

72 geniale Rezepte!

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



ISSN 2192-2144

Ausgabe 06 · 2021
 Oktober/November
5,99 EURO

so isst Italien

Für Ihre italienischen Momente

AUF IN DIE ABRUZZEN!
 Traumlandschaften &
 kulinarische Schätze
 entdecken

19-mal Pasta zum Verlieben

Nudeln mit feiner Füllung & in Kombination mit Käse

Geschnmortes: zart und saftig

Raffinierte Braten, Ragù und mehr auf italienische Art

KÜRBIS
9 leckere Gerichte mit dem Saisonstar



Kürbisravioli mit Salbeibutter & Pancetta

Rustikaler mediterraner HERBSTGENUSS

SAISONAL: Köstliches mit frischen Pfifferlingen • Eintöpfe • Eingemachtes Gemüse

SÜSSES GLÜCK: Backen mit Herbstobst • 4 unwiderstehliche Vanille-Kreationen

FÜR
TM6, TM5®
& TM31

HOL SIE DIR INS Kochbuchregal

Coming
soon!

Bestseller!)

New!)



JE NUR
29,90 €



ALLE KOCH- UND BACKBÜCHER VON **Zaubertopf**
JETZT BESTELLEN UNTER: WWW.FALKEMEDIA-SHOP.DE

amazon.de

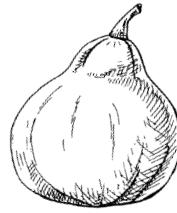
AUCH ÜBERALL IM
BUCHHANDEL:
 Thalia
 bücher.de

Thalia
 KOSIANDER.de
Bücher seit 1996

Hugendubel
Dank Ihnen ist schön
 Mayersche.de



EDITORIAL



Erleben Sie die
kulinarischen Schätze des Herbsts!

Liebe Leserin, lieber Leser,

mit dieser neuen Ausgabe von „So is(s)t Italien“ laden wir Sie dazu ein, es sich zu Hause richtig gemütlich zu machen. Legen Sie also die Beine hoch, lassen Sie sich von unseren herbstlichen Rezeptideen inspirieren und entspannen Sie beim Träumen von Italien!

Was wäre der Herbst ohne Kürbis? Wir zelebrieren das aromatische Saisongemüse mit neun raffinierten Gerichten, die beweisen, wie vielfältig er in der Zubereitung ist. Für jede Menge Gemütlichkeit sorgen unsere neuen Ideen für Schmorgerichte mit unterschiedlichen Fleischsorten – genau das Richtige für das Sonntagsessen mit der Familie. Eine genussvolle Kaffeezeit im Anschluss ans Familienessen garantieren unsere fünf unschlagbaren Kuchen, in denen Herbstobst – darunter Pflaumen, Birnen und Feigen – die Hauptrolle spielt.

Selbstverständlich kommen auch die Pastafans unter Ihnen nicht zu kurz: Wir stellen Ihnen ab Seite 92

neue Ideen für fein gefüllte Nudeltaschen vor und zeigen Ihnen, wie Sie Pasta mit würzigem Käse kombinieren – und mit einem dazu passenden Wein zu einem besonderen Genuss machen. Außerdem entführen wir Sie in die Abruzzen, der schönen Region an der Adria, die mit landschaftlichen Reizen und wunderbaren Spezialitäten begeistert.

Die „So is(s)t Italien“-Redaktion wünscht Ihnen eine genussvolle Herbstzeit!

Herzlichst Ihre

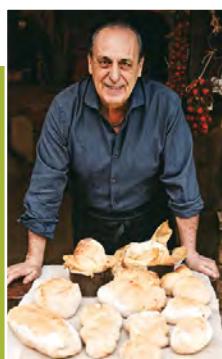
Amelie Flum | Chefredakteurin



S. 61 Gurken mit Peperoncino und Schalotten

Backen wie ein echter Italiener

Wer Brot und die italienische Küche liebt, der kennt und schätzt Pizza, Pane und Panettone. In seinem gleichnamigen Buch hat Gennaro Contaldo nun die besten Rezepte der italienischen Backkunst vereint. Ab Seite 26 stellen wir Ihnen drei dieser Köstlichkeiten vor.



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



12 Der Saisonstar Kürbis in neuen Variationen – delizioso!



86
Endlich wieder frische Pfifferlinge genießen



72

Die Abruzzen erleben

REZEPTE

8 Cettina Welt

Cettina Vicenzino ist unterwegs in der Toskana

12 Kürbis in seiner schönsten Form

Wir zeigen Ihnen, wie Sie Hokkaido- und Butternusskürbis auf die italienische Art zubereiten – so köstlich!

20 Frisch aufgetischt

Sechs Gerichte mit Gemüse und Obst der Saison

26 Backen wie Gennaro Contaldo

Italienisches Gebäck vom beliebten Starkoch

32 Kuchen mit Herbstobst

Saftig, süß und einfach unwiderstehlich kommen unsere Kuchen mit frischen Feigen, Birnen und Trauben daher

40 Raffinierte Schmorgerichte

Herrlich deftige Fleischkreationen für das nächste Sonntagsessen mit der Familie

50 Pasta e Vino: Käse

Sechs Pastagerichte mit den dazu passenden Weinen

58 Die Schätze der Saison einmachen

Pikantes Gemüse und feine Konfitüren im Gläschen

66 Pronto, bitte! Eine Mahlzeit in Minuten

Perfekte Rezepte, wenn's mal schnell gehen muss

72 Auf in die Abruzzen

Erleben Sie die Schönheit der Region an der Adria und kosten Sie lokale Spezialitäten



50
Nudelgerichte mit würzigem Käse



96 Gesund bleiben mit Nüssen und Kernen

86 Pfifferlinge: klein und fein

Pasta, Pizza und mehr Leckereien mit den Waldpilzen

92 Gefüllte Pasta

Ravioli, Cestini & Co. zuzubereiten, ist gar nicht schwer und das Ergebnis haut jeden vom Hocker!

96 Gesund all'italiana: Nüsse und Kerne

Steigern Sie Ihr Wohlbefinden durch italienisches Essen

102 Die heizen ein: Eintöpfe

Herrlich aromatische und sättigende Gerichte mit Gemüse, Fleisch oder Meeresfrüchten

110 Vier Variationen: Vanille

Die Königin der Gewürze in wunderbaren süßen Kreationen, die süchtig machen

SERVICE

39 Ratgeber: Kaffeezeit

63 Ratgeber: Einmachen

82 La dolce vita

STANDARDS

3 Editorial

6 Rezeptfinder

108 Rätsel/Impressum

114 Vorschau

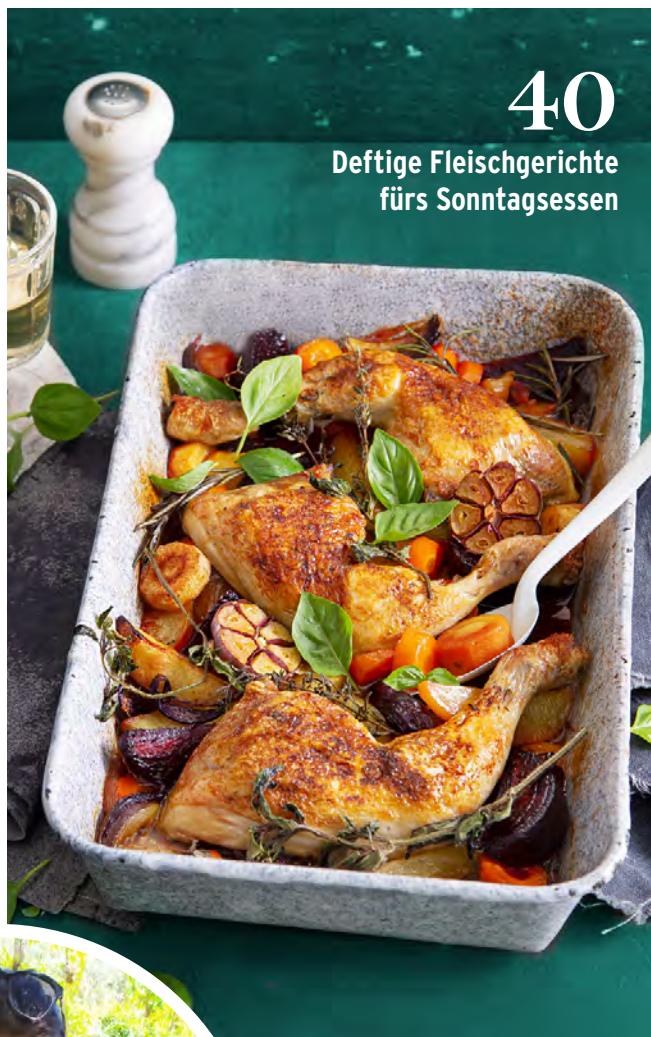


8

Cettina auf den Spuren des Chianti

58

Konfitüren und eingemachtes Gemüse



32 Neue Lieblingskuchen mit saftigem Herbstobst



Alle Rezepte dieser Ausgabe

UNSER MENÜVORSCHLAG FÜR EINEN GENUSSVOLLEN HERBST

VORSPEISE



23 Portobellopilz-Caprese
aus dem Ofen

HAUPTGERICHT



48 Hirschragù mit Farfalle

NACHSPEISE



38 Trauben-Himbeer-Kuchen
mit Sahne

ZWISCHEN- DURCH *nel mentre*



S. 10 Herbstfladen mit
Trauben und Tomaten



S. 17 Salat mit gegrillten
Honig-Chili-Kürbisspalten



S. 20 Birnensalat mit
Walnüssen



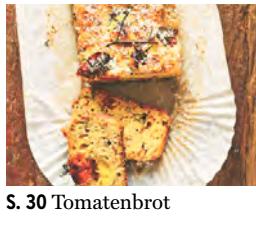
S. 21 Rote-Zwiebel-
Bruschette mit Feigen



S. 24 Eingelegter Kürbis



S. 29 Trauben-Rosmarin-
Schnecken



S. 30 Tomatenbrot



S. 59 Gewürz-Rote-Bete



S. 60 Getrocknete Würz-
tomaten



S. 61 Süßsaure Karotten



S. 61 Gurken mit Peperon-
cino und Schalotten



S. 66 Maronensuppe mit
Apfel & Nüssen



S. 67 Kartoffelpizza mit
Räucherlachs & Feldsalat



S. 70 Salat mit Entenleber
und Pancetta



S. 77 Fleisch-Gemüse-
Eintopf aus Teramo



S. 80 Frittata di Käse-Ei-
Nocken auf Tomatensoße



S. 89 Pfifferlings-Taleggio-
Crumble



S. 89 Pikanter Linsen-Pilz-
Salat mit Trauben



S. 90 Birnen-Nuss-Tatar
mit Pfifferlingen



S. 98 Rotkohlsalat mit Gor-
gonzola und Pekannüssen



S. 98 Vollkorn-Nussbrot



S. 11 Rotweinpasta



S. 17 Kürbisravioli mit
Salreibutter und Pancetta



S. 18 Mafaldine mit Kürbis-
Mascarpone-Soße



S. 18 Quiche mit Kürbis,
Lauch und Gorgonzola



S. 19 Gefüllter Butternuss-
kürbis mit Avocadodip



S. 22 Kartoffel-Oktopus-
Salat



S. 29 Zucchini-Ricotta-
Kuchen

HAUPT- GERICHE *piatto principale*



NACHSPEISEN & GETRÄNKE *dolce & bevande*





LEIDENSCHAFT Weinliebhaberin und Kochbuchautorin Emanuela Stucchi Prinetti mit einigen Chianti-Weinen (o.l.) **GALLO NERO**
Der schwarze Hahn symbolisiert den Vino Chianti Classico (o.r.) **ALTE GEMÄUER**
Das Familienunternehmen sitzt in einem ehemaligen Kloster (u.l.) **AUTORINNEN**
Cettina ließ sich Emanuelas Buch signieren (u.r.)



CETTINAS WELT

Unterwegs in der Toskana

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

TEXT, REZEPTE & FOTOS | CETTINA VICENZINO

Gerade einmal zwei Kochbücher standen 1996 in meinem Bücherregal, als ich im selben Jahr in einer Buchhandlung ein Kochbuch mit dem Titel „Vegetarische Rezepte aus Italien“ von Emanuela Stucchi Prinetti sah. Ich nahm das Buch mit nach Hause und stellte es zu den anderen beiden Kochbüchern in mein Regal. Nun lege ich es in meinen Koffer. Es wird mit mir in die Toskana fahren, denn ich werde Emanuela Stucchi Prinetti für mein neues Kochbuch „Toskana in meiner Küche“ persönlich treffen!

Emanuela, die Tochter der berühmten Kochbuchautorin Lorenza de' Medici, schreibt heute keine Kochbücher mehr. Stattdessen widmet sie sich der Öffentlichkeitsarbeit für den Familienbesitz „Badia a Coltibuono“ inmitten des Chianti-Classico-Gebiets in Gaiole. „Badia a Coltibuono“ gilt als eines der ältesten Klöster der Toskana. Eine Gemeinschaft von Benediktinermönchen ließ sich hier nieder und widmete sich auch der Kultivierung von Weinreben. Funde in diesem Gebiet bestätigen, dass bereits Etrusker und Römer 300 v. Chr. hier dasselbe taten. Der Name, den die Mönche wählten, stammt aus dem lateinischen „Badia a Cultusboni“, was gute Kultur, gute Landwirtschaft und gute Ernte bedeutet. Im Jahr 1810 wurden die Mönche von Napoleon vertrieben, und 1846 eroberte Michele Giuntini das Kloster. Sein Sohn Piero Stucchi Prinetti, Emanuelas Vater, war einer der Ersten, der damit begann, die besten Chianti-Classico-Jahrgänge, die bis dahin in den alten Kellern



CETTINA VICENZINO (l.) mit dem Chianti-Hahn LEKTÜRE Das Buch „Toskana in meiner Küche“ (Dorling Kindersley) ist das neue Werk von Cettina Vicenzino

der Abtei als Familienreserve aufbewahrt wurden, in Flaschen abzufüllen und auf nationalen und internationalen Märkten zu verkaufen. In den 1980er- und 1990er-Jahren übernahmen Emanuela und ihre drei Brüder Roberto, Paolo und Guido in sechster Generation die Leitung des Unternehmens.

Emanuela führt uns in den Weinkeller, ein uriges Gewölbe noch aus den Zeiten der Mönche. Hier werden die ältesten Weinjahrgänge aufbewahrt. Wir sehen verstaubte Flaschen aus dem Jahr 1937. Trinken kann man diese Weine nicht, eher einen Schluck probieren. Sie haben einen faszinierenden Duft und sind sehr interessant für Weinliebhaber. Im Garten werden wir dann zu einer Weinprobe eingeladen. Wir beginnen mit Chianti Classico. In früheren Chianti-Classico-Weinen verwendete man auch weiße Trauben, das macht man heute nicht mehr so.

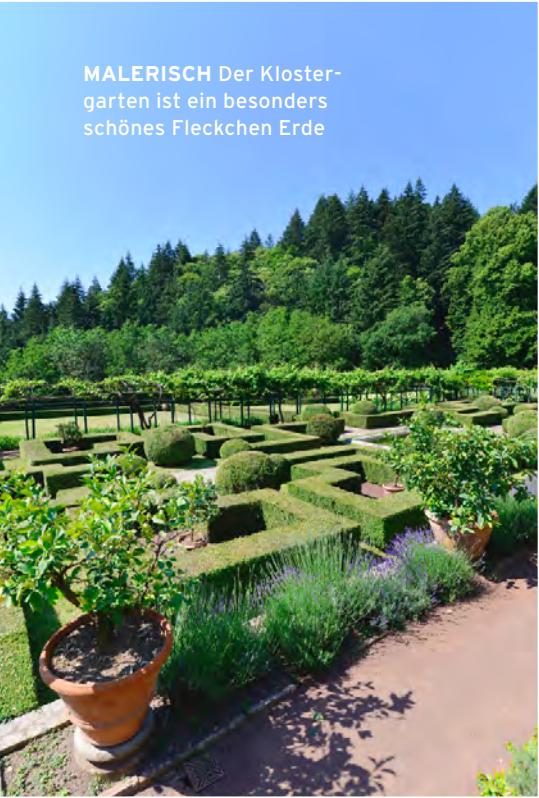
In den Classico und in den Riserva (Chianti, der mindestens zwei Jahre im Keller lagert) kommen bei „Badia a Coltibuono“ „95 Prozent Sangiovese-Trauben. Die restlichen fünf Prozent sind einheimische Trauben. Chianti ist ein Blend“, erklärt Emanuela. Chianti, der traditionell in strohgeflochtenen Flaschen, den sogenannten fiaschi, verkauft wurde, gibt es in zwei Kategorien: Chianti DOCG und Chianti Classico DOCG. Der Unterschied besteht in der Produktionszone. Die Anbaukriterien für Chianti Classico sind reglementiert und werden streng kontrolliert. Weinproduzenten des Vino Chianti Classico kennzeichnen ihre Flaschen mit dem „gallo nero“ (schwarzen Hahn). Nach der Weinprobe speisen wir im Restaurant, das Emanuelas Bruder Paolo mit Herzblut leitet. Wir bestellen toskanische Klassiker wie Gnudi und Pappa al pomodoro und genießen noch mehr Chianti Classico dazu.



HERBSTFLADEN mit Trauben und Tomaten

MALERISCH Der Kloster-

garten ist ein besonders
schönes Fleckchen Erde



Herbstfladen mit Trauben und Tomaten

Schiacciata con uva e pomodori

FÜR 1 FLADEN

- 6 g frische Hefe**
- 1 Prise Zucker**
- 450 g Mehl (Tipo 0 oder Type 550)**
- etwas Meersalz und Meersalzflocken**
- 2 EL natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten**
- 20 Weintrauben, nach Belieben auch mehr**
- 7 Kirschtomaten, nach Belieben auch mehr**
- 8 Salbeiblätter**
- 2-3 Zweige Rosmarin**
- etwas Hartweizengrieß zum Verarbeiten**

REDAKTIONSTIPP

Besuchen Sie unsere Autorin und Genussexpertin Cettina Vicenzino auch auf Instagram ([@cettinavicenzino](https://www.instagram.com/cettinavicenzino)) und erfahren Sie noch mehr über die original italienische Esskultur!

cettinavicenzino

387 Beiträge · 1.106 Abonnenten · 1.645 Kommentare

Wohnen auf Italienisch Ausgabe 1 • 1984 Einheiten Ausgabe 2 • 2018 Pizzateigrezeptbücher • 2020 Alles fürs Backen und Kochen

www.youtube.com/watch?v=014d75duUoI

1 Hefe und Zucker in 200 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mehl in einer Schüssel mit 10 g Meersalz vermischen. Olivenöl und Hefemischung dazugeben. Alles gründlich verkneten, bis ein homogener Teig entstanden ist. Den Teig zu einer Kugel formen und in der Schüssel mit einem Küchenhandtuch abgedeckt mindestens 5 Stunden an einem warmen Ort ruhen lassen.

2 Trauben, Kirschtomaten und Kräuter waschen und abtropfen lassen. Einen Bogen Backpapier mit etwas Hartweizengrieß bestreuen. Den Teig vorsichtig drauffallen lassen, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit den Fingern zu einem rechteckigen oder runden Fladen ausbreiten. Den Fladen mit Trauben, Tomaten und Kräutern belegen, alles leicht in den Teig drücken. Einige Meersalzflocken darüberstreuen. Den Teigfladen 30 Minuten ruhen lassen.

3 Den Backofen mitsamt Backblech auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Fladen mitsamt Backpapier auf das heiße Backblech ziehen, in ca. 40 Minuten auf mittlerer Schiene goldbraun backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Die Schiacciata aus dem Ofen nehmen, sofort mit etwas Olivenöl beträufeln und servieren.

**♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten
zzgl. 5,5 Stunden Ruhezeit**

Rotweinpasta

Pici al vino rosso

FÜR 4 PERSONEN

700 ml Chianti (alternativ Sangiovese oder ein anderer fruchtig-trockener Rotwein)
1 Sternanis
4 Pimentkörner
1 Lorbeerblatt
18 g grobes Meersalz
320 g Pici (alternativ andere lange Pasta nach Wahl)
5-6 EL natives Olivenöl extra
120 g rote Zwiebeln in Streifen
100 g Pancetta in Streifen
1 1/2 EL Zucker
1/2 TL Zimtpulver
4 EL frisch gehobelter Pecorino (alternativ Parmesan)
etwas Salz und frisch gemahlener roter Kampot-Pfeffer

1 In einem großen Topf 2,6 l Wasser mit 1400 ml Rotwein, Sternanis, Pimentkörnern und Lorbeerblatt zum Kochen bringen. Wenn das Wasser aufkocht, das grobe Salz einstreuen und die Pici darin nach Packungsangabe bis 2 Minuten vor Garzeitende garen. Dann abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen.

2 In einem Topf das Olivenöl erhitzen, Zwiebeln und Pancetta darin bei kleiner Hitze andünsten. Den Zucker dazugeben, karamellisieren lassen und alles mit 200 ml Rotwein ablöschen. Die Soße mit Salz, rotem Pfeffer und Zimt abschmecken, kurz köcheln lassen, dann die Pici noch tropfnass mit weiteren 100 ml Rotwein zur Soße geben und die Pasta darin zu Ende garen. Ab und zu durchschwenken und ggf. noch Kochwasser dazugeben. Es soll eine cremige Konsistenz entstehen.

3 Die Pasta auf Teller verteilen, mit dem Pecorino bestreuen, mit rotem Pfeffer übermahlen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten

WEINGENUSS IN DER TOSKANA

Wein gehört in der Toskana als Getränk immer zum Essen dazu, bei diesem Gericht kann man den Wein zusätzlich auch essen. Dabei wird hier nicht Wein in den Pastateig gemischt, sondern in die Soße und ins Kochwasser gegeben, sodass sich die helle Pasta dunkelrot färbt.



ROTWEINPASTA

Endlich wieder KÜRBISZEIT!

Gefüllt, gebacken, zu Pasta oder im Salat - das Saisongemüse ist eine echte Bereicherung. Jetzt erleben Sie Hokkaido- und Butter-nusskürbis so lecker wie nie zuvor!

