht		Asiat.- Pazif. Wirt- schafts- bündnis	Wartezeit, Sperrfrist	jeder ohne Ausnahme	►			früher für: Russe		Spaß- macher (Mz.)		
►		▼	13	▼			Sohn Abrahams	europ. Inselvolk	►	▼	8	▼
salziges Klein- gebäck	Modetanz der 70er Jahre		Abscheu	span. Aus- sprache- zeichen	►	▼				poet., erhaben, Ehrfurcht gebiend		
Strauch- frucht	►	▼		16	▼	metall- haltige Gesteine		unbest. span. Artikel	Zeitmess- gerät	►	9	
►				10		mit Ausnahme von	►	▼				
süßes Kohlen- hydrat		Brann- wein aus den Alpen- ländern						engl. Fürwort	►	14		
dichte Felle	►				Gewürz- knospen	►	12					

Lösungswort

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----

IMPRESSUM

„So is(s)t Italien“ ist eine Publikation aus dem Hause falkemedia.

Verlag

falkemedia GmbH & Co. KG, An der Halle 400 #1, 24143 Kiel
Tel. +49 (0)431 / 200 766-0, Fax +49 (0)431 / 200 766-50
info@so-isst-italien.de, www.so-isst-italien.de

Herausgeber

Kassian Alexander Goukassian (v.i.S.d.P.)

Chefredakteurin

Amelie Flum (a.flum@falkemedia.de)

Redaktion

Kristine Fröhlich, Henrike Wölf, Ronja Bardenhagen,
Eric Figura, Lea Eckert, Vivien Koitka, Brünite Thielke, Nicole
Benke, Charlotte Heyn, Hannah Hold, Svenja Rudolf, Vera
Schubert, Pia Tessmann, Tessa Prignitz, Sven Hoevermann

Mitarbeit

Alexandra Panella, Cettina Vicenzino, Gabi Hagedorn (Lektorat)

Fotografen

Frauke Antholz, Ira Leoni, Tina Bumann, Alexandra Panella,
Katharina Küllmer, Anna Gieseler, Kathrin Knoll

Grafik und Bildbearbeitung

Anne Wasserstrahl, Heike Reinke, Nele Witt, Mariechristin Lulli,
Sara Wegner

Abonnementbetreuung

abo@so-isst-italien.de, Tel. +49 (0)711 / 7252-291
falkemedia Aboservice, Postfach 810640, 70523 Stuttgart

Mitglied der Geschäftsführung & Leitung Marketing

Wolfgang Pohl (w.pohl@falkemedia.de)

Anzeigenleitung

Franziska von Unruh (f.vonunruh@falkemedia.de)

Mediaberatung

Silja Aicher (s.aicher@aichermediakontor.de)

Tel. +49 (0)172 / 175 61 04

Sascha Eilers (s.eilers@falkemedia.de)

Tel. +49 (0)4340 / 499 379

mobil: +49 (0)151 / 53 83 44 12

Martin Wetzel (Martin.Wetzel@brdmiedien.de)

Tel. +49 (0)2241 / 1774-14, Fax +49 (0)2241 / 1774-20

Anzeigenkoordination

Dörte Schröder (d.schroeder@falkemedia.de)

Tel. +49 (0)431 / 200 766-12

Anzeigenpreise

Siehe Mediadaten 2020 unter www.falkemedia.de

Produktionsmanagement/Druck

impress GmbH, www.impress-media.de

Vertrieb

VU Verlagsunion KG, Melberg 1, 20086 Hamburg

Vertriebsleitung

Hans Wies, VU Verlagsunion KG (hans.wies@verlagsunion.de)

Bezugsmöglichkeiten

Abo, Zeitschriften- und Buchhandel, Bahnhöfe, Flughäfen,
falkemedia-Shop (www.falkemedia-shop.de)

Einzelpreis: 5,99 Euro

Jahresabonnement: 39,90 Euro

Europäisches Ausland zzgl. 7,20 Euro

In den Preisen sind Mehrwertsteuer und Zustellung enthalten.
Bezogen auf 8 Ausgaben im Jahr. Der Verlag behält sich die
Erhöhung der Erscheinungsfrequenz vor.