FOTOS & STYLING | IRA LEONI

SELBST GEMACHTE KÜRBISRAVIOLI *mit Salbeibutter und Pancetta*

Rezept auf Seite 17



Illustration: Getty Images/S. Stück/gferty/images Plus/Andreaina ()



Mit Fleisch

Als würziges Extra eignen sich Salsiccia-Bällchen. Dafür das Brät in kleinen Portionen aus der Pelle drücken. Die Bällchen scharf anbraten und vor dem Servieren unter die Pasta heben. Wahlweise können Sie auch eine andere rohe Bratwurst verwenden.

MAFALDINE mit cremiger Kürbis-Mascarponesoße

Rezept auf Seite 18

Herhaft gebackenes **GOLDSTÜCK**



Große Vielfalt

Variiieren Sie das Gemüse je nach Geschmack und Saison. Ersetzen Sie den Hokkaidokürbis im Sommer beispielsweise durch Zucchini, Brokkoli oder Karotten. Allen, die keinen Gorgonzola mögen, empfehlen wir Mozzarella oder cremigen Fontina.

QUICHE *mit Kürbis, Lauch und Gorgonzola*

Rezept auf Seite 18

Vegetarisch

Ersetzen Sie das Hackfleisch durch rote Linsen: 200 g Linsen in einer Pfanne in etwas Öl andünsten. 600 ml Gemüsebrühe angießen und die Linsen gar kochen. Zwiebel, Knoblauch, Kräuter und Paprika dazugeben und wie beschrieben weiter verfahren.



GEFÜLLTER BUTTERNUSSKÜRBIS *mit Avocado-Joghurt-Dip*

Rezept auf Seite 19

Üppiger, bunter SAISONSSALAT

Deftig-frisch

Verfeinern Sie diesen herbstlichen Salat beispielsweise noch mit gebratenem Ziegenkäse. Besonders aromatisch wird dieser, wenn Sie den Ziegenkäse vor dem Braten noch in würzigen Pancetta wickeln oder ihn mit braunem Zucker bestreut karamellisieren.



HERBSTSALAT
mit gegrillten
Honig-Chili-Kürbisspalten



Herbstsalat mit gegrillten Honig-Chili-Kürbisspalten

Insalata autunnale con zucca grigliata al miele e peperoncino

FÜR 4 PERSONEN

- 800 g Butternusskürbis
- 8-9 EL natives Olivenöl extra
- 1 Peperoncino
- 2 EL flüssiger Honig
- 150 g Feldsalat
- 1 kleiner Radicchio
- 150 g Friséosalat
- 75 g Kürbiskerne
- 4 Feigen
- 265 g Kichererbsen (Dose)
- 200 g Schafskäse
- 3 EL heller Balsamicoessig
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Kürbis waschen, halbieren, von Schale, Kernen und Fasern befreien und in dünne Spalten schneiden. Rundherum mit 5-6 EL Öl bestreichen und in einer Grillpfanne portionsweise goldbraun grillen. Inzwischen den Peperoncino waschen und in dünne Ringe schneiden. Zum Kürbis geben, alles mit Honig beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen.

2 Die unterschiedlichen Salatsorten verlesen, putzen, in mundgerechte Stücke zupfen, waschen und trocken schleudern. Kürbiskerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten.

ten. Die Feigen waschen und in Spalten schneiden. Die Kichererbsen in ein Sieb abgießen, abspülen und gut abtropfen lassen. Schafskäse grob zerbröckeln.

3 Das restliche Öl in einer Schüssel mit Essig, Salz und Pfeffer verquirlen. Salate, Kürbiskerne und Kichererbsen untermengen. Den Salat auf Teller verteilen, mit Schafskäse, Feigen und Kürbisspalten anrichten und servieren.

TIPP: Am besten schmeckt der Salat, wenn die Kürbisspalten noch warm sind.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten

Selbst gemachte Kürbisravioli mit Salbeibutter und Pancetta

Ravioli di zucca fatti in casa con burro, salvia e pancetta



FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 5 Eier
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 1 kg Hokkaidokürbis
- 1 Knoblauchzehe
- 4 Stiele Petersilie
- 40 g Pistazienkerne
- 80 g frisch geriebener Parmesan
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 1/2 Bund Salbei
- 100 g Pancetta
- 40 g Butter
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Mehl, 4 Eier und 1 EL Olivenöl zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2 In der Zwischenzeit Kürbis waschen, halbieren und von Kernen und Fasern befreien. 450 g davon würfeln, den Rest in Spalten schneiden und beiseitelegen. Die Kürbiswürfel in kochendem Salzwasser in 12-14 Minuten weich garen. Abgießen, abtropfen und im Topf auf der ausgeschalteten Herdplatte ausdampfen lassen. Den Knoblauch schälen, hacken und zu den Kürbiswürfeln geben. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Pistazien ebenfalls fein hacken.

3 Die gegarten Kürbiswürfel pürieren. Petersilie, Pistazien, Parmesan, übriges Ei sowie etwas Muskat, Salz und Pfeffer dazugeben und alles gründlich vermengen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche gut durchkneten und in 4 gleich große Portionen teilen, dann mit der Nudelmaschine zu langen, dünnen

Bahnen verarbeiten. Aus dem Nudelteig Kreise (Ø ca. 6 cm) ausstechen. Jeweils 1 TL Kürbisfüllung auf eine Hälfte geben, die andere Teighälfte darüberklappen und die Teigränder mit einer Gabel gut zusammendrücken.

4 Ravioli portionsweise in kochendem Salzwasser in 3-4 Minuten gar ziehen lassen. Inzwischen die Kürbisspalten in einer Pfanne in 3 EL Öl langsam braten. Den Salbei waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen. Den Pancetta in feine Würfel schneiden.

5 Den Pancetta in einer großen Pfanne knusprig auslassen. Herausnehmen, die Butter hineingeben und den Salbei darin kurz anbraten. Die abgetropften Kürbisravioli dazugeben und kurz darin schwenken, dann den Pancetta untermengen und alles mit etwas Salz und Pfeffer abschmecken. Die Ravioli mit den gebratenen Kürbisspalten auf Teller verteilen und das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten

Mafaldine mit cremiger Kürbis-Mascarpone-Soße

Mafaldine con crema di zucca e mascarpone



FÜR 4 PERSONEN

- 1 kg Hokkaidokürbis
- 6 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 Bund Thymian
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Schalotte
- 80 g Haselnusskerne
- 400 g Mafaldine
- 200 ml Weißwein
- 100 g Sahne

250 g Mascarpone
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Den Kürbis waschen, halbieren, von Kernen und Fasern befreien und in mundgerechte Würfel schneiden. Die Hälfte davon in kochendem Salzwasser in 10–15 Minuten weich garen, dann abgießen und gut abtropfen lassen. 4 EL Öl in einer Pfanne erhitzen. Die übrigen Kürbiswürfel darin 15–17 Minuten rundherum braten.

2 Inzwischen den Thymian waschen und trocken tupfen. Blättchen abzupfen. Knoblauch und Schalotte schälen, beides fein würfeln. Die Haselnusskerne grob hacken. Mafaldine nach Packungs-

angabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

3 Übriges Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Knoblauch, Schalotte und die Hälfte des Thymians darin andünsten. Alles mit dem Weißwein ablöschen und etwas einkochen lassen. Gekochten Kürbis mit der Sahne pürieren, in die Pfanne geben. Mascarpone unterrühren und die Soße aufkochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Mafaldine tropfnass mit der Kürbissoße vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit den gebratenen Kürbisstücken anrichten, mit übrigem Thymian sowie den gehackten Haselnüssen garnieren und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten

Quiche mit Kürbis, Lauch und Gorgonzola

Quiche di zucca, porri e gorgonzola



FÜR 1 KUCHEN (Ø 22 CM)

- 250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 125 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 3 Eier
- 2 Schalotten
- 3 Stiele Thymian
- 1 Stange Lauch
- 500 g Hokkaidokürbis
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 300 g Kirschtomaten
- 200 g Crème fraîche
- 100 g Sahne
- etwas frisch geriebene Muskatnuss

150 g Gorgonzola
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Mehl, kalte Butter, 1 Ei und 1 TL Salz rasch zu einem glatten Teig verkneten. Diesen in Frischhaltefolie wickeln und 45 Minuten kalt stellen.

2 In der Zwischenzeit die Schalotten schälen und fein würfeln. Thymian waschen und trocken schütteln. Lauch putzen, in breite Ringe schneiden, gründlich waschen und in kochendem Salzwasser 4–5 Minuten blanchieren. Dann abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Kürbis waschen, von Kernen und Fasern befreien und in dünne Spalten schneiden.

3 Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Kürbis darin bei mittlerer Hitze anbraten. Die Schalotten dazugeben und glasig dünsten. Kirschtomaten waschen und mit dem Lauch in die Pfanne geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und vom Herd nehmen.

4 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Spring- oder Quicheform (Ø 22 cm) mit etwas Butter fetten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche etwas größer als die Form rund ausrollen. Diese damit auskleiden, dabei auch einen Rand bilden. Den Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen und 5–7 Minuten im vorgeheizten Backofen vorbacken.

5 Crème fraîche in einer Schüssel mit übrigen Eiern und Sahne verquirlen und den Mix mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Gorgonzola würfeln. Die Kürbismasse auf den vorgebackenen Boden geben, den Guss darübergießen und alles mit dem Gorgonzola belegen. Die Quiche weitere 30–40 Minuten backen, bis der Guss gestockt ist. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Die Kürbisquiche aus dem Ofen nehmen und kurz ruhen lassen, dann vorsichtig aus der Backform lösen, auf eine Platte setzen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Kürbis, der Star der Saison

ZU DEN BELIEBTTESTEN SORTEN zählt der Hokkaidokürbis, sein Fruchtfleisch schmeckt leicht nussig und seine Schale kann mitgegessen werden. Bei allen anderen Sorten, wie dem leicht süßlichen Butternusskürbis, dem würzigen Muskatkürbis oder dem milden Riesenzentner, ist es ratsam, die harte Schale zu entfernen. Zierkürbisse sind aufgrund ihrer giftigen Bitterstoffe nicht verzehrbar.

BEIM KAUF sollte die Schale unversehrt und frei von Druckstellen sein. Ein Klopftest zeigt Ihnen, ob der Kürbis reif ist: Klingt er hohl, kann er gegessen werden. Im Ganzen und kühl gelagert halten sich Kürbisse bis zu mehrere Monate, angeschnitten im Kühlschrank etwa eine Woche.

KÜRBISKERNE NICHT WEGWERFEN! Einfach von Fruchtfleisch und Fasern befreien, gründlich waschen, flach auf einem Backblech verteilen und bei 180–200 °C Ober-/Unterhitze etwa 20 Minuten im Backofen rösten. Auskühlen lassen, aufknacken, nach Belieben mit etwas Salz und Chilipulver würzen und als kernigen Snack oder als besonderes Salatopping genießen!

Gefüllter Butternusskürbis mit Avocado-Joghurt-Dip

Zucca butternut ripiena con salsa di avocado e yogurt



FÜR 4 PERSONEN

2 Butternusskürbisse

7 EL natives Olivenöl extra

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1/2 Bund gemischte Kräuter
(z.B. Thymian, Majoran,
Rosmarin)

1 rote Paprikaschote

1 gelbe Paprikaschote

300 g Tomaten

400 g gemischtes Hack

80 g Fontina

80 g Pinienkerne

1/2 Bund Petersilie

2 Avocados

100 g Joghurt

1/2 Biolimette (abgeriebene
Schale und Saft)
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kürbisse waschen, halbieren und von Kernen und Fasern befreien. Die Hälften auf der Schnittfläche mit je 1 EL Öl bestreichen und mit Salz würzen. Dann auf ein mit Backpapier belegtes Blech geben und im vorgeheizten Ofen 35–40 Minuten backen.

2 Inzwischen Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein würfeln. Kräuter waschen und trocken schütteln. Blättchen bzw. Nadeln abzupfen und hacken. Die Paprikaschoten waschen, entkernen und fein würfeln. Die Tomaten waschen, vom Stielansatz befreien und ebenfalls in Würfel schneiden.

3 Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen. Das Hackfleisch darin rundherum goldbraun und krümelig braten. Zwiebel, Knoblauch, Kräuter und Paprika dazuge-

ben und unter gelegentlichem Rühren 5–7 Minuten mitbraten. Die Tomaten dazugeben und etwas mitköcheln lassen, alles mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Fontina in Scheiben schneiden. Die Hackfüllung in den vorgebackenen Kürbissen verteilen und mit dem Käse belegen. Alles in weiteren 12–15 Minuten goldbraun gratinieren.

5 In der Zwischenzeit die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen und hacken. Die Avocados halbieren, vom Kern befreien und das Fruchtfleisch mit Joghurt und Limettensaft fein pürieren. Petersilie, Zitronenschale, Salz und Pfeffer unterrühren.

6 Die gebackenen Kürbishälften aus dem Ofen nehmen, mit den Pinienkernen bestreuen mit dem Avocadodip sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten

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!

BIRNENSALAT mit Walnüssen

Insalata di pere e noci

FÜR 4 PERSONEN

100 g Knollensellerie
1/2 Kopf grüner Salat nach Wahl
3 Birnen
1/2 Biozitrone (Saft)
80 g Walnusskerne
2 EL Crème fraîche
4 EL Sahne
2 EL natives Olivenöl extra
2 EL Walnussöl
1 Prise Zucker
etwas frisch geriebene Muskatnuss
1/4 Bund Schnittlauch in Röllchen
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Sellerie schälen, waschen, trocken tupfen und in feine Scheiben hobeln. Den Salat verlesen, waschen, trocken schleudern und in Streifen schneiden. Die Birnen waschen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in dünne Spalten schneiden. Mit 1 EL Zitronensaft beträufeln.

2 Die Walnüsse hacken. Crème fraîche, Sahne, beide Ölsorten, Salz, Pfeffer, Zucker und übrigen Zitronensaft verrühren. Sellerie und Birnen auf Tellern auslegen. Den grünen Salat darauf verteilen. Alles mit dem Dressing beträufeln und etwas Muskat darüberreiben. Den Salat mit Walnüssen und Schnittlauch bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
20 Minuten



BIRNE Pera

Schon die Römer wussten das flaschenförmige Kernobst zu schätzen und bauten es an. Im 18. und 19. Jahrhundert wurden erste Züchtungserfolge erzielt, mittlerweile gibt es weltweit schätzungsweise 5000 Sorten, die sich für ganz unterschiedliche Zubereitungsarten (Kochen, Backen, Entsaften, Trocknen) oder den Rohverzehr eignen. Lagern Sie die Früchte an einem kühlen, dunklen Ort.



ROTE ZWIEBELN *Cipolle rosse*

Im Vergleich zur weißen Variante ist die rote Zwiebel etwas milder und leicht süßlich im Geschmack, daher eignet sie sich auch gut für den rohen Verzehr im Salat. Beim Erhitzen verliert die aus Italien stammende Knolle ihre hübsche rote Farbe etwas, dafür ist sie gegart leichter verdaulich. Ihre schwefelhaltigen ätherischen Öle wirken antibakteriell und entzündungshemmend.

ROTE-ZWIEBEL-BRUSCHETTE mit Feigen

Bruschette con cipolle rosse e fichi

FÜR 4 PERSONEN

- 300 g **rote Zwiebeln**
2 EL **natives Olivenöl extra**
70 g **brauner Zucker**
3 EL **Rotweinessig**
100 ml **trockener Rotwein**
4 Feigen
1 kleine junge Zwiebel
8 RoggenCiabatta-Scheiben
1 TL helle Sesamsaat, geröstet
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für die Zwiebelkonfitüre die roten Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. In einem Topf im heißen Öl andünsten. Mit Zucker bestreuen, mit Salz und Pfeffer würzen und alles ca. 10 Minuten weiterdünsten, dabei ab und zu umrühren. Essig und Rotwein angießen und alles weitere 20 Minuten köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und auskühlen lassen.

2 Die Feigen waschen, halbieren und in Spalten schneiden. Die junge Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die Brotscheiben im Toaster oder unter dem heißen Ofengrill rösten, anschließend mit etwas Zwiebelkonfitüre bestreichen. Die Bruschette mit Feigenspalten belegen und mit Zwiebelstreifen und Sesam bestreut servieren.

TIPP: Die Rote-Zwiebel-Konfitüre eignet sich auch gut zum Verfeinern von Salatdressings oder Soßen, die Sie beispielsweise zu Fleischgerichten servieren können. Zudem ist sie eine gute Ergänzung zu einer Käseplatte.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
55 Minuten

KARTOFFEL-OKTOPUS-SALAT

Polpo e patate

FÜR 4 PERSONEN

**900 g Oktopus, Küchenfertig
500 g kleine festkochende
Kartoffeln
1/2 Bund Petersilie
1 Knoblauchzehe
2 EL natives Olivenöl extra
1 EL Weißweinessig
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer**

1 Den Oktopus gründlich reinigen (ggf. den Fischhändler darum bitten) und waschen. In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und den Oktopus ins sprudelnde Wasser geben. Bei mittlerer Hitze 30–40 Minuten kochen, dann beiseitestellen und im Sud auskühlen lassen. Inzwischen die Kartoffeln waschen, in leicht gesalzenem Wasser in 20–25 Minuten kochen, abgießen und abkühlen lassen.

2 Den ausgekühlten Oktopus aus dem Sud heben und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und grob hacken. Den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Die vorbereiteten Zutaten in einer Schüssel vermischen, alles salzen und pfeffern. Öl und Essig dazugeben, alles erneut vermengen und den Salat ca. 60 Minuten durchziehen lassen.

3 Den Kartoffel-Oktopus-Salat abschmecken, auf Teller verteilen und servieren. Nach Belieben Fladenbrot dazureichen.

**♥ ZUBEREITUNGSZEIT
70 Minuten zzgl. 60 Minuten
Ruhezeit**



KARTOFFELN Patate

Mit nur 70 kcal pro 100 g zählen Kartoffeln zu den kalorienärmeren Sättigungsbeilagen. Aber auch als Hauptzutat eines Gerichts können die beliebten Knollen punkten, denn sie liefern neben hochwertigen Proteinen und Ballaststoffen viel Vitamin C (17 mg pro 100 g). Lagern Sie Kartoffeln an einem kühlen, dunklen Ort, um die Bildung von giftigen grünen Stellen und Keim-„Augen“ zu verhindern.



Fotos: © StockFood/Wischniawski Jan (1); Natalka/Shutterstock.com (1); © StockFood/Promedio (1) Getty Images/F+JohnGollap (1)

POROBELLOPILZ *Funghi Portobello*

Der Riesen Champignon ist eine besondere Züchtung mit einem Hut mit einem Durchmesser von ca. 12 cm. Er eignet sich besonders gut zum Füllen, Überbacken, als Brötchenalternative bei Burgern oder als Steakersatz. Er zeichnet sich durch eine feste Konsistenz, ein kräftiges Aroma und die dunklen Lamellen aus, die am besten mit einem Pinsel oder feuchtem Küchenpapier geputzt werden.



POROBELLOPILZ-CAPRESE aus dem Ofen

Caprese di funghi Portobello al forno

FÜR 4 PERSONEN

- 4 Portobellopilze
- 2 EL natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Fetteln
- 1 Knoblauchzehe
- 150 g Kirschtomaten an der Rispe
- 4 Stiele Basilikum
- 2 Kugeln Mozzarella
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf Grillstufe vorheizen.
1 Die Portobellopilze säubern (nur bei Bedarf kurz waschen und mit Küchenpapier gut trocken tupfen) und die Stiele entfernen. Das Öl in einer kleinen Pfanne leicht erhitzen. Den Knoblauch schälen, fein würfeln und kurz darin andünsten.

2 Die Pilzhüte auf der Innenseite mit dem Knoblauchöl bestreichen, dann salzen und pfeffern. Die Kirschtomaten waschen und trocken tupfen. 3/4 davon halbieren. Das Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und die Hälfte davon grob hacken. Den Mozzarella in Scheiben schneiden.

3 Die Pilzhüte mit der Hälfte des gehackten Basilikums bestreuen, mit Mozzarellascheiben belegen und mit den halbierten Tomaten belegen. Das übrige gehackte Basilikum darüberstreuen, die Pilzhüte mit den übrigen Tomaten an der Rispe in eine mit Öl gefettete Auflaufform legen und im Ofen 10 Minuten unter dem heißen Ofengrill garen, bis der Käse geschmolzen ist.

4 Die Portobellopilze mit etwas Pfeffer würzen, alles mit dem übrigen Basilikum bestreuen und das Gericht servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
35 Minuten

EINGELEGTER KÜRBIS

Zucca sott'aceto

FÜR 2 GLÄSER (À 750 ML)

- 1 Hokkaidokürbis (ca. 2 kg)
- 2 cm Ingwer
- 200 ml Apfelessig
- 150 g Zucker
- 1 EL Wacholderbeeren
- 1 EL Salz

1 Kürbis nach Belieben schälen. Fruchtfleisch von Kernen und Fasern befreien und in schmale Spalten schneiden. Ingwer schälen und in Scheiben schneiden.

2 In einem Topf den Essig mit 250 ml Wasser, Zucker, Ingwer, Wacholderbeeren und Salz aufkochen. Die Kürbisspalten in den kochenden Sud geben und ca. 5 Minuten kochen.

3 Kürbis in vorgewärmte sterile Einmachgläser füllen, mit dem Sud bedecken und die Gläser mit Einmachgummi und Deckel verschließen. Im Einkochtopf bei 85 °C ca. 20 Minuten einkochen. Dann herausnehmen und auskühlen lassen.

TIPP: Wer keinen Einkochtopf hat, kann den Kürbis auch im Backofen haltbar machen. Dafür den Ofen auf 90 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Gläser in eine Fettpfanne stellen und heißes Wasser angießen. Alles etwa 20 Minuten im Ofen einkochen, dann herausnehmen und auskühlen lassen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
50 Minuten



HOKKAIDOKÜRBIS Zucca

Ganze Kürbisse können Sie bei Zimmertemperatur, angeschnittene Stücke in Folie gewickelt im Kühlschrank mehrere Wochen aufbewahren. Um die Saison, die in Deutschland von September bis Ende November reicht, zu verlängern, können Sie gewürfelten, 2 Minuten blanchierten Kürbis einfrieren. Für sein hell- bis tieforanges Fruchtfleisch sorgen Karotinoide, die Vorstufe von Vitamin A.



Fotos: © StockFood/Brachial, Oliver (1), Getty Images/Stock/lananix (1) © StockFood/Melchik, Irina (1) © iStock/Dmitriy

ZWETSCHGEN *Prugne*

Die Unterart der Pflaumen zeichnet sich durch ihre längliche Form aus und ist im Gegensatz zur ihren Verwandten kleiner, säuerlicher und weniger wasserhaltig. Der typische weiße Film auf der Schale ist ein gutes Zeichen: Der sogenannte Duftfilm bildet sich durch Kondenswasser und soll die am Baum hängenden Zwetschgen vor dem Austrocknen schützen. Einfach vorsichtig mit Wasser abwaschen.



ZWETSCHGENEIS aus gebackenen Früchten

Gelato di prugne cotte

FÜR 4 PERSONEN

600 g Zwetschgen
2 EL Ahornsirup
2 Stiele Thymian
100 g Zucker
2 EL Biozitronensaft
100 g Mascarpone
50 g Sahne
einige Eiswaffeltüten nach Belieben

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwetschgen waschen, halbieren und entsteinen. Die Hälften mit dem Ahornsirup vermischen und in eine Auflaufform geben. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blätter abzupfen, fein hacken und über die Zwetschgen streuen. Alles im vorgeheizten Ofen ca. 20 Minuten garen.

2 Inzwischen den Zucker mit 100 ml Wasser in einem Topf aufkochen und 2–3 Minuten köcheln lassen. Den Sirup vom Herd ziehen und auskühlen lassen, dann den Zitronensaft unterrühren.

3 Die gebackenen Zwetschgen aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und mit dem Sirup im Mixer so fein wie möglich pürieren. Mascarpone und Sahne unterrühren und die Masse in ein flaches Metallgefäß füllen. Für ca. 4 Stunden in den Tiefkühlschrank stellen, dabei alle 30 Minuten umrühren, damit sich keine größeren Eiskristalle bilden. Das Eis ca. 10 Minuten vor dem Servieren aus dem Tiefkühlschrank nehmen, nach Belieben als Kugeln in Waffeltüten geben.

TIPP: Alternativ für die Zubereitung eine Eismaschine verwenden. Die Eismasse darin nach Herstellerangaben zu einem cremigen Eis gefrieren lassen.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT**
30 Minuten zzgl. 4 Stunden
Kühlzeit



Backkunst

Gennaro Contaldo war schon immer ein leidenschaftlicher Brotbäcker. Jetzt können Sie ihm nacheifern, denn in seinem Buch (mehr auf Seite 30) verrät er Geheimtipps für italienisches Brot und andere feine Gebäckspezialitäten.

Ran an den Ofen!



TRAUBEN- ROSMARIN- SCHNECKEN

Rezept auf Seite 29

Gennaro Contaldo backt PANE & CO.

Dass die Italiener das **Backhandwerk** verstehen, weiß kaum jemand besser als **Starkoch Gennaro Contaldo**. Wir stellen drei seiner schönsten Rezepte vor

Für die Familie

Rustikaler Kuchen

ZUCCHINI-RICOTTA-KUCHEN

Zucchini-Ricotta-Kuchen

Torta rustica con zucchine e ricotta



FÜR 1 KUCHEN (Ø 24 CM)

- 400 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten**
7 EL natives Olivenöl extra
150 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
3 große Zucchini
40 g Pancetta
1 kleine Zwiebel
1 Handvoll Basilikumblätter
250 g Ricotta
2 Eier
40 g frisch geriebener Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den Teig Mehl und 1 Prise Salz in einer großen Schüssel vermengen. In die Mitte eine Mulde drücken, 6 EL Olivenöl sowie nach und nach das Mineralwasser hineingeben und alles zu einem weichen, geschmeidigen Teig verarbeiten. Diesen zu einer Kugel formen, in Frisch-

haltefolie wickeln und 20 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2 In der Zwischenzeit für die Füllung 2 Zucchini waschen, putzen und der Länge nach in ca. 5 mm breite Streifen schneiden. Eine Grillpfanne stark erhitzen und die Zucchini darin von jeder Seite braten, bis sie weich sind. Herausnehmen und beiseitestellen. Den Backofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Tarteform (Ø 24 cm) mit Backpapier auslegen.

3 Die restliche Zucchini waschen, putzen und in feine Scheiben schneiden. Den Pancetta klein würfeln, die Zwiebel schälen und fein hacken. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Pancetta und Zwiebel bei mittlerer Hitze darin anbraten. Zucchinischeiben dazugeben und die Hitze reduzieren. Abgedeckt 5 Minuten garen. Vom Herd nehmen, die Flüssigkeit abseihen und den Mix abkühlen lassen.

4 Das Basilikum waschen, trocken schütteln und grob zerpfücken. Den Ricotta mit 1 Ei, Basilikum, geriebenem Parmesan und der Zucchinimischung in einer Schüssel vermengen. Die Masse mit Salz und Pfeffer würzen.

5 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 2 mm dick rund ausrollen und die Backform damit an Boden und Rand auslegen. Reichlich Teig überstehen lassen. Die Füllung auf dem Teig verteilen. Die Zucchinistreifen aus der Grillpfanne in einem Gittermuster auf den Kuchen legen, den Teigrand nach innen klappen und leicht festdrücken. Teig und Zucchini mit 1 verquirltem Ei bestreichen. Den Kuchen im vorgeheizten Ofen in 25 Minuten goldbraun backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Den Kuchen herausnehmen, ca. 5 Minuten abkühlen lassen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten

Trauben-Rosmarin-Schnecken

Rondelle all'uva e rosmarino



FÜR 10-12 STÜCK

- 1/2 Biozitrone**
300 g kernlose Weintrauben
1 EL Weißwein
7 TL Rohrzucker
1 TL Zimtpulver
160 ml Milch
14 g frische Hefe
350 g Mehl (Type 550) zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 Zweig Rosmarin
etwas natives Olivenöl extra zum Bestreichen

1 Zitrone heiß abwaschen und trocken rieben, dann die Schale fein abreiben. Die Weintrauben waschen, halbieren und mit Wein, Zucker, Zitronenschale und Zimt in einer kleinen Schüssel vermengen. Alles durchziehen lassen.

2 Die Milch leicht erwärmen und die Hefe darin auflösen. Das Mehl in eine große Schüssel sieben, nach und nach die Hefemischung dazugießen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche ca. 10 Minuten kneten, dann zu einer Kugel formen. Mit Frischhaltefolie abdecken und an einem warmen Ort 15 Minuten ruhen lassen.

3 Den Teig rechteckig ausrollen. Den Rosmarin waschen, trocken schütteln und die Nadeln abzupfen. Den Teig mit Trauben und Rosmarinnadeln bestreuen. Den Teig dann einrollen und vorsichtig

in 2,5 cm breite Scheiben schneiden. Die Teiglinge auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und mit etwas Olivenöl bestreichen. Mit einem Küchenhandtuch abdecken und ca. 30 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

4 Inzwischen den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Teiglinge im vorgeheizten Ofen in 15 Minuten goldbraun backen. Dann herausnehmen, etwas abkühlen lassen und servieren.

TIPP: Dazu können Sie einen cremigen Dip servieren. Dafür 150 g Crème fraîche (alternativ Schmand) mit 80 g Gorgonzola verrühren und mit Salz, Pfeffer und etwas abgeriebener Biozitronenschale würzen. Den Dip gekühlt zu den Trauben-Rosmarin-Schnecken reichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten
zzgl. 45 Minuten Ruhezeit



Toll zum Aperitivo

Pane mit Pep

Tomatenbrot

Pane ai pomodori

FÜR 1 BROT (LÄNGE CA. 19 CM)

- 125 g Mehl**
1 3/4 TL Backpulver
45 g frisch geriebener Parmesan
zzgl. etwas mehr zum
Garnieren
1 TL Fenchelsaat
50 g Butter
3 Eier
2 EL Crème double
50 g getrocknete Tomaten
1 Handvoll Basilikumblätter
120 g Datteltomaten, einige davon mit Grün
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform (Länge ca. 19 cm) mit Backpapier auslegen. Mehl, Backpulver, Parmesan und Fenchelsaat in einer Schüssel vermengen und beiseitestellen. Die Butter bei kleiner Hitze lang-

sam in einer Pfanne zerlassen, anschließend gut abkühlen lassen.

2 Eier, abgekühlte, flüssige Butter und Crème double in einer großen Schüssel gründlich vermengen. Die getrockneten Tomaten fein hacken und unterrühren, die Mehlmischung unterheben. Das Basilikum waschen, trocken schütteln und zum Teig geben.

3 Den Teig kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und in die vorbereitete Form geben. Einige Datteltomaten in den Teig drücken und den Teig mit Parmesan bestreuen. Die Tomaten mit Grün obenauf legen und nur leicht in den Teig drücken. Die Form mit Alufolie abdecken und das Brot 30 Minuten im vorgeheizten Ofen backen, dann in ca. 10 Minuten ohne Alufolie goldbraun backen. Stäbchenprobe machen. Das Brot abgekühlt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten



REDAKTIONSTIPP

Die hier vorgestellten und viele weitere Rezepte finden Sie im Buch „Gennaros Pizza, Pane, Panettone. Italienisch backen mit Gennaro Contaldo“. Darin zeigt der beliebte Starkoch, wie aus verschiedenen Teigen, handwerklichem Geschick und einer guten Portion Leidenschaft wahre Meisterwerke entstehen. Von Pizzen über Brote bis hin zu süßen Köstlichkeiten zaubern auch Sie demnächst allerhand italienische Leckereien aus dem Ofen! **Ars Vivendi Verlag, 26 Euro**

Landgefühl zu Hause erleben

Saisonale Rezepte

33% SPAREN
3 Ausgaben für nur
9,90 €



Gleich bestellen:

0711 / 72 52-291 @ www.landgenuss-magazin.de/probeabo

Bestellnummer: LG12ONM

Land & Leute im Porträt

Warenkunden, Ratgeber u. v. m.

Fotos: AdobeStock/Ikunl (1); Archiv (3)

Traumhafte Obstkuchen

Der Herbst bringt uns fruchtige Schätze wie **Weintrauben, Pflaumen, Äpfel, Birnen oder Feigen**, aus denen wir neue Lieblingskuchen backen. So gut!

TRAUBEN- HIMBEER-KUCHEN

mit Sahne

Rezept auf Seite 38



Weintrauben

Rote Trauben sind besonders reich an Antioxidantien sowie Vitamin C und E. Durch ihren süßsäuerlichen Geschmack harmonieren sie gut mit anderen säuerlichen Aromen wie in Himbeeren, sie schmecken aber auch toll in herzhaften Gerichten.

Äpfel

Äpfel sind reich an Ballaststoffen, die für eine gut funktionierende Verdauung sorgen. Durch die enthaltenen Mineralstoffe wie Kalium, Kalzium und Phosphor wird der Stoffwechsel unterstützt, und dank vieler Vitamine stärken sie die Immunabwehr.



APFELTARTE
mit Rosmarin und Honig

Rezept auf Seite 38

Kürbis-Käsekuchen mit Feigen und Karamell

Cheesecake alla zucca con fichi e caramello

FÜR 1 KUCHEN (Ø CA. 20 CM)

200 g Schokoladenkekse

100 g Butter

300 g Hokkaidokürbisfleisch, am Vortag gegart

400 g Quark

400 g Frischkäse

75 g brauner Zucker

2 Eier

2 EL Speisestärke

75 g Zucker

1 TL Vanilleextrakt

3 Feigen

250 g Sahne

3 EL Karamellsoße

1 Den Boden einer Springform (Ø ca. 20 cm) mit Backpapier belegen. Die Schokoladenkekse fein zerbröseln. Butter in einem kleinen Topf schmelzen und mit den Bröseln vermischen. Die Masse in die Form geben und an Boden und Rand gut andrücken. Dann kalt stellen.

2 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das gegarte Kürbisfleisch fein pürieren, mit 150 g Quark, 150 g Frischkäse, braunem Zucker, 1 Ei sowie 1 EL Stärke glatt rühren. Für die helle Creme in einer weiteren Schüssel restlichen Quark mit Frischkäse, Zucker, übriger Stärke, Vanille und 1 Ei verrüh-

ren. Beide Cremes abwechselnd in Klecksen in die Form auf den gekühlten Keksboden füllen. Mit einem Holzstäbchen marmorieren und den Kuchen im vorgeheizten Ofen in ca. 45 Minuten goldbraun backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Den Kuchen ca. 2 Stunden abkühlen lassen.

3 Feigen waschen, putzen und vierteln.

Die Sahne steif schlagen. Den Käsekuchen aus der Form lösen, mit der Sahne bestreichen, mit den Feigen belegen und mit der Karamellsoße beträufeln.

**♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten
zzgl. ca. 2 Stunden Ruhezeit**



Feigen

Das zarte Obst punktet nicht nur mit seinem süßen Geschmack, Feigen sind auch reich an Eisen. Pro 100 Gramm kommen die Früchtchen auf 600 Milligramm Eisen, das die Blutbildung unterstützt. Das entspricht etwa fünf Prozent des täglichen Bedarfs.

Pflaumen

Es gibt mehr als 2.000 unterschiedliche Pflaumenarten, z.B. Zwetschgen, Mirabellen und Rundpflaumen. Besonders süß und saftig sind sie, wenn sie ganz reif sind. Noch harte Pflaumen können Sie einfach bei Zimmertemperatur nachreifen lassen.

PFLAUMENKUCHEN

mit Haferflocken

Rezept auf Seite 38



Kartoffelkuchen mit Birnen, weißer Schokolade und Haselnüssen

Torta alle patate con pere, cioccolato bianco e nocciole

FÜR 1 KUCHEN (LÄNGE CA. 30 CM)

110 g mehligkochende Kartoffeln
etwas Salz
150 g weiche Butter zzgl. etwas
mehr zum Fetten
150 g Mehl zzgl. etwas mehr
zum Verarbeiten
100 g weiße Schokolade
100 g gemahlene Haselnüsse
1 EL Backpulver
2 mittelgroße Birnen
1/2 Biozitrone (abgeriebene
Schale und Saft)
120 g Zucker
2 EL Vanillezucker
3 Eier
2 EL Haselnusskerne, grob
gehackt

1 Die Kartoffeln ungeschält in leicht gesalzenem Wasser in ca. 25 Minuten garen. Dann abgießen, kurz ausdampfen lassen, pellen, mit einer Gabel fein zerdrücken und auskühlen lassen.

2 Eine Kastenform (Länge ca. 30 cm) mit Butter fetten und mit Mehl austäuben. Die weiße Schokolade hacken. Das Mehl mit den gemahlenen Haselnüssen und dem Backpulver vermischen. Die Birnen schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien, klein würfeln und mit etwas Zitronensaft vermischen.

3 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Butter mit Zucker, Vanillezucker und 1 Prise Salz schaumig schlagen. Die Eier nacheinander jeweils gut unterrühren. Zerdrückte Kartoffeln

mit dem Mehl-Nuss-Mix und der Zitronenschale unter den Teig mengen, dann die gehackte Schokolade und die Birnenwürfel untermischen. Den Teig in die Form geben, glatt streichen und mit den gehackten Nüssen bestreuen.

4 Den Kuchen im vorgeheizten Backofen 50–55 Minuten backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Eine Stäbchenprobe machen.

5 Den Kuchen aus dem Backofen nehmen, etwas abkühlen lassen, vorsichtig aus der Form stürzen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen. Den Kuchen servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden

Birnen

Birnen zählen zu den ballaststoffreichsten Obstsorten. Ballaststoffe helfen beim Abnehmen, wirken sich positiv auf unsere Darmgesundheit aus und können zudem den Blutzuckerspiegel senken. Birnen lagern Sie am besten an einem kühlen Ort.





Trauben-Himbeer-Kuchen mit Sahne

Torta di uva e lamponi con la panna

FÜR 1 KUCHEN (40 X 30 CM)

300 g Himbeeren
 400 g kernlose Weintrauben
 250 g weiche Butter
 200 g Zucker
 2 EL Vanillezucker
 4 Eier
 350 g Mehl
 50 g Speisestärke
 2 TL Backpulver
 75 ml Milch
 200 g Sahne

1 Ein tiefes Backblech (40 x 30 cm) mit Backpapier auslegen. Die Himbeeren und Trauben waschen, ggf. von den Rispen zupfen und trocken tupfen.

2 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Weiche Butter mit Zucker und Vanillezucker schaumig schlagen. Nach und nach die Eier gründlich unterrühren. Das Mehl mit Speisestärke und Backpulver darübersieben und alles mit der Milch zu einem geschmeidigen Teig verrühren. Diesen auf das vorbereitete Blech geben und glatt streichen.

3 Himbeeren und Trauben auf dem Teig verteilen und den Kuchen im vorgeheizten Ofen in ca. 30 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Eine Stäbchenprobe machen.

4 Den Kuchen auskühlen lassen, dann in Stücke schneiden und mit steif geschlagener Sahne servieren.

TIPP: Es ist Ihnen überlassen, ob Sie diesen Kuchen mit hellen oder dunklen Weintrauben zubereiten möchten. Sie sollten nur aromatisch und kernlos sein.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten



Apfeltarte mit Rosmarin und Honig

Tarte di mele con rosmarino e miele

FÜR 1 KUCHEN (Ø CA. 28 CM)

350 g Blätterteig (Kühlregal)
 50 g weiche Butter
 1 Eigelb
 80 g gehähte Mandeln
 50 g brauner Zucker
 150 g flüssiger Honig
 1 TL Vanilleextrakt
 3 rote Äpfel
 2 EL Biozitronensaft
 1 Zweig Rosmarin

1 Den Boden einer Tarteform (Ø ca. 28 cm) mit Backpapier auslegen. Den Teig rund in passender Größe ausrollen und die Tarteform damit an Boden und Rand auslegen.

2 Weiche Butter mit Eigelb, Mandeln, Zucker, 3 EL Honig sowie Vanilleextrakt zu einer streichbaren Masse verrühren. Bei Bedarf noch etwas Mandeln oder Honig hinzufügen. Die Masse dünn auf dem Teig verstreichen.

3 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Äpfel waschen, trocken tupfen, quer in dünne Scheiben hobeln (nach Belieben vorher das Kerngehäuse ausstechen) und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Tarte mit den Apfelscheiben belegen, mit 5-6 EL Honig beträufeln und im vorgeheizten Ofen in ca. 20 Minuten goldbraun backen.

4 Inzwischen den Rosmarin waschen und trocken schütteln. Nadeln abzupfen, grob hacken und mit dem restlichen Honig in einem Topf erhitzen. Die Tarte lauwarm oder abgekühlt mit dem Rosmarinhonig beträufeln und servieren. Nach Belieben Crème double dazureichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten zzgl. ca. 30 Minuten Kühlzeit



Pflaumenkuchen mit Haferflocken

Torta di prugne e fiocchi d'avena

FÜR 1 KUCHEN (Ø CA. 22 CM)

500 g Pflaumen
 60 g brauner Zucker
 120 ml Pflaumensaft
 125 g weiche Butter zzgl.
 etwas mehr zum Fetten
 50 g Zucker
 1 EL Vanillezucker
 1 TL Zimtpulver
 2 Eier
 50 g Haferflocken
 180 g Mehl
 240 ml Buttermilch
 2-3 EL Mandelblättchen

1 Pflaumen waschen, halbieren und entsteinen. Brauner Zucker in einem Topf karamellisieren, mit dem Pflaumensaft ablöschen und den Karamell losköchen. Die Pflaumen 3-4 Minuten mitköcheln, dann abkühlen und in einem Sieb abtropfen lassen, dabei den Sud auffangen.

2 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Springform (Ø 22 cm) mit Butter fetten. Zucker, Vanillezucker und Zimt mischen, 1 EL davon beiseitestellen. Die weiche Butter mit der übrigen Zimtzuckermischung schaumig schlagen, die Eier einzeln gut unterrühren. 1 EL Haferflocken beiseitestellen, den Rest abwechselnd mit dem Mehl untermischen.

3 Abgekühlten Sud und Buttermilch unter den Teig mengen. Diesen in die vorbereitete Form geben, Pflaumen mit der Schnittfläche nach unten darauf verteilen. Mandeln und Haferflocken daraufstreuen und den Kuchen ca. 55 Minuten backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Stäbchenprobe machen. Den Kuchen auskühlen lassen, mit der übrigen Zimtzuckermischung bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten

ZEIT FÜR CAFFÈ!



LAVAZZA QUALITÀ ROSSA

Diese aromatische Mischung ist ein italienisches Idol: seit 1970 auf dem Markt und in 88 Ländern verfügbar, besteht Lavazza Rossa hauptsächlich aus brasilianischem Arabica-Kaffee und afrikanischem Robusta und begeistert mit der Intensität sanfter Schokoladen-Noten



LAVAZZA CREMA E GUSTO CLASSICO

Der vollmundige Espresso mit Noten von dunkler Schokolade und einem nussigen Aroma ist ein italienischer Klassiker und schmeckt nach einem unvergesslichen Urlaub. Für die sanfte Mischung werden hauptsächlich Arabica aus Brasilien und Robusta aus Südostasien verwendet

Holen Sie sich mit den italienischen Kaffeeklassikern von Lavazza das perfekte Dolce-Vita-Feeling nach Hause

Kaum ein Getränk hat so viele Facetten wie der italienische Caffè: Köstlichkeiten wie der klassische Espresso oder der sanfte Caffè Crema sorgen für einen sinnlichen Kaffee-Moment! Das italienische Familienunternehmen Lavazza steht seit über 120 Jahren für original italienischen Kaffeegenuss und zeigt, wie man in Italien den perfekten original italienischen Caffè zubereitet: Traditionell und klassisch mit der Mokkakanne und den italienischen Klassikern Qualità Rossa und Crema e Gusto Classico. Für den vollendeten Genuss bietet sich Lavazzas ikonische Mokkakanne, die Carmencita, an: Sie ist nicht nur ein Garant für den authentischen vollmundigen Kaffeegenuss, sondern auch ein stylisches Accessoire für die Zubereitung eines original italienischen Caffès.