Manuskripteinsendung

Manuskripte jeder Art werden gerne entgegenommen. Sie müssen frei von
Rechten Dritter sein. Mit der Einsendung gibt der Verfasser die Zustimmung
zum Abdruck des Manuskriptes auf Datenträgern der Firma falkemedia.
Ein Einsender garantiert keine Veröffentlichung. Honorare nach Vereinbarung
oder unseren AGB. Für unverlangt eingesandte Manuskripte
übernimmt der Verlag keine Haftung.

Urheberrecht

Alle hier veröffentlichten Beiträge sind urheberrechtlich geschützt.
Reproduktionen jeglicher Art sind nur mit Genehmigung des Verlages gestattet.

Veröffentlichungen

Sämtliche Veröffentlichungen in dieser Fachzeitschrift erfolgen ohne
Berücksichtigung eines eventuellen Patentschutzes. Warennamen werden ohne
Gehärleistung einer freien Verwendung benutzt.

Haftungsausschluss

Für Fehler im Text, in Schaltbildern, Aufbauskizzen usw., die zum
Nichtfunktionieren führen, wird keine Haftung übernommen.

Datenschutz

Jürgen Koch (datenschutzanfrage@falkemedia.de)
falkemedia GmbH & Co. KG, Abt. Datenschutz

An der Halle 400 #1, 24143 Kiel

Bei falkemedia erscheinen außerdem die Publikationen
mein ZauberTopf, LandGenuss, Mein LandRezept, Mac Life,
BEAT, DigitalPHOTO, BÜCHER und KIELerLEBEN.

© falkemedia, 2020 | www.falkemedia.de | ISSN 2192-2144



falkemedia



DAS BELIEBTE MEIN ZAUBERTOPF WEIHNACHTS-SPEZIAL IST ENDLICH DA!

AB SOFORT IM HANDEL ODER IM SHOP

Über 100
Rezepte, Tipps
und Mix-Tricks
für Thermomix®

Wunderbare
Adventsstimmung
auf 164 Seiten!

PLUS 107 MIX-TIPPS für perfekte Teige, Glasuren und mehr
9,99 EURO | Weihnachts-SPEZIAL | Au
DAS UNABHÄNGIGE MAG
mein ZauberTopf
mein ZauberTopf Lieblingsrezepte für Thermomix®
WEIHNACHTS-SPEZIAL
EINFACH & BEEINDRUCKEND
DIE STERNENTORTE
TOP 10 PLÄTZCHEN
Ohne Backen, Low Carb, vegan
WIE AUF DEM
WEIHNACHTSMARKT
Liebesäpfel, Mutzen, Waffeln
und gebrannte Mandeln
101 Geschenke
aus dem Thermomix®
HAUSGEMIXT: Bratapfelliör, Lebkuchenaufstrich & Co. ZUM ADVENT: Stollen & Früchtebrote
TORTENTRÄUME: Biskuit & Cremes wie vom Konditor SÜSSE MINIS: Gugel, Konfekt & Pralinen
TM6/TM5® & TM31
Österreich 10,50 EUR
Deutschland 10,90 EUR
Schweiz 11,80 CHF
ISSN 2510-392X
www.zaubertopf.de
Barcode: 9 783838 530333 173939

JETZT GLEICH BESTELLEN: WWW.FALKEMEDIA-SHOP.DE

NEU!
NUR
9,99 €
LIMITIERTE AUFLAGE

*gönn'
dir
was!*





1.

VARIATION

Voller Farbe und Aroma:
Rotkohlsuppe mit
geräucherter Forelle

VIER VARIATIONEN

Leckeres mit Rotkohl

Wir haben uns in dieser Ausgabe **dem aromatischen Kohl** gewidmet und servieren ihn als Suppe, vegetarisches Hauptgericht aus dem Ofen, als Salat und Auflauf