Jetzt QR-Code scannen und tolle Italian-Classics-Angebote auf lavazza.de sichern!

Die legendäre Mokkakanne „Carmencita“ ist ein echtes Designerstück (29,99€ auf lavazza.de)



Die perfekte Caffè-Zubereitung mit der Carmencita von Lavazza

1. Nehmen Sie am besten vorgeheiztes und gefiltertes Wasser, denn so wird der Kaffee-Geschmack nicht bitter oder gar metallisch.
2. Füllen Sie den Metallfilter vollständig mit Kaffeemehl und vermeiden Sie dabei das Andrücken oder Tamponieren. Das wird durch das Oberteil der Herdkanne erledigt.
3. Stellen Sie nun die Carmencita auf die Herdplatte und erhitzen Sie diese bei mittlerer Hitze und offenem Deckel. Sobald sich dicke Luftblasen bilden, können Sie die Kanne vom Herd nehmen und sie direkt in kaltes Wasser stellen; so entstehen keine unerwünschten Bitteraromen.



Ulli Neiss,
Lavazza
Head of Training



LECKERER CAFFÈ LATTE MIT MANDELN

Zunächst am Vortag einen Mandelsirup zubereiten. Dazu **200 g Mandelkerne** ohne Zugabe von Fett anrösten. **100 ml Wasser** und **100 g Zucker** dazugeben. Alles köcheln lassen, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Mandelsirup über Nacht abkühlen lassen, dann durch ein Sieb abgießen, um die Mandeln zu entfernen. **200 ml Milch** cremig aufschäumen. **100 ml Espresso** zubereiten. Jeweils etwas Mandelsirup (Menge nach Belieben) in 4 Gläser geben. Heiße Milch, Espresso und Milchschaum auf die Gläser verteilen. Die Mandel-Caffè-Latte jeweils mit **etwas Zimtpulver** bestäuben und sofort servieren.

Tipp: Wer mag, verwendet anstelle von Kuhmilch Mandeldrink, um das feine Mandelaroma noch zu verstärken.

Fotos: © StockFood/Great Stock (1); Getty Images/StockphotoElena (1); PR (3); Illustrationen: Getty Images/DigitalVision Vectors/Envynz (1); PR (3); Illustrationen: Getty Images/Plus/Sonya_Illustration (1)

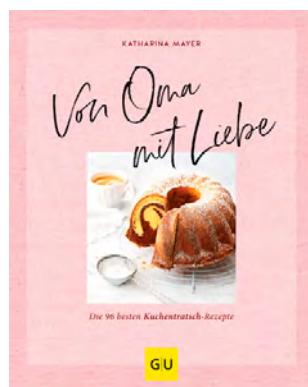
Kaffeezeit RATGEBER

Wir geben Ihnen hilfreiche Tipps und empfehlen Produkte für eine gemütliche Zeit bei Kaffee und Gebäck

LEKTÜRETIPP

Das Buch „Von Oma mit Liebe“ verspricht nicht weniger, als auf dem Cover angekündigt: „die 96 besten Kuchentratsch-Rezepte“. Bei „Kuchentratsch“, einem sozialen Start-up-Unternehmen aus München, backen inzwischen fast 50 Seniorinnen und Senioren und liefern ihr Sortiment sogar deutschlandweit aus. Ihr fundiertes Backwissen geben sie mit Katharina Mayer, der Gründerin des Unternehmens, in diesem Buch weiter. Ran an den Ofen!

GU Verlag, 26 Euro



ZUM KUCHEN EIN FEINER ESPRESSO?

Beim „Espresso Italiano Classico“ von Lavazza handelt es sich um eine Mischung qualitativ hochwertigster Arabica-Kaffees aus Afrika, Süd- und Mittelamerika. In diesem angenehm milden Espresso dominieren die fruchtig-blumigen Aromen und erzeugen einen vollen, intensiv aromatischen Geschmack – der ultimative Espresso, den man zu jeder Tageszeit genießen kann. Ca. 5 Euro/250-g-Dose, erhältlich im gut sortierten Lebensmitteleinzelhandel. Weitere Informationen finden Sie unter www.lavazza.de

CHE BELLO!

Wer sein Gebäck stilvoll und hübsch präsentieren möchte, findet bei ASA viele unterschiedliche Tortenplatten und dazu passende Hauben sowie Etageren. Mehr Infos zum großen Produktangebot und Bestellung unter www.asa-selection.com





SCHWEINEFILET

mit Mascarponesoße

Rezept auf Seite 45



Deftig geschmort

Unsere raffinierten Schmorgerichte **mit unterschiedlichen Fleischsorten sind so zart und saftig**, dass Sie Augen machen werden. Buon appetito!

Variante

Anstelle der Hähnchenkeulen können Sie auch ein in Stücke geteiltes Kaninchen verwenden. Übergießen Sie dieses während des Schmorens immer wieder mit dem Sud und reduzieren Sie die Garzeit etwas, damit die Kaninchenteile schön zart werden.



In Weißweinsud GESCHMORTE HÄHNCHENKEULEN *auf Gemüse*

Rezept auf Seite 46

Würziger Braten



KALBSBRATEN
mit Gemüse und Rosmarin

Rezept auf Seite 48

Besonders

Für dieses feine Gericht haben wir Hirschfleisch verwendet. Es ist besonders mager und wird beim langsamen Schmoren schön mürbe. Wer den Wildgeschmack nicht mag, kann natürlich auch Rindfleisch (z.B. Nacken oder hohe Rippe) verwenden.



HIRSCHRAGÙ mit Farfalle

Rezept auf Seite 48



Vollmundig

Dieses Gericht überzeugt durch eine Vielzahl an unterschiedlichen Aromen, die ideal miteinander harmonieren: Die Nüsse und Kerne in der Füllung werden durch die Süße der Birnen unterstützt, der rauchige Whisky in der Soße sorgt für geschmackliche Tiefe.



Mit feiner Füllung



KALBSROLLBRATEN
mit Nussfüllung,
Birnen und Whiskysoße

Kalbsrollbraten mit Nussfüllung, Birnen und Whiskysoße

Rollè di vitello con ripieno di noci, pere e salsa al whisky

FÜR 4–6 PERSONEN

- 1 kg Kalbsrollbraten, küchenfertig
- 50 g Pistazienkerne
- 50 g Walnusskerne
- 50 g getrocknete Feigen
- 4 Stiele Thymian
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 100 ml Whisky
- 2 rote Zwiebeln
- 2 Birnen
- 60 g Rosinen
- 2 EL flüssiger Honig
- 500 ml Kalbsfond
- etwas Speisestärke, nach Belieben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Das Kalbfleisch trocken tupfen, ausbreiten und mit Salz und Pfeffer würzen. Für die Füllung Pistazien, Walnüsse und Feigen hacken und auf dem Fleisch verteilen. Den Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Einige zum Garnieren beiseitelegen, den Rest auf die Füllung streuen und das Fleisch fest einrollen.

2 Den Rollbraten mit Küchengarn umbinden und mit Salz und Pfeffer würzen. In einer Pfanne im heißen Öl bei großer Hitze rundherum braun anbraten, dann in einen ofenfesten Bräter legen und mit dem Öl aus der Pfanne übergießen. Bratsatz mit dem Whisky ablöschen, loskochen und ebenfalls über das Fleisch in den Bräter gießen.

3 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwiebeln schälen, in Spalten schneiden. Die Birnen waschen, halbieren und mit den Zwiebeln um den Braten herum verteilen. Alles mit Rosinen bestreuen, mit Honig beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Braten im vorgeheizten Ofen ca. 75 Minuten garen, nach und nach den Fond darübergießen.

4 Den Braten aus dem Bräter nehmen. Den Sud abschmecken, nach Belieben etwas einkochen lassen und mit Stärke leicht binden. Den Braten vom Garn befreien, in Scheiben schneiden und mit den Birnen und der Soße anrichten. Mit übrigem Thymian garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 110 Minuten

Schweinefilet mit Mascarponesoße

Filetto di maiale al mascarpone



FÜR 4 PERSONEN

- 800 g Schweinefilet
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 1/2 Bund Salbei
- 1 Zwiebel
- 100 ml trockener Weißwein
- 300 ml Kalbsfond
- 120 g Mascarpone
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Fleisch trocken tupfen, salzen und pfeffern und mit Küchengarn in Form binden. In einem ofenfesten Bräter 2 EL Öl erhitzen, das Filet darin langsam anbraten. Den Bräter in den vorgeheizten Ofen stellen und das Fleisch darin 40–50 Minuten schmoren, bis das

Fleischthermometer 70 °C Kerntemperatur anzeigt. Das Fleisch kurz mit Alufolie abgedeckt ruhen lassen.

2 In der Zwischenzeit Salbei waschen und trocken schütteln. Die Hälfte der Blätter grob hacken. Die Zwiebel schälen, halbieren und in dünne Spalten oder in Streifen schneiden. In einer Pfanne das übrige Öl erhitzen und die Zwiebel darin langsam goldbraun anbraten. Die ganzen Salbeiblätter dazugeben, kurz mitbraten und wieder herausnehmen. Alles mit dem Weißwein ablöschen, den Kalbsfond angießen und die Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen lassen. Mascarpone unterrühren, die Soße mit Salz, Pfeffer und dem gehackten Salbei würzen.

3 Das Schweinefilet vom Garn befreien und in Scheiben schneiden. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Salbeiblätter wieder hineinlegen. Das Schweinefleisch mit der Soße und dem Salbei auf vorgewärmten Tellern anrichten und das Gericht servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Und welche Beilage passt dazu?

Geschmorte Fleischgerichte vertragen kräftige Beilagen, mit denen die Soße gut aufgenommen werden kann. Besonders toll eignet sich zum Beispiel eine cremige Polenta, die Sie je nach Gericht mit würzigen Komponenten (frische Kräuter, Knoblauch, Parmesan, Safran, Zitronenschale, sehr fein gewürfelte Tomaten o. Ä.) noch verfeinern können. Alternativ passt auch ein Kartoffelstampf gut. Wer es ganz einfach und unkompliziert halten möchte, serviert knusprig frisches Ciabatta dazu. So bleiben Fleisch und Soße das geschmackliche Highlight.

Roastbeef mit Trauben und Kartoffeln

Roastbeef con uva e patate

FÜR 4–6 PERSONEN

- 50 g Butter
- 1 kg Roastbeef
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 400 g festkochende Kartoffeln
- 400 g Vitelotte-Kartoffeln
- 400 g kernlose Weintrauben
- 3 Stiele Petersilie
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 150 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Butter schmelzen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Roastbeef trocken tupfen und ebenfalls salzen und pfeffern, dann in einer Pfanne in 2 EL heißem Öl bei großer Hitze rundherum scharf anbraten und in einen ofenfesten Bräter legen.

2 Die Kartoffeln waschen, nach Belieben schälen und in Spalten schneiden. Mit dem übrigen Öl vermengen und mit

Salz und Pfeffer würzen. Um das Fleisch herum verteilen und alles im vorgeheizten Ofen ca. 75 Minuten garen (Kerntemperatur rosa ca. 55 °C). Dabei regelmäßig mit der gewürzten Butter bestreichen.

3 Die Weintrauben waschen und während der letzten 30 Minuten zu Braten und Kartoffeln geben. Nach Bedarf noch ein wenig Wasser angießen. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und grob hacken.

4 Roastbeef, Kartoffeln und Weintrauben mit der gehackten Petersilie bestreuen und das Gericht sofort servieren.

TIPP: Anstelle von zwei unterschiedlichen Kartoffelsorten können Sie auch unterschiedliche Rüben und Knollen verwenden. Toll schmecken z. B. Pastinaken, Knollensellerie und Karotten.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 95 Minuten



Die richtige Garzeit

Rechnen Sie pro 1 cm Dicke des Fleischs ca. 10 Minuten Garzeit. Ein Braten von 10 cm Dicke sollte somit etwa 100 Minuten lang schmoren. Prüfen Sie nach abgelaufener Schmorzeit, ob das Fleisch die ideale Garstufe erreicht hat, indem Sie mit einer Fleischgabel mitten ins Fleisch stechen. Rutscht der Braten von der Gabel, ist er fertig. Lassen Sie den Braten vor dem Aufschneiden 10 Minuten ruhen, damit er saftig bleibt.

In Weißweinsud geschmorte Hähnchenkeulen auf Gemüse

Cosce di pollo al vino bianco e verdure



FÜR 4 PERSONEN

- 2 rote Zwiebeln
- 1 Knoblauchknolle
- 1 Bund gemischte Kräuter (z.B. Thymian, Oregano, Rosmarin)
- 4 festkochende Kartoffeln
- 4 Karotten
- 3 Pastinaken
- 1 Rote-Bete-Knolle
- 4 Hähnchenkeulen (à ca. 300 g)
- 3 EL natives Olivenöl extra

- 500 ml heiße Hühnerbrühe
- 300 ml trockener Weißwein
- 1 EL brauner Zucker
- 4 Stiele Basilikum
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Einen flachen ofenfesten Bräter bereitstellen. Zwiebeln schälen und in Spalten schneiden. Knoblauchknolle halbieren. Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Kartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Karotten, Pastinaken und Rote Bete schälen, putzen, waschen und in große Stücke schneiden.

2 Die Hähnchenkeulen trocken tupfen und rundherum mit Salz würzen. Das Öl im Bräter erhitzen, die Keulen darin rundherum scharf anbraten, dann herausnehmen. Zwiebeln, Knoblauch, Kartoffeln, Karotten, Pastinaken und Rote

Bete in den Bräter geben und kurz bei großer Hitze darin anbraten.

3 Heiße Brühe, Weißwein und Zucker vermischen, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Das Gemüse mit der Mischung ablöschen, dann die Kräuterstiele bzw. -zweige hineingeben. Die angebratenen Hähnchenkeulen auf das Gemüse in den Bräter legen und alles im vorgeheizten Backofen 45–55 Minuten schmoren. Das Fleisch in den ersten 30 Minuten mit dem Sud beträufeln, zum Schluss sollten die Haut der Hähnchenkeulen und das Gemüse goldbraun und knusprig sein.

4 Das Basilikum waschen und trocken schütteln. Hähnchenkeulen und Gemüse aus dem Backofen nehmen und auf Teller verteilen. Das Gericht mit Basilikum garnieren und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Vielseitig

Sollten vom Roastbeef Reste übrig bleiben, können Sie daraus am nächsten Tag einen Rindfleischsalat zubereiten. Braten in Streifen schneiden und mit Apfel, Radieschen, roter Zwiebel und Vinaigrette mischen. Mit Schnittlauch garnieren.



ROASTBEEF
mit Trauben und Kartoffeln

Mit herrlich süßer Note

Kalbsbraten mit Gemüse und Rosmarin

Arrosto di vitello con verdure e rosmarino



FÜR 4 PERSONEN

- 1,5 kg Kalbsfilet**
- 2 Knoblauchzehen**
- 4 EL natives Olivenöl extra**
- 75 g Räucherspeck in sehr dünnen Scheiben**
- 200 g Daikonrettich**
- 3 festkochende Kartoffeln**
- 3 Karotten**
- 2 rote Zwiebeln**
- 2 Zweige Rosmarin**
- 200 ml Kalbfond**
- 100 ml Weißwein**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Das Kalbsfilet trocken tupfen. Knoblauch schälen und mit 2 EL Olivenöl pürieren. Das Fleisch mit Knoblauchöl, Salz und Pfeffer einreiben, dann mit dem Speck belegen und alles mit Küchengarn festbinden. Das Fleisch mittig in einen ofenfesten Bräter legen. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

2 Gemüse waschen, putzen, ggf. schälen und in feine Scheiben hobeln, dann abwechselnd fächerartig um das Fleisch herum verteilen. Rosmarin waschen und dazwischen platzieren. Fond und Wein angießen, alles mit restlichem Öl beträufeln, mit Salz und Pfeffer würzen und im Ofen ca. 40 Minuten garen.

3 Den Bräter aus dem Ofen nehmen. Den Braten herausheben, vom Garn befreien und in Scheiben schneiden. Fleisch und Gemüse auf Teller verteilen und das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten



Eine gute Soße

Bei Schmorgerichten spielt die Soße eine entscheidende Rolle. Röstaromen geben ihr den charakteristischen Geschmack. Dazu das Fleisch scharf anbraten, dann aus dem Bräter nehmen und Gemüse nach Rezept darin anrösten. Etwas Tomatenmark mitrösten, alles mit Wein und Brühe ablöschen. Den Mix aufkochen, das Fleisch zurück in den Bräter geben und alles sanft schmoren. Die Soße passieren, einkochen lassen oder mit angerührter Speisestärke abbinden.

Hirschragù mit Farfalle

Spezzatino di cervo con farfalle



FÜR 4 PERSONEN

- 2 Knoblauchzehen**
- 150 g Schalotten**
- 3 Stiele Thymian**
- 2 Zweige Rosmarin**
- 1 Stange Lauch**
- 200 g Karotten**
- 150 g Knollensellerie**
- 800 g Hirschfleisch (z.B. aus der Keule, ohne Knochen)**
- 3 EL natives Olivenöl extra**
- 2 EL Tomatenmark**
- 300 ml Rotwein**

- 300 ml Wildfond**
- 3 Wacholderbeeren**
- 1 TL Pfefferkörner**
- 2 Lorbeerblätter**
- 1 Prise Zimtpulver**
- 4 Stiele Petersilie**
- 400 g Farfalle**
- 1/2 Biozitrone (abgeriebene Schale)**
- 1 EL kalte Butter**
- 40 g frisch geriebener Parmesan**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Knoblauch und Schalotten schälen, beides fein würfeln. Thymian und Rosmarin waschen und trocken schütteln. Gemüse putzen, waschen, ggf. schälen und in Würfel schneiden. Fleisch trocken tupfen, in grobe Würfel schneiden und mit Salz würzen. Öl in einem Bräter erhitzen. Das Fleisch darin scharf anbraten, herausnehmen und beiseitestellen.

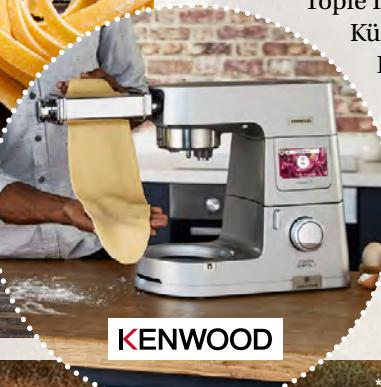
2 Knoblauch, Schalotten und Gemüse in den Bräter geben. Ebenfalls darin anbraten, Tomatenmark dazugeben, kurz anrösten und alles mit Rotwein und Fond ablöschen. Fleisch, Wacholder, Pfeffer, Lorbeer, Zimt, Thymian und Rosmarin dazugeben. Alles einmal aufkochen und abgedeckt unter gelegentlichem Rühren 75–85 Minuten schmoren lassen.

3 Ca. 10 Minuten vor Ende der Garzeit die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Die Farfalle nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Ragù mit Zitronenschale, Salz und Pfeffer abschmecken und mit der kalten Butter abbinden. Hirschragù und tropfnasse Farfalle vermengen. Das Gericht auf Teller verteilen und mit Petersilie und Parmesan servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden

Italienischer GENUSS

Für diese beiden Küchen-Schätze sind echte italienische Spezialitäten ein Kinderspiel: frische Pasta und Kaffee in Barista-Qualität. Ein extra Sternchen gibt es für ihr elegantes Design



KENWOOD

PASTA IM HANDUMDREHEN

Frische Nudeln sind unschlagbar. Welche lieben Sie? Fettuccine, Tagliolini oder Trenette? Die Kenwood Cooking Chef XL kann alle zubereiten, auch die Lieblingssorten der Deutschen: Lasagne und Spaghetti. Beide haben es in die Top Ten der deutschen Lieblingsgerichte geschafft* und beweisen, wie international hierzulande gekocht wird – und wie gerne wir in die Töpfe Italiens schauen. Mit der Kenwood Küchenmaschine gelingt die Pasta-Herstellung spielend leicht, wie mit der Pasta Fresca Nudelpresse für bis zu 13 Sorten. Da sind Ihre Favoriten bestimmt dabei.

Die Cooking Chef XL von Kenwood wiegt, knetet, formt und kocht leckere Pasta: www.kenwoodworld.de

* Ergebnis der repräsentativen Umfrage „1000 Flavors of Germany“ des Küchengeräte-Herstellers Kenwood

KAFFEE WIE VOM PROFI

Ein Barista weiß, worauf es ankommt: den richtigen Druck beim Anpressen (Tampern) des Kaffeepulvers im Siebträger und das Gespür für die optimale Temperatur und die cremig aufgeschäumte Milch. Konkurrenz bekommt er jetzt von der neuen Siebträgermaschine von De'Longhi. Sie kreiert Espresso, Flat White und andere Spezialitäten mit technischer Raffinesse. Die Bean Adapt Technology findet für jede Kaffeesorte den idealen Mahlgrad und die beste Dosierung und Temperatur. Highlight sind gleich zwei Milchaufschäum-Systeme: Das LatteCrema System sorgt für perfekten Milchschaum und mit dem My LatteArt System lässt sich Kaffee wie vom Barista kreieren.

Die La Specialista Maestro von De'Longhi sorgt mit Hightech für Genuss www.delonghi.de



De'Longhi



PASTA & VINO

Nudelgerichte mit passender Weinempfehlung

Freuen Sie sich auf neue Ideen für **Pastagerichte mit italienischem Käse!**

Mit einem Glas Wein wird der Genuss noch getoppt

FOTOS & STYLING | ANNA GIESELER & HENRIEKE WÖLFL

ORECCHIETTE all'arrabbiata mit Scarmorza

Orecchiette all'arrabbiata
con scamorza

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Knoblauchzehen
- 1-2 rote Peperoncini
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL brauner Zucker
- 800 g geschälte Tomaten (Dose)
- 300 g Scarmorza
- 1 Bund Basilikum
- 400 g Orecchiette
- 1 EL Kapern in Lake (Glas)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Knoblauch schälen und in feine Scheiben scheiden. Peperoncino waschen, entkernen und in Ringe schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, Knoblauch und Peperoncino darin andünsten. Tomatenmark und Zucker dazugeben, kurz anrösten. Geschälte Tomaten dazugeben und mit einem Löffel zerdrücken. Alles aufkochen und 15–18 Minuten köcheln lassen.

2 Inzwischen den Scarmorza in Würfel schneiden. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und grob in Stücke zupfen. Orecchiette nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Abgetropfte Kapern unter die Soße rühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Tropfnasse Orecchiette und Scarmorza untermengen. Die Pasta auf Teller verteilen und mit Basilikum garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Schäumender Klassiker

Ja, Pinot Grigio gibt es auch schäumend – allerdings eher selten. Dieser Spumante überzeugt mit seinen knackigen Aromen von grünem Apfel und Birne sowie zitrischen Anklängen. Er harmoniert toll mit den Räuchernoten vom Käse.

WIR EMPFEHLEN: „G. Pinot Grigio delle Venezie Spumante Brut DOC“ von Viticoltori Ponte, 12 Vol.-%, Rebsorte: 100 % Pinot Grigio, 7,49 Euro, www.vinolisa.de

LINGUINE mit Pesto und überbackenem Tomate-Mozzarella-Hähnchen

Linguine al pesto con petto di pollo alla pizzaiola

FÜR 4 PERSONEN

- 40 g Pinienkerne**
- 1 Knoblauchzehe**
- 1 Bund Basilikum**
- 100 ml natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Fetten**
- 60 g frisch geriebener Grana Padano**
- 4 Hähnchenbrustfilets (à ca. 150 g)**
- 1 TL getrockneter Majoran**
- 2-3 Tomaten**
- 250 g Mozzarella**
- 400 g Linguine**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten. Den Knoblauch schälen und grob hacken.

Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Basilikum, Knoblauch, Pinienkerne und 80 ml Öl fein pürieren. Grana Padano unterrühren und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Hähnchenbrustfilets trocken tupfen und im übrigen heißen Öl scharf anbraten. Wenden, dann vom Herd nehmen und mit Majoran sowie Salz und Pfeffer würzen. Tomaten waschen und in dünne Scheiben schneiden. Den Mozzarella ebenfalls in Scheiben schneiden. Die Hähnchenbrustfilets in eine leicht gefettete Auflaufform geben, mit Tomaten und Mozzarella belegen und im vorgeheizten Ofen 10-12 Minuten backen, ggf. weitere 3-5 Minuten unter dem Grill gratinieren.

3 Inzwischen Linguine nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen und abgießen. Das Pesto mit etwas Kochwasser glatt rühren und gut mit den Linguine vermengen. Pasta und gratinierte Hähnchenbrustfilets auf Teller verteilen und das Gericht servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten



Passende Weinempfehlung



Heiliger Wein aus Umbrien

Ein tieffarbener, charakterstarker, unverwechselbarer Roter aus der lokalen Sorte Sagrantino mit authentischem Ausdruck. Die nuancierte Beerenfrucht ist von hochwertigen, jetzt optimal reifen Tanninen umhüllt, der würzige Nachklang ist beinahe endlos. Auch solo, gern dekantiert, ein Erlebnis!

WIR EMPFEHLEN: „Sagrantino di Montefalco DOCG 2012“ von Còlpetrone, 14 Vol.-%, Rebsorte: 100 % Sagrantino, 17,99 Euro, www.vinolisa.de



FUSILLI in cremiger Mascarpone-Pilzsoße

Fusilli con crema di mascarpone e funghi

FÜR 4 PERSONEN

2 Schalotten

1 Knoblauchzehe

800 g gemischte Pilze (z.B. Champignons, Kräuterseitlinge)

3 EL natives Olivenöl extra

1 EL Mehl

100 ml Weißwein

200 ml Gemüsebrühe

400 g Fusilli

1/2 Bund Petersilie

60 g Pecorino

250 g Mascarpone

1/2 Biozitrone (abgeriebene Schale)

etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Schalotten und Knoblauch schälen. Die Schalotten in feine Streifen schneiden,

den Knoblauch fein hacken. Pilze putzen und in mundgerechte Stücke schneiden.

2 Öl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Pilze darin portionsweise bei großer Hitze scharf anbraten. Am Ende alle Pilze zurück in die Pfanne geben, Schalotten und Knoblauch hinzufügen und mitbraten. Mit Mehl bestäuben und dieses kurz anschwitzen. Alles mit Wein ablöschen, diesen leicht einkochen lassen. Gemüsebrühe dazugeben und die Soße unter Rühren 8–10 Minuten einköcheln lassen.

3 Inzwischen Fusilli nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Pecorino in Späne hobeln.

4 Mascarpone und Zitronenschale unter die Pilzsoße rühren und diese mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die tropfnassen Fusilli untermengen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit Pecorino und Petersilie garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 40 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Frisch und fruchtig

Ein dezent duftiger, erfrischender und agiler Prickler mit harmonisch abgestimmter Frucht. Der Frizzante bereichert jede gesellige Runde und passt toll zu leichten, sommerlichen Pastagerichten. Man kann ihn auch gut anstelle des Weißweins für das Gericht verwenden.

WIR EMPFEHLEN: „Prosecco Frizzante Stelvin DOC“ von Viticoltori Ponte, 10,5 Vol.-%., Rebsorte: 100 % Glera, 5,99 Euro, www.vinolisa.de



GRATINIERTE MAKKARONINESTER mit Gemüse-Parmesansoße

*Nidi di maccheroni al forno con
sugo di verdure e parmigiano*

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Makkaroni
1 Stange Lauch
400 g Brokkoli
100 g Prosciutto cotto in dünnen Scheiben
3 Stiele Thymian
2 EL natives Olivenöl extra
300 g Sahne
100 g frisch geriebener Parmesan
1 EL Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten
3 EL Semmelbrösel
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Makkaroni nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Abgießen und abtropfen lassen. Inzwischen Lauch putzen, waschen und in Ringe schneiden. Brokkoli ebenfalls putzen, in kleine Röschen teilen und in kochendem Salzwasser 2 Minuten blanchieren, dann abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Prosciutto in Würfel schneiden. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen.

2 Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Den Lauch darin andünsten, den Brokkoli dazugeben, die Sahne angießen und die Hälfte des Parmesans unterrühren. Die Mischung 4–5 Minuten köcheln lassen, dann den Prosciutto dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Brösel darin goldbraun anrösten. Die Makkaroni zu kleinen Nester drehen und in eine gefettete Auflaufform setzen. Die Gemüse-Parmesansoße angießen, die Nester mit Thymian, Semmelbröseln und dem restlichen Parmesan bestreuen und alles im vorgeheizten Ofen in ca. 20 Minuten goldbraun backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Füllige Frucht, weich und würzig
Eine außergewöhnliche Cuvée, die drei Rebsorten harmonisch vereint. Duftet nach Beeren und Amaranakirsche sowie etwas Veilchen und Vanille. Die weiche, würzige Frucht schmeichelt dem Gaumen und vermag kräftige Gerichte ideal zu begleiten.

WIR EMPFEHLEN: „Rosso di Montefalco DOC 2015“ von Còlpetrone, 14 Vol.-%, Rebsorten: 70 % Sangiovese, 15 % Sagrantino, 15 % Merlot, 8,99 Euro, www.vinolisa.de

MANGOLD-HACK-LASAGNE mit Taleggio

Lasagna di bietola, macinato e taleggio

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 500 g Mangold
- 3 EL natives Olivenöl extra zzgl.
etwas mehr zum Fetten
- 500 g gemischtes Hack
- 600 g passierte Tomaten (Dose)
- 250 g Ricotta
- 3-4 EL Milch
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- 10-12 Lasagnenplatten
- 200 g Taleggio
- etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel und Knoblauch schälen, beides fein würfeln. Mangold putzen und gut waschen. Die Stiele in kleine Stücke und die Blätter in grobe Stücke schneiden. Den

Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine große, eckige Auflaufform mit etwas Olivenöl einfetten.

2 Öl in einer Pfanne erhitzen, das Hackfleisch darin rundherum goldbraun und krümelig braten. Zwiebel, Knoblauch und Mangoldstiele dazugeben und kurz mitbraten. Mangoldblätter nach und nach hinzufügen und zusammenfallen lassen, dann die passierten Tomaten dazugeben. Alles aufkochen, salzen und pfeffern und 6-8 Minuten köcheln lassen.

3 Den Ricotta in einer Schüssel mit der Milch glatt rühren und mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Etwas von der Mischung in die vorbereitete Auflaufform geben, 1 Schicht Lasagneplatten daraufgeben und mit etwas Mangold-Hack-Soße bedecken. Weiterschichten, bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Den Taleggio in dünne Scheiben schneiden, die Lasagne damit belegen. Die Lasagne im vorgeheizten Ofen 30-40 Minuten backen. Ggf. mit Alufolie abdecken.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Markant & kräftig

Aus der fast vergessenen Sorte Sagrantino gekeltert, komplex und tiefgründig. Nach langer Reife jetzt auf dem Punkt, aber mit immensem weiterem Potenzial. Solo genossen ein Wein erster Güte. Unbedingt zwei Stunden vorm Genuss dekantieren!

WIR EMPFEHLEN: „Sagrantino di Montefalco ‚Sacer‘ DOCG 2009“ von Còlpetrone, 14,5 Vol.-%, Rebsorte: 100 % Sagrantino, 29,99 Euro, www.vinolisa.de



RIGATONI mit gebratenem Kürbis und Trauben-Gorgonzola-Soße

Rigatoni con zucca, uva e gorgonzola

FÜR 4 PERSONEN

750 g Hokkaidokürbis

1 roter Peperoncino

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

3 Stiele Thymian

300 g rote, kernlose Trauben

5–6 EL natives Olivenöl extra

400 g Rigatoni

200 g Gorgonzola

200 g Sahne

etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Kürbis waschen, halbieren und von Kernen und Fasern befreien, dann in dünne Spalten schneiden. Peperoncino waschen, entkernen und würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, beides ebenfalls fein würfeln. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Trauben von der Rispe zupfen, waschen und trocken tupfen.

2 3–4 EL Öl in einer großen Pfanne erhitzen, den Kürbis darin bei mittlerer Hitze 10–15 Minuten braten (ggf. portionsweise). Die Rigatoni nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. In einer weiteren Pfanne das übrige Öl erhitzen, Peperoncino, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Die Trauben kurz mitdünsten, dann den Gorgonzola dazugeben und schmelzen lassen. Sahne dazugießen, alles mit Salz und Pfeffer würzen und 5–7 Minuten einköcheln lassen. Den Thymian unterrühren.

3 Die Rigatoni abgießen und tropfnass mit der Gorgonzolasoße vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen. Kürbis mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Pasta anrichten. Das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Passende
Weinempfehlung



so ist Italien

Spannender Spumante
Prosecco in Rosé und als Jahrgangsschäumer!
Der Anteil an Pinot Noir verleiht dieser Novität Struktur und aromatische Vielschichtigkeit. Mit cremigem Mousseux, immens frisch und saftig.
Fängt Kürbis und Gorgonzola genial ein.

WIR EMPFEHLEN: „Prosecco Spumante Rosé Brut Millesimato DOC 2020“ von Viticoltori Ponte, 11 Vol.-%, Rebsorten: 85 % Glera, 15 % Pinot Nero, 9,99 Euro, www.vinolisa.de

Italienischer Weingenuss



COLPETRONE



Còlpetrone

Geheimtipp aus Umbrien: autochthon & authentisch

Einige weitsichtige Winzer in Umbrien haben sich in den 1980er-Jahren auf die fast vergessene und beinahe verschwundene Rebsorte Sagrantino (di Montefalco) zurückbesonnen und großen Aufwand betrieben, um das Juwel zu rekultivieren. Für dieses Engagement können alle Weinbegeisterte dankbar sein, denn die autochthone, also lokal begrenzt vorkommende Varietät gilt als eine der ältesten in Italien und besitzt ein enormes qualitatives Potenzial. Sie ergibt kräftige, äußerst seriöse und stringent strukturierte Rotweine, die zu den großen Gewächsen Italiens gezählt werden können.

Auch Còlpetrone, einer der Spitzenbetriebe der Region, hat sich dem Sagrantino verschrieben, dem „heiligen Wein“ aus Umbrien. Auf dem kleinen, aber feinen Wein-

gut entstehen aus der Traube nur wenige, dafür jedoch immer hochklassige Weine, darunter auch die Cuvée Rosso di Montefalco als wunderbar fruchtbetonter Einstieg in die Welt des Sagrantino.

Die internationale Kritik zeigt sich von den Rotweinen des Betriebs begeistert. Herausragend ist der Sagrantino di Montefalco „Sacer“, für den die gesamte önologische Klaviatur gespielt wird. Ausschließlich beste Trauben aus prädestinierten Lagen werden per Hand gelesen und streng selektiert. Nach der Gärung reift der Ausnahmewein 18 Monate in Barriques aus französischer Eiche und weitere drei Jahre auf der Flasche. Das Ergebnis ist ein extrem langlebiges Gewächs, das sich über Jahrzehnte verfeinert. www.tenutedelcerro.it



Italien ist das **Zuhause bester Weine**. Zahlreiche Weingüter vor Ort sorgen auch hierzulande mit ihren Weinen für Genussmomente ohnegleichen. Zwei dieser Weingüter lernen Sie hier kennen

The screenshot shows the homepage of the Vinolisa website. At the top, there's a search bar and navigation links for categories like Rotwein, Weisswein, Roséwein, Spumante, Frizzantes, Spirituosen, Weinpakte, and Feinkost. Below the header, a featured product is shown with a small image of a castle and several bottles of wine. A circular graphic on the right says "UNSER EINKAUFSTIPP" with an icon of a shopping cart.

Italienische Weine per Mausklick einkaufen

Wer die Weine der hier vorgestellten und weiterer Weingüter Italiens erleben möchte, kann sie sich einfach nach Hause holen. Bei Vinolisa finden Sie neben Rotwein, Weisswein und Roséwein auch Prosecco und Spirituosen sowie toll kombinierte Weinpakete und Feinkost aus Bella Italia. Lassen Sie sich jetzt inspirieren unter www.vinolisa.de



PONTE
UOMINI E VIGNE DAL 1948



Viticoltori Ponte

Passion für prickelnden Prosecco

Noch in der Zeit nach dem Zweiten Weltkrieg, nämlich im Jahr 1948, und unter entsprechend schwierigen Bedingungen begannen die Viticoltori Ponte in der pittoresken Hügellandschaft Venetiens, ihren gemeinsamen Traum und ihr Idealbild einer vinophilen Zukunft Wirklichkeit werden zu lassen: Weine zu erzeugen, die qualitativen Anspruch und leichte Zugänglichkeit miteinander in Einklang bringen. Ihre Utopie formulierten die Winzerfamilien in einen griffigen Leitsatz für ihr Wirken um: „Es gibt nichts Spezielleres als die Vorzüglichkeit der Einfachheit.“

Bald schon rückten bei der kreativen Kooperative die prickelnden und schäumenden Varianten in den Mittelpunkt des Wirkens. Denn gerade die Rebsorte Glera,

aus der sowohl Prosecco Frizzante als auch Spumante entstehen, findet hier in Venetien zwischen Adriaküste und Voralpen mit den sandig-lehmigen Böden und dem mediterranen Klima beste Bedingungen vor.

Und so schufen sich die Viticoltori Ponte schnell ihren Ruf als Prosecco-Pioniere und sind über die Jahrzehnte hinweg immer auf dem aktuellen önologischen sowie technischen Stand geblieben. Bis heute überraschen und erfreuen uns die Viticoltori regelmäßig mit spannenden neuen Schöpfungen. Aktuell gipfelt diese Innovationsfreude im charmant schäumenden Prosecco Rosé Spumante Brut Millesimato DOC, den die visionären Winzer nach 13 Jahre währender Entwicklung jetzt als Weltneuheit präsentieren. www.ponte1948.it

Variante

Durch die Peperoncini erhalten die eingemachten Gurken eine angenehme Schärfe. Wer dies nicht mag, kann die Gurken stattdessen mit Kräutern verfeinern. Wir empfehlen frischen Dill – diesen einfach mit den Gurken und dem Sud in die Gläser einfüllen.



GURKEN mit Peperoncino und Schalotten

Rezept auf Seite 61

Garten im Glas

Wer Obst und Gemüse liebt, macht es ein. Denn raffiniert zubereitet schmecken Gurken, Aprikosen & Co. auch noch an kalten Wintertagen einfach wunderbar

Gewürz-Rote-Bete

Barbabietole speziate

FÜR 3 GLÄSER (À CA. 500 ML)

750 g kleine Rote-Bete-Knollen

2 EL Salz

250 ml Rotweinessig

2-3 EL Zucker

1/2 TL bunte Pfefferkörner

4 Wacholderbeeren

2 Lorbeerblätter

1/4 TL Koriandersaat

1 Die Rote-Bete-Knollen waschen, mit 1 EL Salz in 2 l Wasser aufkochen und in ca. 60 Minuten garen. Dann abgießen, abkühlen lassen, schälen, in grobe Würfel schneiden und in sterile Gläser füllen.

2 Essig, 250 ml Wasser, Zucker, restliches Salz und übrige Gewürze aufkochen. Den Sud über die Roten Beten gießen. Gläser verschließen und im Einkochtopf 60 Minuten bei 100 °C einkochen. Rote Bete kühl und dunkel lagern und mindestens 2 Wochen ziehen lassen. Sie ist bis zu 12 Monate haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2,5 Stunden
zzgl. 2 Wochen Ruhezeit



Getrocknete Würztomaten

Pomodori secchi sott'olio

FÜR 2 GLÄSER (À CA. 300 ML)

- 500 g reife Tomaten**
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 Stiele Thymian
2 Zweige Rosmarin
3/4 TL grobes Meersalz
1 TL brauner Zucker
reichlich Rapsöl zum Auffüllen der Gläser

1 Backofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Tomaten waschen, vierteln und von Stielansatz und Kernen befreien. Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel in Würfel schneiden und den Knoblauch mit einer Gabel andrücken, damit das Aroma heraustreten kann.

2 Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen bzw. Nadeln abzupfen. Tomaten, Zwiebel, Knoblauch, Kräuter, Salz und Zucker vermengen, auf einem Backblech verteilen und im vorgeheizten Ofen in ca. 75 Minuten trocknen, dabei einen Holzlöffel in die Backofentür klemmen, damit die Feuchtigkeit entweichen kann. Bereits getrocknete Tomatenstücke vorsichtig herausnehmen.

3 Die getrocknete Tomatenmischung auf sterile Gläser verteilen, so viel Öl angießen, dass alles bedeckt ist. Die Gläser fest verschließen und im Kühlschrank aufbewahren. Die getrockneten Tomaten sind so bis zu 2 Monate haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten



Herzhafte Schätze



Süßsaure Karotten

Carote in agrodolce

FÜR 2 GLÄSER (À CA. 500 ML)

500 g Karotten
2 EL Rapsöl
250 ml Apfelessig
50 g brauner Zucker
1/2 TL Salz
1/4 TL Koriandersaat
2 Lorbeerblätter

1 Die Karotten schälen, waschen, in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden und in heißem Öl 10 Minuten braten. Essig, Zucker, Salz, Koriander und Lor-

beer dazugeben. Alles 5 Minuten garen, dann mindestens 1 Tag ziehen lassen.

2 Karotten abtropfen lassen und in sterile Gläser geben. Sud aufkochen, über die Karotten gießen, Gläser fest verschließen. Im Einkochtopf ca. 45 Minuten bei 100 °C einkochen. Gläser kühl und dunkel aufbewahren. Die Karotten mindestens 1 Monat durchziehen lassen. Sie sind bis zu 12 Monate haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten
zzgl. 1 Monat und 1 Tag Ruhezeit



Gurken mit Peperoncino und Schalotten

Cetrioli con peperoncino e scalogni

FÜR 2-3 GLÄSER (À 500 ML)

700 g kleine Einlegegurken
6 EL Salz zzgl. 3 TL für den Sud
250 ml Weißweinessig
6 TL Zucker
3 Lorbeerblätter
2 TL Senfkörner
2 TL bunte Pfefferkörner
4 Pimentkörner
2 kleine rote Peperoncini
6 kleine Schalotten

1 Die Gurken gründlich waschen, in eine Schüssel geben und mit 6 EL Salz und 1,5 l kaltem Wasser vermengen. Alles abgedeckt etwa 1 Tag ziehen lassen.

2 Essig mit 600 ml Wasser aufkochen und abkühlen lassen. Die durchgezogenen Gurken abtropfen lassen, mit dem Essigsud mischen und abgedeckt nochmals etwa 1 Tag ziehen lassen.

3 Die Gurken herausnehmen, den Sud aufkochen, über die Gurken gießen und weitere 3 Tage abgedeckt durchziehen lassen. Die Gurken wieder herausnehmen. Den Gurkensud mit Zucker, 3 TL Salz, Lorbeerblättern sowie Senf-, Pfeffer- und Pimentkörnern aufkochen.

4 Die Peperoncini waschen und schräg in Ringe schneiden. Die Schalotten schälen und in grobe Spalten schneiden. Beides mit Gurken in den Sud geben und etwa 1 Minute kochen. Alles auf sterile Gläser verteilen, diese fest verschließen. Die Gurken kühl und dunkel aufbewahren und vor dem Verzehr mindestens 2 Wochen durchziehen lassen. Die eingemachten scharfen Gurken sind bis zu 6 Monate haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten
zzgl. 2 Wochen und 5 Tage Ruhezeit

Oder doch lieber süß?



Aprikosenkonfitüre mit Rosenwasser

Confettura di albicocche e acqua di rose

FÜR 4 GLÄSER (À 250 ML)

1 kg Aprikosen
260 g Gelierzucker 3:1
2 EL Rosenwasser
1 Handvoll essbare Rosenblütenblätter

1 Die Aprikosen kreuzförmig einritzen, kurz in kochendes Wasser geben und häuten. Die Früchte dann halbieren, entsteinen und in grobe Stücke schneiden. Die Fruchtstücke mit dem Gelierzucker in einem Topf unter Rühren langsam aufkochen. Die Mischung dann 6 Minuten

kochen lassen. Eine Gelierprobe machen. Rosenwasser und -blätter unterrühren.