ROTKOHLSUPPE mit geräucherter Forelle

Zuppa di cavolo rosso con trota affumicata

FÜR 4 PERSONEN

- 300 g mehligkochende Kartoffeln
- 2 EL Rapsöl
- 1 rote Zwiebel, geschält, gewürfelt
- 500 g Rotkohl in Streifen
- 700 ml heiße Gemüsebrühe
- 1/2 TL Kümmelsaat
- 200 g Schmand
- 2-3 TL Meerrettich (Glas)
- 1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
- 200 g geräucherte Forellenfilets
- 1 Bio-Orange (Saft)
- 200 g Sahne
- 1 Beet Kresse
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel darin andünsten. Rotkohl und Kartoffeln dazugeben und mitdünsten. Alles mit Brühe ablöschen und aufkochen. Kümmel sowie Salz und Pfeffer dazugeben und alles bei kleiner Hitze 25-30 Minuten garen. Schmand, Meerrettich, Zitronenschale und -saft verrühren, salzen und pfeffern. Forellenfilets in Stücke teilen.

2 Orangensaft und Sahne zur Suppe geben. Die Suppe pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Meerrettichcreme, Forelle und Kresse anrichten und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



2.

VARIATION

Vegetarisch deftig – das Rotkohlsteak ist ein tolles fleischloses Hauptgericht

ROTKOHLSTEAK mit Pfifferlingssoße

Fette di cavolo rosso arrostito con salsa ai finferli

FÜR 4 PERSONEN

- 1 kg Rotkohl
- 350 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Weißweinessig
- 7 EL natives Olivenöl extra
- 1 TL edelsüßes Paprikapulver
- je 1 Schalotte und Knoblauchzehe
- 750 g Pfifferlinge
- 2 EL Mehl
- 100 ml Weißwein
- 200 g Sahne
- 1/2 Bund Schnittlauch in Röllchen
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Rotkohl waschen und daraus 4 dicke Scheiben schneiden. Strunk entfernen. Scheiben nebeneinander auf ein Blech legen. 150 ml Gemüsebrühe angießen. Essig, 5 EL Öl, Paprikapulver, Salz und Pfeffer verquirlen und die Scheiben damit bestreichen. Die Scheiben im vorgeheizten Ofen 40-45 Minuten backen.

2 Schalotte und Knoblauch schälen und fein würfeln. Pfifferlinge putzen. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen, Pfifferlinge darin portionsweise scharf anbraten. Schalotte und Knoblauch dazugeben und kurz mitbraten. Alles mit Mehl bestäuben, kurz anschwitzen und mit Wein ablöschen. Etwas einkochen, übrige Brühe und Sahne angießen. Soße aufkochen und 2-3 Minuten köcheln lassen. Rotkohlsteaks und Pfifferlingssoße mit Schnittlauch garnieren. Dazu passt Kartoffelstampf.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten



3.

VARIATION

Ein traumhafter Mix aus Rotkohl, Ziegenkäse, Feigen und Walnüssen

ROTKOHL-SALAT mit karamellisiertem Ziegenkäse

Insalata di cavolo rosso con caprino caramellato

FÜR 4 PERSONEN

600 g Rotkohl
200 g Karotten
150 g Knollensellerie
1 Apfel
1 Bio-Zitrone (Saft)
2 Frühlingszwiebeln
80 g Walnusskerne, grob gehackt
2 Feigen
6 EL Walnussöl
1 EL Ahornsirup
2 EL Weißweinessig
200 g Ziegenkäserolle
2-3 EL brauner Zucker
2 Stiele Thymian
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die äußeren Blätter des Rotkohls entfernen. Rotkohl waschen und vom Strunk befreien. Karotten und Sellerie schälen und waschen. Apfel ebenfalls schälen und vom Kerngehäuse befreien. Rotkohl, Karotten, Sellerie und Apfel auf einer Küchenreibe hobeln oder mit dem Messer in sehr feine Streifen schneiden. Mit dem Zitronensaft beträufeln, mit den Händen 2-3 Minuten kräftig durchkneten. Zugedeckt 30 Minuten durchziehen lassen.