2 Die Masse noch heiß in sterile Gläser füllen, diese gut verschließen und auf den Deckel stellen. Die Gläser 5 Minuten so stehen lassen, dann wieder umdrehen und die Konfitüre auskühlen lassen. Die Konfitüre ist bis zu 12 Monate haltbar.

TIPP: Diese feine Konfitüre schmeckt auch mit Pfirsichen oder Pflaumen gut.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

Quittenkonfitüre mit Kürbis

Confettura di mele cotogne e zucca

FÜR 5 GLÄSER (À 250 ML)

500 g Kürbisfruchtfleisch (z.B. von Butternuss-, Muskat- oder Hokkaidokürbis)
500 g Quitten
1/2 Biozitrone (Saft)
2 Msp. Vanillepulver
1 Zimtstange
2 Msp. Ingwerpulver
500 g Gelierzucker 2:1

1 Das Kürbisfruchtfleisch in Würfel schneiden. Die Quitten schälen, vom Kerngehäuse befreien und würfeln. Kürbis- und Quittenwürfel in einem Topf in etwa 200 ml kochendem Wasser in ca. 25 Minuten weich kochen.

2 Alles in ein Sieb abgießen und mit dem Stabmixer pürieren. Zitronensaft, Vanillepulver, Zimtstange und Ingwerpulver dazugeben. Gelierzucker einröhren und alles ca. 5 Minuten köcheln lassen. Zimtstange herausnehmen und die Konfitüre in sterile Einmachgläser füllen. Diese fest verschließen, umdrehen und 5 Minuten auf dem Deckel stehen lassen. Dann wieder umdrehen und die Konfitüre vollständig auskühlen lassen. Sie ist bis zu 12 Monate haltbar.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten





Einmachen RATGEBER

Wir geben Ihnen hilfreiche Tipps und verraten Tricks,
damit Sie lange Freude an eingemachten Schätzen haben

DREI GRUNDREGELN DES EINMACHENS

1. Sauberer Glasrand: Achten Sie beim Befüllen der sterilen Gläser stets darauf, dass der Rand sauber bleibt. Somit verhindern Sie, dass Bakterien durch Reste ins Glas gelangen und stellen zudem sicher, dass der Deckel das Glas richtig verschließen kann.

2. Luftdichter Verschluss: Das Glas muss nach dem Befüllen luftdicht verschlossen sein, damit kein Sauerstoff ins Innere des Glases gelangt, wodurch der Inhalt verderben könnte.

3. Richtige Lagerung: Eine lange Haltbarkeit hängt vom optimalen Aufbewahrungsort ab. Die meisten eingemachten Delikatessen bevorzugen kühle, dunkle Plätze. Im Keller oder im Vorratsschrank werden diese beiden Kriterien am besten erfüllt.



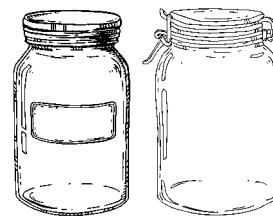
DIE GELIERPROBE

Wann die Konfitüre die gewünschte Konsistenz erreicht hat, stellen Sie ganz einfach mit der Gelierprobe fest. Nachdem die Konfitüre einige Minuten sprudelnd gekocht wurde, geben Sie mit Hilfe eines Teelöffels etwas Konfitüre auf einen kleinen, kalten Teller und lassen Sie diese kurz abkühlen. Schieben Sie sie dann mit dem Löffel zusammen. Kräuselt sich die Masse, ist der optimale Gelierungspunkt erreicht. Eine weitere Möglichkeit ist der Tropfentest: Fällt die Konfitüre in flachen Tropfen vom Löffel oder bleibt der letzte Tropfen gar daran haften, wird sie fest.



LEKTÜRETIPP

Sie können gar nicht genug bekommen? In der aktuellen Ausgabe des Magazins „Mein LandRezept“ erwarten Sie 124 bewährte Rezepte für Eingemachtes aller Art und somit die beste Inspiration, um Obst, Gemüse und mehr haltbar zu machen. Freuen Sie sich auf Konfitüren, Chutneys und Pestos, aber auch auf eingemachtes Fleisch oder fruchtige Grützen. 144 Seiten für 4,99 Euro, erhältlich im Zeitschriftenhandel oder unter www.meinlandrezept.de



GLASPARADE

Eine große Auswahl an Twist-off-Gläsern, Gläsern mit Bügelverschluss, Schraubgläsern und Flaschen in vielen verschiedenen Größen und Formen finden Sie auf www.flaschenbauer.de.

Da steht dem Einmachvergnügen wirklich nichts mehr im Wege.



ZUSÄTZLICHE HITZE

Beim Einkochen im Topf werden die gefüllten Gläser nebeneinander in den Topf gestellt. Sie sollten sich dabei nicht berühren. Damit sie nicht verrutschen, legen Sie entweder ein Küchenhandtuch hinein oder verwenden Sie einen geeigneten Topfeinsatz. Füllen Sie Wasser in den Topf, bis die Gläser zu 2/3 bedeckt sind. Sobald das Wasser kocht, startet die Einkochzeit. Vorsicht beim Herausheben: Da Gläser und Deckel kochend heiß sind, sollten Sie zum Herausheben eine spezielle Zange verwenden. Alternativ Silikon-Topfhandschuhe tragen.

Das 2-Jahresabo

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



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

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



1-Jahresabo

mit Gratis-Prämie

Jetzt *so ist Italien* zum exklusiven Vorteilspreis sichern,
18 % sparen und Gratis-Prämie im Wert von
bis zu 41,94 € bekommen.*
Bestellnummer: SII19ONE

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 zu sich nach Hause holen.

Wert: 24,90 €*, für Sie: GRATIS

Prämie: F1372



Exklusive Prämie



6 ROTWEINGLÄSER VON SCHOTT ZWIESEL

Die stilvollen, zeitlos gestalteten Weingläser der Serie „Taste“ von SCHOTT ZWIESEL sind für den täglichen Gebrauch bestens geeignet. Sie werden aus TRITAN®-Kristallglas gefertigt und bringen das Aromabild unterschiedlichster Rotweine perfekt zur Geltung. Ideal kombinierbar mit anderen Gläsern der Serie.

Wert: 23,70 €*, für Sie: GRATIS

Prämie: F1420

*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!

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

35
Minuten

MARONENSUPPE mit Apfel & Nüssen

Zuppa di castagne, mele e noci

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 200 g Knollensellerie
- 2 EL natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Beträufeln
- 400 g gegarte Maronen (vakuum-verpackt)
- 700 ml heiße Gemüsebrühe
- 1 großer säuerlicher Apfel
- 2 EL Butter
- 75 g Pekannusskerne
- 4 Stiele Majoran
- 150 g Sahne
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebel und Sellerie schälen und würfeln. In einem großen Topf im Öl andünsten. Maronen grob hacken und dazugeben. Alles mit der Brühe ablöschen und ca. 20 Minuten sanft köcheln lassen. Den Apfel schälen, vierteln und vom Kerngehäuse befreien. Dann in Scheiben schneiden und in einer Pfanne in der Butter anbraten. Die Nüsse hacken, untermengen und kurz mitbraten. Majoran waschen und trocken schütteln. Blättchen hacken und unter den Apfel-Nuss-Mix mischen. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen.

2 Die Suppe fein pürieren. Sahne unterrühren, die Suppe aufkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Suppe auf Teller verteilen, mit der Apfel-Nuss-Mischung bestreuen und mit etwas Olivenöl beträufelt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

KARTOFFELPIZZA mit Räucherlachs und Feldsalat

Pizza alle patate con salmone affumicato e insalata valeriana

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Knoblauchzehen**
- 100 ml natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Beträufeln**
- 400 g festkochende Kartoffeln**
- 150 g bunte Kirschtomaten**
- 100 g Pecorino**
- 4 EL Butter**
- 4 Blätter Filoteig (Kühlregal)**
- 50 g Feldsalat**
- 200 g Ziegenfrischkäse**
- 16 Scheiben Räucherlachs**
- etwas Biozitronensaft**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Den Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen. Knoblauch schälen, hacken und

mit dem Olivenöl vermengen. Kartoffeln schälen und in feine Scheiben hobeln. Die Kirschtomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Den Pecorino fein reiben. Die Butter bei kleiner Hitze in einem kleinen Topf langsam schmelzen.

2 Die Filoteigblätter vorsichtig voneinander trennen. 1 Teigblatt auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Das Teigblatt vorsichtig mit etwas Butter bestreichen. Das nächste Teigblatt darauflegen und ebenfalls mit Butter bestreichen. Den Vorgang mit den übrigen Filoteigblättern und der Butter auf einem weiteren Backblech wiederholen. Die beiden Böden mit den Kartoffelscheiben leicht überlappend belegen. Die Ränder so nach innen umschlagen, dass eine runde oder ovale Pizzaform entsteht. Die Kartoffeln

mit etwas Knoblauchöl beträufeln, dann mit 1 Prise Salz würzen.

3 Die beiden Pizzen im vorgeheizten Ofen 5–8 Minuten backen. Inzwischen den Feldsalat verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Pizzen aus dem Ofen nehmen, den Ziegenfrischkäse in kleinen Portionen darauf verteilen, Tomatenhälfte dazwischenlegen und alles mit dem Pecorino bestreuen. Die Pizzen in weitere 5–6 Minuten goldbraun backen.

4 Die Pizzen aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und mit Räucherlachs und Feldsalat belegen. Dann mit etwas Zitronensaft und Pfeffer würzen, mit etwas Olivenöl beträufeln und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten





35
Minuten

TROFIE mit Garnelen, Feta und Zitrone

Trofie con gamberi, feta e limone

FÜR 4 PERSONEN

- 800 g** rohe Garnelen (küchenfertig, bis auf das Schwanzsegment geschält)
3 Knoblauchzehen
1 Biozitrone
1/2 Bund Petersilie
400 g Trofie
4 EL natives Olivenöl extra
100 g Feta
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Garnelen vom Darm befreien, waschen und trocken tupfen. Den Knoblauch schälen und hacken. Die Zitrone heiß ab-

waschen und trocken reiben. Die Schale in feinen Zesten abziehen und die Hälfte der Frucht auspressen. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und grob hacken.

2 Die Trofie nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Inzwischen in einer Pfanne das Öl erhitzen und die Garnelen darin ca. 2 Minuten unter Wenden braten. Den Knoblauch dazugeben und 1-2 Minuten weiterbraten, dann die Hälfte der Zitronenzesten und die gehackte Petersilie untermischen.

3 Garnelen mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Die Trofie abgie-

ßen, dabei etwas Kochwasser auffangen, und tropfnass zu den gebratenen Garnelen geben. Alles gut vermengen und abschmecken, bei Bedarf noch etwas Kochwasser dazugießen.

4 Die Pasta auf tiefe Teller verteilen. Den Feta darüberbröckeln, alles mit den restlichen Zitronenzesten bestreuen und das Gericht sofort servieren.

TIPP: Wer die Kombination aus Garnelen und Feta nicht mag, kann den Käse nach Belieben durch einige geröstete Pinienkerne ersetzen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

35
Minuten

SCHNELLER SCHWEINEBRATEN mit Birnen-Aprikosen-Salsa

Arrosto di maiale veloce con salsa di pere e albicocche

FÜR 4 PERSONEN

400 g ungesüßte Birnen (Dose)
400 g ungesüßte Aprikosen (Dose)
1 Peperoncino
2 EL heller Balsamicoessig
40 g Rosinen
800 g Süßkartoffeln
600 g Schweinefilet
2 EL natives Olivenöl extra
175 g Brokkolini
60 g Butter
einige Kräuter oder Sprossen
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Birnen abgießen, den Saft auffangen. Aprikosen abgießen und abtropfen lassen, alle Früchte in Würfel schneiden. Den Peperoncino waschen, hacken und mit Früchten, Birnensaft, Essig, Rosinen, Salz und Pfeffer in einem Topf bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen. Die Salsa abkühlen lassen.

2 Die Süßkartoffeln schälen, in Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser in ca. 20 Minuten garen. In der Zwischenzeit das Fleisch trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne im heißen Olivenöl von allen Seiten ca. 10 Minuten braten. Fleisch aus der Pfanne nehmen, in Alufolie wickeln und ca. 5 Minuten ruhen lassen.

3 Den Brokkolini waschen, putzen und 1 Minute in kochendem Salzwasser blanchieren, dann abgießen und abtropfen lassen. Die Süßkartoffeln abgießen, abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und mit der Butter zerstampfen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Schweinefilet aus der Alufolie nehmen, in breite Stücke schneiden und mit Süßkartoffelstampf, Brokkolini und Salsa auf Teller verteilen. Das Gericht mit Kräutern oder Sprossen garnieren und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



SALAT mit Entenleber und Pancetta

Insalata con fegato d'oca e pancetta

FÜR 4 PERSONEN

- 1** Friséesalat
- 4** Scheiben Ciabatta
- 150 g** Pancetta
- 450 g** Entenleber, küchenfertig
- 3 EL** Butter
- 80 ml** Sherry
- 2 EL** Sherryessig
- 4 EL** natives Olivenöl extra
- 1/2 Bund** Schnittlauch
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Salat verlesen, in mundgerechte Stücke zupfen, waschen und trocken schleudern. Das Ciabatta in ca. 1 cm große

Würfel schneiden. Den Pancetta in Würfel oder Streifen schneiden. Die Entenleber trocken tupfen, ggf. noch vorhandene Häute und Sehnen entfernen.

2 In einer Pfanne 2 EL Butter erhitzen und die Brotwürfel darin unter Wenden goldbraun und knusprig braten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und leicht salzen. Den Pancetta in einer beschichteten Pfanne auslassen und ca. 5 Minuten unter Wenden bräunen, dann herausnehmen und beiseitestellen.

3 Die übrige Butter in der Pfanne aufschäumen lassen, die Leber darin unter Wenden 5–6 Minuten braten, heraus-

nehmen und kurz warm halten. Den Bratensatz mit Sherry und Essig ablöschen und auf 1/3 reduzieren. Den Fond in eine Schüssel geben und lauwarm abkühlen lassen, dann das Olivenöl unterschlagen und die Soße mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in Röllchen schneiden. Die Leber in Scheiben schneiden, mit dem Pancetta und 2/3 des Salats zur Soße geben und alles gut vermengen. Den Salat auf Teller verteilen, den übrigen Friséesalat daraufgeben. Alles mit Croûtons und Schnittlauch bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



35
Minuten

BIRNEN-APFEL-KOMPOTT mit Nusshaube

*Composta di mele e pere
in crosta di noci*

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Äpfel
- 2 Birnen
- 2 EL Calvados
- 2 EL Biozitronensaft
- 170 g Zucker
- 1 Prise Zimtpulver
- 1/2 TL Speisestärke
- etwas weiche Butter zum Fetten
- 2 Eiweiß
- 150 g gemahlene Haselnüsse

1 Äpfel und Birnen schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in Würfel schneiden. Birnen- und Apfelwürfel mit Calvados, Zitronensaft, 2 EL Zucker und Zimt in einem Topf langsam aufkochen und 2 Minuten abgedeckt köcheln lassen.

2 Speisestärke mit 1 EL kaltem Wasser verrühren und das Kompott damit abbinden. Das Kompott dann in 4 gefettete offenfeste Förmchen füllen. Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

3 Das Eiweiß in einer Schüssel mit dem restlichen Zucker steif schlagen, dann die gemahlenen Haselnüsse vorsichtig unterheben. Die Baisermasse auf die Förmchen verteilen und alles im vorgeheizten Ofen in 8–10 Minuten goldbraun überbacken. Das Dessert warm servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT **35 Minuten**



Von den Bergen bis ans Meer **ABRUZZEN**

Schroffe **Gebirgslandschaften, tiefe Schluchten, Seen und feine Sandstrände**
an der Adria, all das erleben Sie in den Abruzzen. Entdecken Sie die Region!



WEITBLICK Das Dorf Barrea schmiegt sich an den Hang des gleichnamigen Sees



LANDSCHAFT

Die Abruzzen sind unglaublich vielseitig. Zum einen findet man dort Berge, allen voran das **Gebirgsmassiv Gran Sasso**, zum anderen kann man entlang der **Adriaküste** ausgiebig Strandurlaub machen. Die Region beheimatet zudem mehrere Nationalparks, die auf unterschiedlichsten Routen beim Wandern zum Erkunden einladen.

DELIZIOSO!

KULINARIK

Die landschaftliche Vielfalt der Abruzzen hat maßgeblichen Einfluss auf die regionale Küche. Während an der Adria **Fisch und Meeresfrüchte** gefangen und in unterschiedlichen Gerichten zubereitet werden, geht es in den Bergregionen deftiger zu, hier steht viel **Fleisch** auf dem Speiseplan. Die Abruzzen bringen zudem gute **Weine und Olivenöle** hervor.



SPAGHETTI
*mit Thunfisch, Peperoncino
und weißen Bohnen*

Rezept auf Seite 77





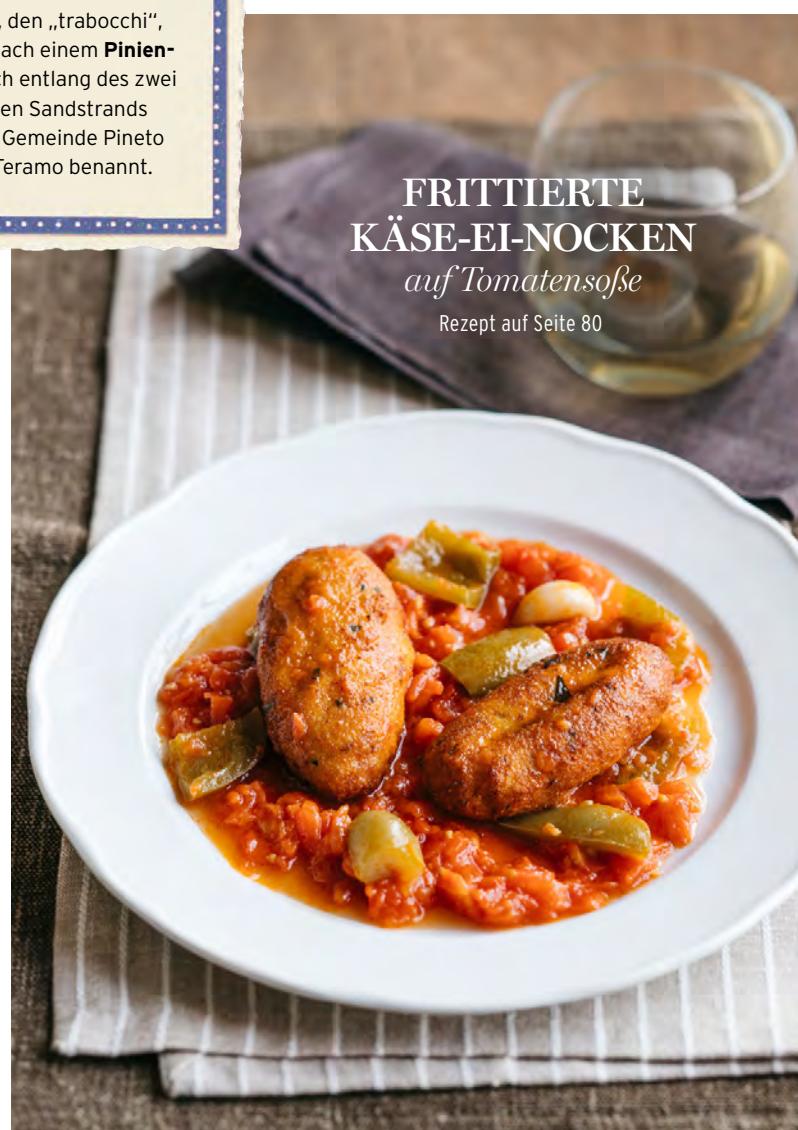
AUSFLUGSTIPPS

Direkt an der Adria gelegen, lädt die **Hafenstadt Ortona (o.)** die Besucher zum Flanieren auf der Promenade ein. In der Region hat die Fischerei auf Pfahlbauten, den „trabocchi“, lange Tradition. Nach einem **Pinienhain (u.l.)**, der sich entlang des zwei Kilometer langen Sandstrands erstreckt, ist die Gemeinde Pineto in der Provinz Teramo benannt.



FRITTIERTE KÄSE-EI-NOCKEN *auf Tomatensoße*

Rezept auf Seite 80





FLEISCH- GEMÜSE-EINTOPF *aus Teramo*



URSPRÜNGLICH

Im **Gebirgsmassiv Gran Sasso** (hier nahe des kleinen Dorfs Anversa degli Abruzzi) sind viele Ziegen und Schafe beheimatet (o.). Die Gemeinde **Scanno** liegt in der Provinz L'Aquila in den Abruzzen (u.r.). Ein Besuch dieses malerischen Bergdorfs lockt mit Einblicken in kleine traditionelle Handwerksbetriebe und Ausblicken auf den Scanno-See.



BODENSTÄNDIG & GUT

Fleisch-Gemüse-Eintopf aus Teramo

Virtù

FÜR 4 PERSONEN

80 g getrocknete Bohnen
40 g getrocknete Kichererbsen
250 g Schweinefleisch
1 Schinkenschwarze
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Peperoncino
2 Karotten
1 Stange Staudensellerie
100 g Mangold
100 g grüne Bohnen
100 g Erbsen (frisch oder TK)
1/2 Bund italienische Kräuter
2 EL natives Olivenöl extra
50 ml Weißwein
etwas Salz
80 g Prosciutto cotto
200 g gemischte kurze Pasta nach Wahl (z.B. kurze Makkaroni, Ditali)
etwas Chilipulver, vorzugsweise aus den Abruzzen
etwas frisch geriebener Pecorino zum Servieren

1 Getrocknete Hülsenfrüchte separat über Nacht in kaltem Wasser einweichen. Am nächsten Tag abgießen und in frischem Wasser nach Packungsangabe jeweils knapp gar kochen, dann abgießen und beiseitestellen.

2 Schweinefleisch und -schwarze in einem großen Topf mit Wasser bedecken. Alles aufkochen und 60 Minuten garen, dabei den Sud abschäumen. Inzwischen Zwiebel und Knoblauch schälen, beides hacken. Peperoncino waschen, entkernen und hacken. Gemüse waschen und putzen bzw. schälen und ggf. in kleine Würfel oder Stücke schneiden. Kräuter waschen und trocken schütteln. Blättchen bzw. Nadeln abzupfen und hacken.

3 In einem großen Topf das Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin hell andünsten. Peperoncino, Karotten und Sellerie dazugeben und kurz mit andünsten. Alles mit Weißwein ablöschen und diesen etwas verkochen lassen. Das Gemüse mit Wasser bedecken und 15–20 Minuten kö-

cheln lassen, dabei nach und nach entsprechend der Garzeit das restliche vorbereitete Gemüse dazugeben. Zuletzt die Kräuter untermischen und alles leicht mit Salz würzen. Anschließend die Brühe abgießen, auffangen und beiseitestellen.

4 Fleisch und Schwarze aus dem Topf nehmen, kurz abkühlen lassen und in kleine Würfel schneiden. Den Schinken ebenfalls klein würfeln. Das Gemüse mit Fleisch, Schwarze, Schinken und den geägerten Hülsenfrüchten in die Brühe geben. Alles zum Kochen bringen.

5 Die verschiedenen Nudelarten entsprechend ihrer Garzeit dazugeben und al dente kochen, dabei nach Bedarf noch mehr Gemüsebrühe angießen. Den Eintopf mit Salz und Chilipulver abschmecken, auf tiefe Teller verteilen und sofort servieren. Nach Belieben noch etwas geriebenen Pecorino dazureichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 3 Stunden
zzgl. 8 Stunden Ruhezeit

Spaghetti mit Thunfisch, Peperoncino und weißen Bohnen

Spaghetti con tonno, fagioli e peperoncino



FÜR 4 PERSONEN

500 g Spaghetti
200 g Thunfisch in Öl (Dose)
200 g weiße Bohnen (Dose)
250 g Kirschtomaten
1 Peperoncino
2 Knoblauchzehen

2 EL natives Olivenöl extra
100 ml Weißwein
3 Stiele Petersilie
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Spaghetti nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Den Thunfisch abtropfen lassen und grob zerpfücken. Die Bohnen in ein Sieb abgießen, abwaschen und abtropfen lassen. Kirschtomaten und Peperoncino waschen. Die Tomaten halbieren, den Peperoncino entkernen und fein hacken.

2 Den Knoblauch schälen, fein hacken und mit Peperoncino in einer Pfanne

im heißen Öl kurz andünsten. Alles mit dem Wein ablöschen, dann die Tomaten dazugeben. Die Mischung unter Rühren einige Minuten einkochen lassen. Ggf. etwas Nudelkochwasser dazugeben. Die Bohnen und den Thunfisch hinzufügen und im Sugo erhitzen. Den Sugo dann mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Petersilie waschen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen und hacken. Die Spaghetti abgießen, kurz abtropfen lassen und unter den Sugo mengen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit Petersilie bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten

NATURERLEBNIS

Der Nationalpark Majella wurde im Jahr 1991 gegründet. Er ist etwa 74.000 Hektar groß und liegt am Majella-Gebirge. Etwa die Hälfte des Areals befindet sich auf über 2.000 Metern Höhe. Besonders empfehlenswert ist eine Wanderung durch das Tal **Valle dell'Orfento**. Hier geht es entlang des gleichnamigen Flusses über Holzbrücken durch die Schlucht.



EIN FEINES PRACHTSTÜCK

KUCHEN
aus Pescara

Rezept auf Seite 80



AUTHENTISCH & LECKER

Frittierte Käse-Ei-Nocken auf Tomatensoße

Polpette cacio e uova al sugo



FÜR 4 PERSONEN

- 600 g Romatomaten**
- 1 Zwiebel**
- 1 grüne Paprikaschote**
- 2 EL natives Olivenöl extra**
- etwas Salz**
- 250 g frisch geriebener Pecorino**
- 100 g Ricotta**
- 50 g frisch geriebener Parmesan**
- 4 Eier**
- 2 EL Petersilie, gehackt**

einige Semmelbrösel, bei Bedarf
reichlich Sonnenblumenöl zum
Frittieren

1 Die Tomaten waschen, kreuzweise einritzen, kurz in kochendes Wasser tauchen und enthäuten. Dann halbieren, entkernen und fein würfeln. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Paprikaschote waschen, putzen und in größere Stücke schneiden. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Zwiebel darin glasisieren und andünsten. Die Tomaten dazugeben und kurz mitgaren. Paprika dazugeben, alles leicht salzen und ca. 20 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

2 Inzwischen den Pecorino mit Ricotta und Parmesan zu einer leicht klebrigen Masse vermengen. Die Eier in eine Schüssel aufschlagen, nach und nach die

Käsemasse unterrühren. Die gehackte Petersilie untermischen und alles zu einer gut formbaren Masse vermengen. Ggf. noch einige Semmelbrösel einarbeiten.

3 Aus der Masse 8–10 längliche Klöße formen, dabei nach Belieben mittig eine Rille hineindrücken. In einem Topf reichlich Sonnenblumenöl erhitzen. Es hat die richtige Temperatur erreicht, wenn an einem Holzkochlöffelstiel Bläschen hochsteigen. Die Polpette im heißen Öl portionsweise unter gelegentlichem Wenden goldbraun frittieren, dann mit einer Schaumkelle herausheben und kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Tomatensoße abschmecken, mit den frittierten Polpette auf Tellern anrichten und das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten

Kuchen aus Pescara

Parrozzo



FÜR 1 KUCHEN (Ø 20 CM)

- 4 EL Sonnenblumenöl zzgl.
etwas mehr zum Fetten**
- einige Semmelbrösel zum
Ausstreuen**
- 6 Eier**
- 1 Prise Salz**
- 175 g Zucker**
- 200 g gemahlene, blanchierte
Mandeln**
- 150 g Hartweizengrieß**
- 1 TL Biozitronenschale**

2 EL Amaretto
200 g Zartbitterschokolade
30 g Butter

1 Den Backofen auf 170 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine kuppelförmige Backform (Ø ca. 20 cm) oder eine Gugelhupfform mit etwas Öl einfetten und mit Semmelbröseln ausstreuen. Die Eier trennen. Eiweiß mit dem Salz steif schlagen und kalt stellen. Die Eigelbe mit dem Zucker schaumig schlagen. Gemahlene Mandeln, Grieß, Zitronenschale, 4 EL Öl und Amaretto untermischen. Dann den Eischnee unterheben.

2 Den Teig in die vorbereitete Form geben und verstreichen. Den Kuchen im vorgeheizten Backofen ca. 50 Minuten backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Eine Stäbchenprobe machen.

3 Den Kuchen aus dem Ofen nehmen und etwas abkühlen lassen, dann vorsichtig aus der Form stürzen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

4 Für die Glasur die Zartbitterschokolade grob hacken und mit der Butter über einem heißen Wasserbad langsam schmelzen. Die Mischung leicht abkühlen lassen und den ausgekühlten Kuchen damit glasieren. Die Glasur vor dem Anschnieden fest werden lassen.

TIPP: Dieser feine Mandelkuchen wird gern zu feierlichen Anlässen, in erster Linie an Weihnachten, serviert. Besonders gut schmeckt er, wenn er eine Nacht durchziehen konnte.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 85 Minuten



Echter italienischer Geschmack

Thunfisch-Filets in Olivenöl
für die italienische Küche.



JETZT
GENIESSEN!





♥ CULTURA

Trüffelfest in Alba

Optisch eher unscheinbar, geschmacklich eine aromatische Delikatesse: Trüffel dürfen in der italienischen Küche nicht fehlen. Die kostbarsten unter ihnen sind die weißen Trüffel. Ihnen hat das piemontesische Städtchen Alba ein Fest gewidmet. Die „Fiera Nazionale del Tartufo Bianco d'Alba“ findet in diesem Jahr vom 9.10. bis 5.12. statt. Herzstück des größten Trüffelfests der Welt ist der Trüffelmarkt im historischen Stadtzentrum. Hier finden kulinarisch Interessierte auch zahlreiche italienische Köstlichkeiten und Weine. Abgerundet wird der Markt durch Showküchen und ein kulturelles Rahmenprogramm. www.fieradeltartufo.org

LA DOLCE VITA

Spannende Geschichten, kulinarische Neuheiten und Hotel-empfehlungen **für die italienischen Momente** in Ihrem Leben



Italiano - Deutsch

il gusto.....	der Geschmack
leggere.....	lesen
la vacanza.....	der Urlaub
lo stufato.....	das Schmorgericht
le noci.....	die Nüsse
la frutta autunnale.....	das Herbstobst
agrodolce.....	süßsauer
la confettura.....	die Konfitüre
il libro di ricette.....	das Kochbuch
burrascoso.....	stürmisch
colorato.....	farbenfroh
le foglie d'autunno.....	das Herbstlaub

Spitzenweingut Masciarelli in den Abruzzen

Dank der Vision des Winzers Gianni Masciarelli erlangten die Region und der Montepulciano d'Abruzzo Weltruf. Daran, in der bis dahin unter Winzern wenig bedeutenden Region im Süden Italiens Spitzenweine hervorbringen zu können, glaubte er fest. Und wurde für seine Mühen und seine Zuversicht belohnt. Heute liegt die Führung des Weinguts in den Händen seiner Frau und seiner ältesten Tochter, die 60 Weinbergparzellen in allen vier abruzzischen Provinzen bewirtschaften. Neben ihrem Talent für erlesene Spitzenweine ist die Familie vor allem für ihre Gastfreundschaft bekannt. In den Weinbergen vor den hohen Bergen des Gran Sasso heißen sie in ihrem Boutiquehotel „Castello di Semivicoli“ Ruhesuchende und Weinliebhaber willkommen. Aus der einstigen Bauruine aus dem 17. Jahrhundert zauberten Gianni und seine Familie ein kleines Juwel der Gastlichkeit. Edles Interieur und ländlicher Charme laden, umgeben von malerischer Weinbergkulisse, zur Erholung ein. Mehr Infos unter www.castellodisemivicoli.com

Stilvoll beleuchtet

Wenn die Flammen hinter dem Glas des Windlichts „Hoop“ von Stelton (www.stelton.com) tanzen, entsteht eine gemütliche Stimmung im Raum. Aus Stahl und Glas, Ø 10 cm, Höhe 17 cm, ca. 50 Euro. Das passende Pflanzenöl (ca. 6 Euro) gewährleistet eine Brenndauer von 40 Stunden.



Backen ist nur der Anfang

Mit der leistungsstarken Küchenmaschine „Cooking Chef XL“ von Kenwood können Sie nicht nur Rühren und Aufschlagen. Dank der präzisen Induktionstechnologie kann die Temperatur von 20 bis 180 °C in Schritten geregelt werden. So eignet sich die „Cooking Chef XL“ perfekt für anspruchsvolle Backaufgaben, z.B. zum Schokoladetemperieren, und wird gleichzeitig heiß genug, um scharf anzubraten und zu kochen. Damit nicht genug: Die integrierte Waage spart Zeit und verringert die Unordnung beim Backen und Kochen, da die Zutaten direkt in der Schüssel oder im vielfältigen Zubehör abgewogen werden können. Die Küchenmaschine wird ganz leicht per Fingerdruck über den intuitiven Touchscreen bedient. Und in der „Kenwood World“-App finden Sie hunderte Rezepte, durch die Sie Schritt für Schritt begleitet werden, während Sie die Maschine über die App steuern. Ca. 1350 Euro, inkl. umfangreichem Zubehör, www.kenwoodworld.com

„Ein Schluck Lebensfreude“

Unter diesem Motto lädt Birra Moretti Bierfans dazu ein, mit Italiens beliebtestem Bier ein Stück Dolce Vita in ihr Leben zu bringen und die einfachen Dinge des Lebens zu genießen: gute Gesellschaft, leckeres Essen und authentisches Bier – echte italienische Gastfreundschaft eben. Birra Moretti ist ein hochwertiges Bier, das auf traditionelle Weise seit 1859 hergestellt wird. Die Produktion aus besten Rohstoffen verleiht dem Bier ein besonderes Aroma und verstärkt den ausgewogenen, bitteren Geschmack. Seit 1942 zierte das Etikett der Flaschen die Abbildung des Gründers Luigi Moretti, der die Werte der Marke verkörpert: Authentizität und Tradition. Birra Moretti wurde bei verschiedenen Wettbewerben ausgezeichnet und wird mittlerweile in über 55 Länder exportiert. Weltweit begeistert es Genießer, die gutes Essen und italienische Lebensfreude lieben. Weitere Informationen unter www.birramoretti.com/de



♥ GUSTO



Runde Sache

Die Schale „Omaggio“ von Kähler (www.kahlerdesign.com) ist zeitlos und ein echter Designklassiker. Die breiten farbigen Streifen werden von Hand auf die cremeweiße Keramikoberfläche aufgebracht. Ø 30 cm, Höhe 6 cm. Ca 65 Euro, erhältlich über www.torquato.de

Pasta der Extraklasse

Mit der Produktserie „Collezione“ bringt der italienische Nudelexperte Barilla besondere Pastaformen für besondere Genussmomente zu Ihnen nach Hause. Ganz neu im Sortiment ist die limitierte Edition „Papiri“. Diese hübsch geformte, wie eine Schriftrolle eingedrehte Pastasorte wurde vom italienischen Designer Walter de Silva entwickelt. Durch ihre besonders rauere Oberfläche und die gerollte Form nimmt sie Soßen perfekt auf und bietet so ein unvergleichliches Geschmackserlebnis. Mehr Infos zum Sortiment sowie Rezepte unter www.barilla.de



♥ LEGGERE



Mamma mia!

Nicht nur in der Manege treten die Roncallis auf, ab sofort kocht sich Lili Paul-Roncalli mit ihrem Kochbuch „Italienisch kochen alla Mamma“ mit 70 Familienrezepten durch italienische Klassiker. Gepaart mit den besten Geheimtipps von Mamma Eliana, entdecken Sie schnelle, einfache und leicht nachzukochende Rezepte aus der Feder der Zirkus-Familie. **EMF Verlag, 25 Euro**



Auf Reisen

Erleben Sie in „Mittelmeerküche. Ein Kochbuch“ von Claudia Roden die Aromenvielfalt des Mittelmeers. Die Autorin entführt Sie mit traditionellen Gerichten auf eine Reise durch Frankreich und Spanien über Italien bis nach Griechenland. **Dorling Kindersley Verlag, 29,95 Euro**

Ein musikalisches Geheimnis

Die Halbtitalienerin Luna begibt sich in Stefanie Gerstenbergers kurzweiligem Roman „Bella Musica“ auf die Suche nach ihrem Vater, der die Familie schon vor Jahren verließ. Mehr als eine Kindergeige und der Name Anna Battisti blieb ihr nicht. Sie folgt den Spuren ihrer Verwandten und lüftet dabei das tragische Geheimnis ihrer Familie. Ein gelungener Roman für gemütliche Herbsttage. **Diana Verlag, 10,99 Euro**



Wohlfühl auf dem Teller

„Gutes Essen ist gutes Leben. Die einfache italienische Küche“ ist ein Kochbuch, das seinem Namen alle Ehre macht. Autor Antonio Cotugno ist Gastronom, der die kulinarischen Erfahrungen seiner Kindheit und Jugend in Neapel mit ins ferne Hamburg nahm. Seine Küche ist einfach, aber raffiniert und steckt voller Liebe. **Ellert & Richter Verlag, 29,80 Euro**



Das Magazin für alle Literaturfans

Spannende Interviews und unabhängige
Rezensionen. Jetzt mit 48 Seiten Hörbuch-Extra!



Entspannt kennenlernen:
buecher-magazin.de/probeabo

3 Ausgaben für nur 14,90 Euro!

Klein und so fein!

PFIFFERLINGE

Im Herbst führt kein Weg vorbei an Pfifferlingen. **Die kleinen goldgelben Waldbewohner bereichern unseren Speiseplan** in zahlreichen köstlichen Variationen



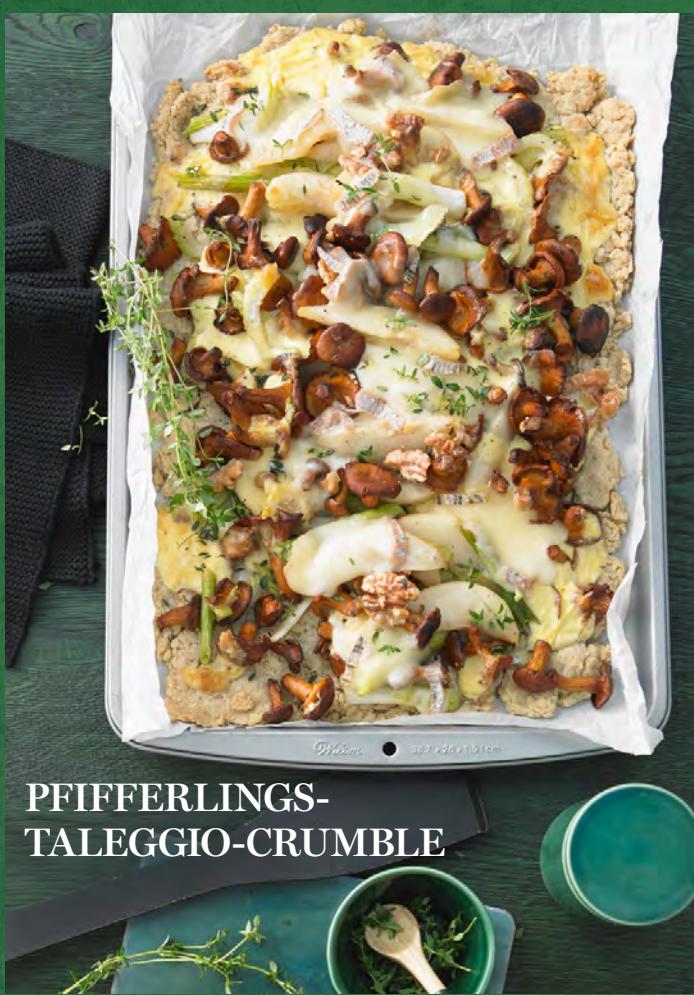
Saisonstars

Pfifferlinge sind aromatische kleine Wildpilze, die von Mitte Juni bis Ende Oktober erhältlich sind. Nadeln und anderen Schmutz sollten Sie vor der Zubereitung vorsichtig mit einem Pinsel oder Küchenpapier von den Pilzen entfernen.

PAPPARDELLE mit Pfifferlingen, Parmesan, Sahne und Dill

Rezept auf Seite 90





PFIFFERLINGS-TALEGGIO-CRUMBLE



PIKANTER LINSEN-PILZ-SALAT
mit Trauben und Ziegenfrischkäse



WÜRZIGE
PFIFFERLINGSPIZZA

Pfifferlings-Taleggio-Crumble

Crumble di finferli e taleggio

FÜR 4 PERSONEN

- 150 g Dinkelvollkornmehl
150 g Mehl
200 g kalte Butter in Stückchen
50 g frisch geriebener Parmesan
2 Stangen Staudensellerie
4 Frühlingszwiebeln
1 Birne
200 g kleine Pfifferlinge
4 Stiele Thymian
300 g Taleggio
50 g Walnusskerne
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Backform (ca. 40 x 25 cm) mit Backpapier auslegen. Beide Mehlsorten mit der kalten Butter und dem Parmesan zu großen Streuseln verkneten. Diese in die Form geben und zu einem gleichmäßigen Boden flach drücken. Im vorgeheizten Ofen ca. 15 Minuten vorbacken.

2 Inzwischen für den Belag Sellerie und Frühlingszwiebeln waschen und putzen. Den Sellerie ggf. entfädeln, dann schräg in feine Scheiben und die Frühlingszwiebeln in 4–5 cm lange Stücke schneiden. Die Birne schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in Spalten schneiden. Die Pfifferlinge gründlich putzen. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, einige zum Garnieren beiseitelegen. Taleggio in Scheiben schneiden.

3 Den Crumble-Boden aus dem Ofen nehmen und leicht abkühlen lassen. Mit Gemüse und Birne belegen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Thymian bestreuen. Den Käse darüber verteilen und mit den Pfifferlingen belegen. Walnüsse hacken und darüberstreuen. Alles zurück in den Ofen geben und in ca. 20 Minuten goldbraun überbacken. Mit dem übrigen Thymian garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten

Pikanter Linsen-Pilz-Salat mit Trauben und Ziegenfrischkäse

Insalata di funghi e lenticchie con uva e caprino

FÜR 4 PERSONEN

- 250 g Berglinsen
2 Stiele Thymian
1 Bund Petersilie
5 EL natives Olivenöl extra
1 TL Senf
3 EL Weißweinessig
200 g kleine Pfifferlinge
200 g kleine Steinpilze
150 g kernlose Weintrauben
300 g Ziegenfrischkäserolle
1 kleiner Radicchio di Treviso
100 g Friséesalat
4 TL helle Sesamsaat
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Linsen in einem Sieb waschen, dann mit Wasser in einen Topf geben und in ca. 30 Minuten gar kochen. Anschließend gut abtropfen lassen.

2 Inzwischen die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Den Thymian grob, die Petersilie fein hacken. Beides mit 3 EL Öl, Senf, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Die Hälfte davon unter die Linsen mengen und den Mix lauwarm abkühlen lassen.

3 Die Pilze gründlich putzen, Steinpilze mundgerecht zerkleinern. Alle Pilze in einer Pfanne im übrigen heißen Öl in ca. 2 Minuten goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Weintrauben waschen und längs halbieren. Den Käse in Scheiben schneiden.