2 Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Die Walnüsse ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne rösten, dann abkühlen lassen. Feigen waschen, trocken tupfen und in Scheiben schneiden. Öl mit Ahornsirup, Essig, Salz und Pfeffer verquirlen. Den Ziegenkäse in Scheiben schneiden, mit Zucker bestreuen, diesen mit einem Gasbrenner karamellisieren. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, hacken und auf den karamellisierten Käse streuen. Den Rotkohlsalat mit Frühlingszwiebeln, gerösteten Nüssen und Dressing vermengen und mit Feigen und karamellisiertem Käse servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

WISSENSWERTES ÜBER ROTKOHL

Rotkohl wird auch Blaukraut genannt, denn je nach Zubereitungsart kann sich der Kohl rötlich oder auch bläulich färben. Unabhängig von der Farbe enthält das Kraut viele Vitamine und Ballaststoffe, die gerade im Winter wichtig für das Immunsystem sind. Auch Mineralstoffe wie Magnesium und Kalium sind ausreichend vorhanden. Rotkohl kann wunderbar lange gegart werden, ohne seine Struktur zu verlieren. Roh verzehrt bietet er hingegen Biss und den vollen Vitamingehalt! Beim Kauf sollte der Rotkohl fest und matt glänzend sein.

ROTKOHL-SPÄTZLE-AUFLAUF

Sformato di cavolo rosso e spätzle

FÜR 4 PERSONEN

800 g Rotkohl
4 Zwiebeln
1 EL Butterschmalz
1 EL Zucker
1/2 EL Wacholderbeeren
2 Lorbeerblätter
100 ml Rotwein
4 EL Rotweinessig
150 ml heiße Gemüsebrühe
etwas Butter zum Fetten
100 g Bergkäse
100 g Emmentaler
500 g Spätzle (Kühlregal)
150 g Schinkenwürfel
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die äußeren Blätter des Rotkohls entfernen. Den Kohl waschen, vierteln, vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die Zwiebeln schälen und fein würfeln.

2 Das Butterschmalz in einem großen Topf erhitzen, Zwiebeln darin andünsten. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Dann den Rotkohl dazugeben, unter Rühren kurz andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen, Wacholder und Lorbeer dazugeben und alles mit Rotwein, Essig und heißer Gemüsebrühe ablöschen. Zugedeckt 45-50 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen.

3 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen lassen. Eine Auflaufform mit etwas Butter fetten. Beide Käsesorten reiben. Wacholder und Lorbeer aus dem Rotkohl entfernen. Das Gemüse in die Auflaufform geben, Spätzle darauf verteilen. Alles mit Schinken und Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen in 20-25 Minuten goldbraun überbacken. Den Auflauf herausnehmen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden

4.

VARIATION

Dieser Auflauf überrascht mit Biss und Würze. Ein perfektes Wintergericht!



VORSCHAU

Freuen Sie sich auf folgende Themen:

WÜRZIGES HACK

Schnell zubereitet und unglaublich vielseitig, so lieben wir Hackfleisch. Wir verraten Ihnen geniale Rezepte, mit denen Sie Ihr Repertoire erweitern.



Leichte Küche

Zum Start ins neue Jahr wollen wir unbeschwert essen. Dabei achten wir auf wenig Fett und Kohlenhydrate und setzen auf **ballaststoffreiche Kost mit sehr viel frischem Gemüse**. Erfahren Sie, dass Sie bei einer gesunden Ernährung auf keinen Fall auf Genuss verzichten müssen.



KERNIGE PASTA

Ob durch Pinienkerne, Mandeln oder Nüsse – wir zeigen, wie Sie **Nudelgerichten die richtige Portion Biss verleihen**. Zur Pasta gibt's den passenden Wein.

SÜSSES MIT VANILLE

Wir haben Desserts und Gebäck mit dem aromatischen **Mark der wertvollen Schote** verfeinert. Erleben Sie unwiderstehliche Kreationen!

Spannende Rezepte

für das ganze Jahr

STÖBERN SIE DURCH UNSER SORTIMENT
UND ENTDECKEN SIE UNSERE SONDERAUSGABEN!



IM PRAKTISCHEN
KOMPAKTFORMAT



JETZT BESTELLEN

@ www.falkemedia-shop.de

Jetzt alle Ausgaben auch auf Ihrem Tablet oder
Smartphone in der Kiosk App „falkemedia“ lesen!

Laden im
App Store

JETZT BEI
Google Play

falkemedia

Sehnsucht NACH ITALIEN?

Das
perfekte
Geschenk!



220
SEITEN

24,90
Euro



Buch-Bestellung unter www.soisstitalien.de/100-rezepte