4 Radicchio und Friséesalat verlesen und in mundgerechte Stücke zupfen, dann waschen und trocken schleudern. Auf Teller geben und darauf die Linsen anrichten. Pilze, Weintrauben und Käse darüber verteilen. Alles mit dem übrigen Dressing beträufeln und das Gericht mit Sesam bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten

Würzige Pfifferlingspizza

Pizza ai finferli

FÜR 4 PERSONEN

- 300 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
15 g frische Hefe
1 TL Zucker
3 EL natives Olivenöl extra
400 g Pfifferlinge
2 Schalotten
1 EL Butter
150 g Crème fraîche
100 g saure Sahne
etwas frisch geriebene Muskatnuss
2 Kugeln Mozzarella, gewürfelt
30 g frisch geriebener Parmesan
4-6 Stiele Thymian
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Mehl in eine Schüssel geben und eine Mulde hineindrücken. Zerbröckelte Hefe, Zucker und 160 ml warmes Wasser hineingeben und mit etwas Mehl vom Rand verrühren. Den Vorteig mit einem Küchenhandtuch abgedeckt 15 Minuten ruhen lassen. 2 EL Öl dazugeben und den Vorteig mit dem übrigen Mehl zu einem glatten Teig verkneten. Ggf. noch etwas Wasser oder Mehl einarbeiten. Den Teig abgedeckt ca. 45 Minuten ruhen lassen.

2 Inzwischen die Pfifferlinge putzen und ggf. grob zerteilen. Schalotten schälen und fein würfeln. In einer Pfanne übriges Öl und Butter erhitzen, Pilze und Schalotten darin ca. 5 Minuten anbraten. Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Den Teig in 2 Portionen teilen, auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu ovalen Fladen ausrollen und jeweils auf ein Blech legen. Crème fraîche mit saurer Sahne, Muskat, Salz und Pfeffer verrühren. Die Fladen damit bestreichen, mit Pilzen und Käse belegen und im vorgeheizten Ofen blechweise in 15–17 Minuten goldbraun backen. Mit Thymian garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden

BESONDERER GENUSS



Pappardelle mit Pfifferlingen, Parmesan, Sahne und Dill

Pappardelle con finferli, parmigiano, panna e aneto

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g kleine Pfifferlinge
- 2 Schalotten
- 1/2 Bund Dill
- 1/4 Bund Schnittlauch
- 500 g Pappardelle
- 1 EL natives Olivenöl extra
- 1 EL Butter
- 50 ml Weißwein
- 200 g Sahne
- 50 g grob geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Pfifferlinge putzen und je nach Größe ganz lassen, halbieren oder vierteln. Die Schalotten schälen und in feine Würfel schneiden. Dill waschen, trocken schütteln und grob hacken. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden.

2 Pappardelle nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Pfifferlinge darin bei großer Hitze braten, bis das austretende Wasser verdampft ist. Die Butter dazugeben und kurz aufschäumen lassen. Die Schalotten dazugeben und hell andünsten. Alles mit etwas Salz und Pfeffer würzen und mit dem Weißwein ablöschen. Anschließend die Sahne angießen und die Soße kurz bei mittlerer Hitze einköcheln lassen.

3 Pappardelle abgießen, kurz abtropfen lassen und auf einer Platte anrichten. Die Pfifferlinge mit der Soße darauf verteilen. Die Pasta mit Dill und Schnittlauch bestreuen und mit Pfeffer würzen. Das Gericht mit geriebenem Parmesan bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

Birnen-Nuss-Tatar mit Pfifferlingen und Bresaola

Tartare di pere e noci con finferli e bresaola

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Birnen
- 60 g Haselnusskerne
- 1 EL Haselnussöl
- 2 EL Biozitronensaft
- 2 EL Sherry
- 2 TL flüssiger Honig
- 1 Schalotte
- 3 EL Apfelessig
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 1 TL Senf
- 300 g Pfifferlinge
- 2 Stiele Petersilie
- 1 Bund Rucola
- 100 g Bresaola in dünnen Scheiben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Birnen schälen, vierteln, vom Kehäuse befreien und in sehr kleine Würfel schneiden. Die Haselnüsse fein hacken. In einer Schüssel das Haselnussöl mit Zitronensaft, Sherry, 1 TL Honig, etwas Salz und Pfeffer verrühren. Birnen und Haselnüsse untermischen. Alles ca. 15 Minuten marinieren.

2 In der Zwischenzeit für das Dressing die Schalotte schälen und fein wür-

feln. Mit Apfelessig, 3 EL Olivenöl, Senf, restlichem Honig sowie etwas Salz und Pfeffer verrühren.

3 Die Pfifferlinge gut putzen, größere Exemplare halbieren oder vierteln. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Die Pilze in einer Pfanne im übrigen heißen Olivenöl in ca. 2 Minuten goldbraun braten. Mit Petersilie bestreuen und vom Herd nehmen. Salzen und pfeffern.

4 Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Das Birnen-Nuss-Tatar mithilfe eines Servierrings auf vier Teller verteilen. Bresaolascheiben, gebratene Pfifferlinge und Rucola dazugeben. Alles mit dem Dressing beträufeln und das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Wo wachsen sie?

Wer gern selbst mit Korb und Messer losziehen mag, findet Pfifferlinge von Spätsommer bis Spätherbst in der Nähe von Buchen, Eichen oder Kiefern, bevorzugt auf moosigem Untergrund.

BIRNEN-NUSS-TATAR *mit Pfifferlingen und Bresaola*



Genuss im VERBORGENEN

Hübsch geformt sind diese grandiosen **Nudeltäschchen eine echte Augenweide**, und beim ersten Bissen offenbaren sie ihre feine Füllung. Probieren Sie doch einmal selbst!

CESTINI

mit Ziegenkäse-Zucchini-Füllung,
Erbsen und Pancetta

Rezept auf Seite 95



Aromatisch

In der Füllung für die Cestini steckt Ziegenfrischkäse. Wer diesen nicht mag, ersetzt ihn einfach durch den milder schmeckenden Ricotta. Sie möchten auf den Pancetta verzichten? Dann servieren Sie das Gericht mit gerösteten Haselnusskernen.





Tortelloni mit Borretscht-Lamm-Füllung, Tomatensoße und Parmesan

Tortelloni di agnello e borragine al sugo

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN TEIG

- 250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 200 g Hartweizengrieß
- 1 TL Salz
- 1 EL natives Olivenöl extra
- 4 Eier

FÜR DIE FÜLLUNG

- 150 g Borretscht
- 150 g Mangold
- 1 Schalotte
- 1 EL natives Olivenöl extra
- 1 altbackenes Brötchen
- 80 ml Lammfond
- 300 g Lammhack
- 3 EL frisch geriebener Parmesan
- 2 Eier
- 1 TL Majoran, gehackt
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- einige Semmelbrösel nach Bedarf
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DIE SOSSE

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 400 g aromatische Tomaten
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 1-2 TL Rosmarinnadeln
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

AUSSERDEM

- 40 g gehobelter Parmesan zum Garnieren



1 Für den Teig Mehl und Grieß auf die Arbeitsfläche häufen und eine Mulde hineindrücken. Salz, Öl und Eier hineingeben, alles mit einer Gabel vermengen und mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten, dabei nach Bedarf noch ein wenig kaltes Wasser oder Mehl dazugeben. Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten ruhen lassen.

2 Für die Füllung Borretscht waschen. Den Mangold putzen und waschen. Beides in Salzwasser 2–3 Minuten blanchieren, Abschrecken, gut ausdrücken und fein hacken. Schalotte schälen, fein würfeln und in einer Pfanne im heißen Öl glasig andünsten, dann kurz abkühlen lassen. Die Rinde des Brötchens in eine große Schüssel reiben. Fond lauwarm erwärmen und das restliche Brötchen darin einweichen. Hackfleisch in die Schüssel geben, Borretscht, Mangold, Schalotte, Parmesan, Eier und ausgedrücktes Brötchen dazugeben. Alles mit Majoran, Muskat, Salz und Pfeffer würzen und zu einer formbaren Masse vermengen. Ggf. einige Semmelbrösel einarbeiten.

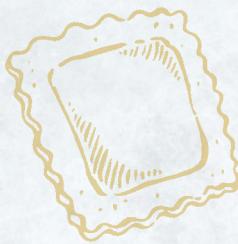
3 Teig portionsweise mit der Nudelmaschine zu dünnen Bahnen ausrol-

len und daraus ca. 7 cm große Quadrate ausschneiden. Jeweils etwas Füllung in die Mitte geben, den Teig darüber zu einem Dreieck zusammenlegen und die Ränder gut andrücken. Jedes Dreieck mit der Spitze nach unten um den Zeigefinger wickeln und die Enden mit dem Daumen kräftig zusammenpressen. Die Tortelloni auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz antrocknen lassen.

4 Inzwischen Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein würfeln und den Knoblauch hacken. Tomaten kreuzweise einritzen, in kochendes Wasser tauchen und häuten. Anschließend vierteln, entkernen und das Fruchtfleisch klein würfeln. In einer Pfanne das Öl erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin hell andünsten, Tomaten und Rosmarin dazugeben, die Soße 10–15 Minuten köcheln lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tortelloni in simmern dem Salzwasser gar ziehen lassen, dann herausheben, abtropfen lassen und mit der Tomatensoße vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit Parmesan und etwas Pfeffer bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 110 Minuten

Unglaublich gut MAMMA MIA!



Ravioli mit pikanter Burratafüllung, Favabohnen und Kirschtomaten

Ravioli ripieni di burrata con favabohnen e pomodorini

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN TEIG

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

FÜR DIE FÜLLUNG

- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Burrata (alternativ Mozzarella)
- 100 g Ricotta
- 2 EL frisch geriebener Parmesan
- 1 Eigelb
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

AUSSERDEM

- 1 Eigelb zum Bestreichen
- 100 g gepalte Favabohnen
- 200 g rote und gelbe Kirschtomaten
- 1 Frühlingszwiebel
- 30 g Butter
- einige Basilikumblättchen zum Garnieren



1 Für den Teig das Mehl auf die Arbeitsfläche häufen und eine Mulde hineindrücken. Eier, Öl und Salz hineingeben. Alles erst mit einer Gabel vermengen, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten, dabei nach Bedarf noch ein wenig kaltes Wasser oder Mehl dazugeben. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt ca. 30 Minuten ruhen lassen.

2 In der Zwischenzeit für die Füllung den Knoblauch schälen und hacken. Burrata abtropfen lassen, in kleine Stücke zupfen und in einer Schüssel mit Knoblauch, Ricotta, Parmesan und Eigelb vermengen. Die Mischung mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

3 Teig portionsweise mit der Nudelmaschine zu dünnen Bahnen ausrollen. Mit einem Teelöffel etwa haselnussgroße Portionen der Füllung mit etwas Abstand zueinander auf einer Nudelbahn verteilen. Eigelb mit 3 EL Wasser verquirlen und die Zwischenräume damit bestreichen. Eine zweite Nudelbahn auf die erste legen

und jeweils zwischen der Füllung gut andrücken. Mit einem gewellten Teigrädchen rechteckige Ravioli ausschneiden und diese mit etwas Mehl bestäuben. Auf diese Weise fortfahren, bis Teig und Füllung verbraucht sind.

4 Die Ravioli in reichlich simmendem Salzwasser geben und in 4–5 Minuten gar ziehen lassen. Die Favabohnen ca. 1 Minute in kochendem Salzwasser blanchieren, dann abschrecken und die Bohnenkerne aus den Häutchen drücken. Kirschtomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Frühlingszwiebel putzen, waschen und in dünne Ringe schneiden. Butter in einer großen Pfanne erhitzen, Bohnen und Tomaten darin kurz schwenken, dann die Frühlingszwiebel untermengen. Abgetropfte Ravioli unterheben. Alles mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen und mit Basilikumblättchen garniert servieren. Nach Belieben etwas frisch geriebenen Parmesan dazureichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten



Cestini mit Ziegenkäse-Zucchini-Füllung, Erbsen und Pancetta

Cestini ripieni di zucchine e caprino con piselli e pancetta

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN TEIG

- 300 g doppelgriffiges Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 3 Eier
- 1 EL natives Olivenöl extra
- 1 TL Salz

FÜR DIE FÜLLUNG

- 1 junge Zucchini
- 1 Knoblauchzehe
- 300 g Ziegenfrischkäse
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- 2 EL Semmelbrösel
- 4 EL Kräuter (z.B. Petersilie, Thymian), gehackt
- 1/2 TL Biozitronenschale
- 1 Eigelb
- etwas Salz und frisch gemahlener Pfeffer

AUSSERDEM

- 1 Eiweiß zum Bestreichen
- 100 g Pancetta
- 200 g TK-Erbsen
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 60 ml Gemüsebrühe
- 2 EL Kräuter (z.B. Petersilie, Minze), gehackt

1 Für den Teig das Mehl auf die Arbeitsfläche häufen und eine Mulde hineindrücken. Eier, Öl und Salz hineingeben. Alles mit einer Gabel vermengen, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten, dabei nach Bedarf noch ein wenig kaltes Wasser oder Mehl einarbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten ruhen lassen.

2 Inzwischen für die Füllung Zucchini waschen, putzen, der Länge nach halbieren und von den Kernen befreien. Das Fruchtfleisch fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Ziegenfrischkäse mit Parmesan, Knoblauch, Bröseln, gehackten Kräutern, Zitronenschale und Eigelb vermengen. Die Füllung mit Salz und Pfeffer würzen, dann die Zucchiniwürfel gut unterheben.

3 Teig portionsweise mit der Nudelmaschine zu dünnen Bahnen ausrollen. Jeweils ca. 7 cm große Quadrate ausschneiden und je 1 knappen TL Füllung in die Mitte setzen. Das Eiweiß verquirlen und die Teigränder damit bestreichen. Die Ecken nach oben zusammennehmen, die Ränder gut andrücken und die Teigtäschchen auf einem leicht bemehlten Brett kurz antrocknen lassen.

4 In der Zwischenzeit den Pancetta in feine Würfel schneiden. Die Erbsen in kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren, dann abschrecken und abtropfen lassen. In einer Pfanne 1 EL Öl erhitzen und die Pancettawürfel darin unter Wenden anbraten. Die Hälfte der Erbsen mit der Brühe, den Kräutern und dem übrigen Öl fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Teigtäschchen in reichlich kochendem Salzwasser in 5–6 Minuten gar ziehen lassen. Restliche Erbsen zum Pancetta geben, erhitzen und leicht salzen.

5 Die Cestini mit einer Schaumkelle herausheben, kurz abtropfen lassen und mit in die Pfanne geben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und noch einmal kurz durchschwenken. Pasta auf Teller verteilen, mit dem Erbsenpüree beträufeln und sofort servieren.

TIPP: Nach Belieben können Sie zu diesem Gericht etwas frisch geriebenen Parmesan oder auch grob zerbröckelten Schafskäse reichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten



Unsere gefüllten Nudellieblinge

TORTELLONI Die größere Variante der Tortellini wird in der klassischen italienischen Küche gern in Hühnerbrühe serviert – früher ein beliebtes Sonntagsessen. Mittlerweile sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt und die ringförmige Pasta, die übersetzt „kleiner Kuchen“ heißt, wird in verschiedenen Soßen und mit den unterschiedlichsten Füllungen serviert, auch unter der Woche.

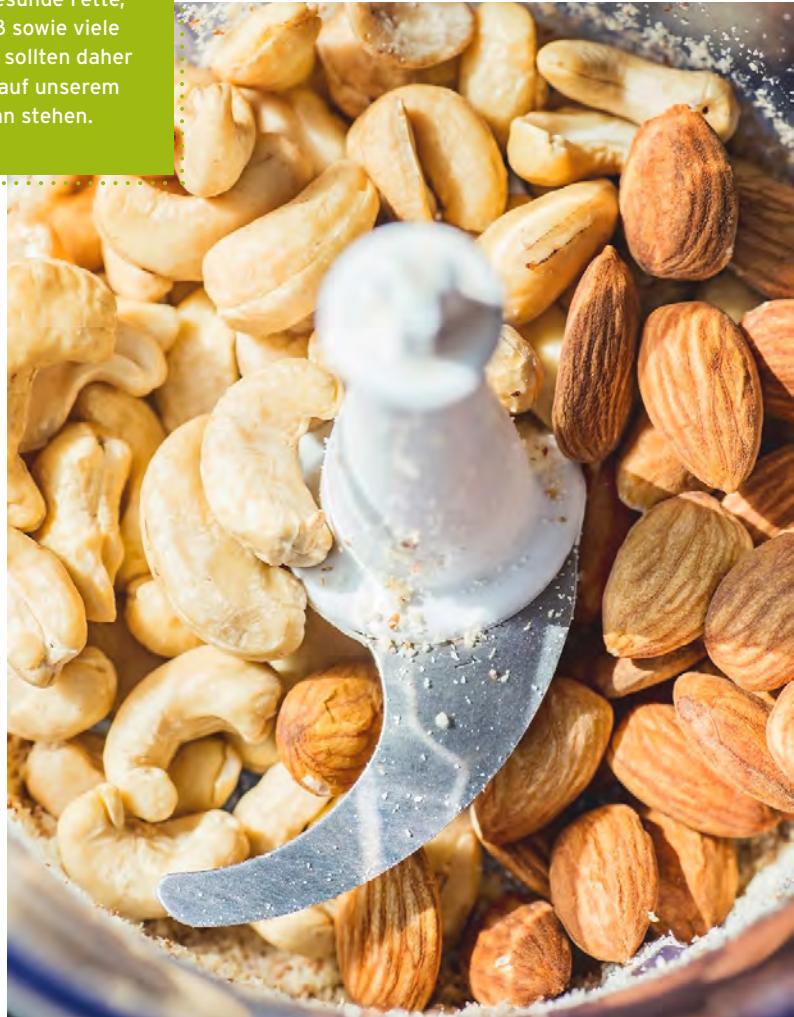
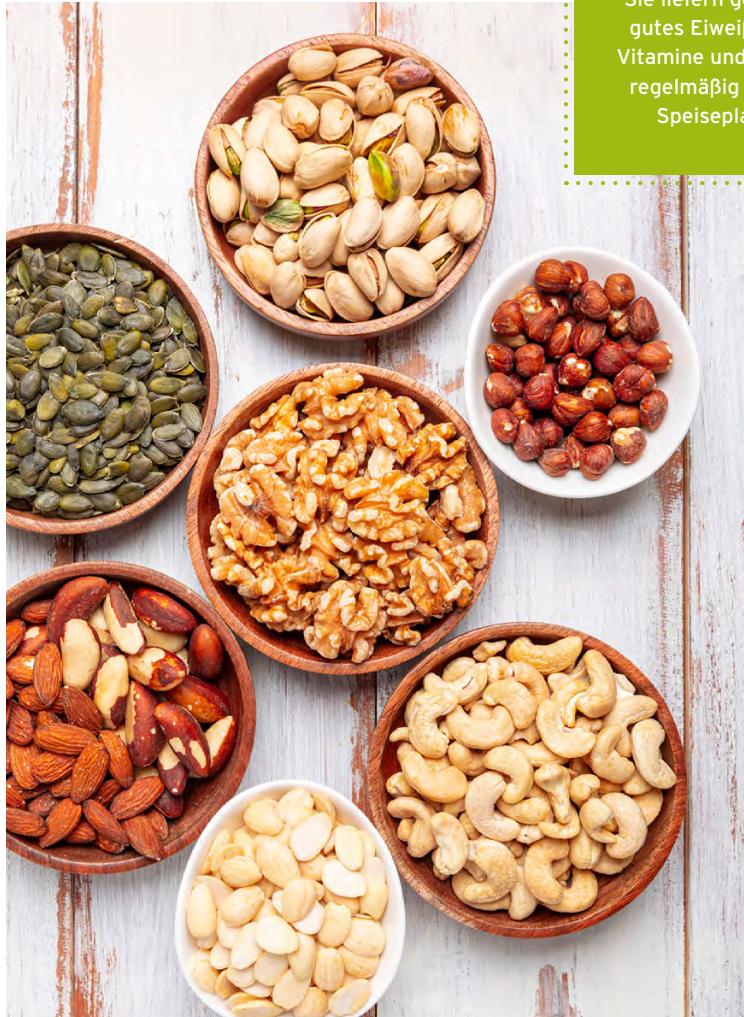
RAVIOLI Spätestens seit der Erfindung der Dose sind Ravioli für viele Deutsche der Klassiker unter den gefüllten Pastasorten. Typischerweise bestehen sie aus zwei Teiglagen, die mit Gemüse, Fleisch, Fisch oder Käse gefüllt sind. Der Eiernudelteig wird erst zu langen Bahnen ausgerollt, dann belegt, mit einer weiteren Teigbahn bedeckt und mit einem Teigrädchen in Quadrate, Dreiecke oder Halbkreise geschnitten oder mit einem Ausstecher in Form gebracht.

CESTINI Die kleinen Teigtaschen halten, was ihr Name verspricht – die „Körbchen“ tragen ihre leckere Füllung von der Gabel direkt in den Mund. Tipp: Die aus Bologna stammende gefüllte Pasta einfach in einer leichten Soße oder mit etwas geschmolzener Butter sowie etwas frisch geriebenem Parmesan, Zitronenschale und frisch gemahlenem Pfeffer servieren.



Kraftpakete

Nüsse und Kerne sind für unseren Körper sehr wichtig. Sie liefern gesunde Fette, gutes Eiweiß sowie viele Vitamine und sollten daher regelmäßig auf unserem Speiseplan stehen.



GESUND ALL'ITALIANA

Dieses Mal: Nüsse und Kerne

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



Mit Nüssen ist es so eine Sache. Lange hatten sie keinen besonders guten Ruf unter den Lebensmitteln.

Zu fett, zu kalorienreich und noch dazu häufig in einem Satz mit Allergien und Unverträglichkeiten genannt. Doch zum Glück lernen wir Menschen niemals aus. Heute wissen wir: Nüsse liefern gesunden Genuss. Wir wollen ein bisschen genauer hinschauen. Was hat sich verändert? Die Nuss an sich ist ja die gleiche geblieben. Und ja, auch ihr Fettgehalt ist unverändert, nicht aber das Wissen um die Qualität ihres Fetts. Denn selbst wenn Nüsse reich an Fetten sind, so sind es gute, einfach und mehrfach ungesättigte Fettsäuren, die sich sogar positiv auf die Blutfettwerte auswirken. Studien haben zudem gezeigt, dass ein vermehrter Nusskonsum bei den Probanden nicht zur Gewichtszunahme geführt hat. Vermutlich, da Nüsse lange sättigen. Außerdem sind Nüsse reich an Proteinen. Besonders Vegetarier und Veganer können durch den Verzehr von Nüssen tierisches Eiweiß in ihrem Ernährungsplan ersetzen. Darüber hinaus enthalten Nüsse wichtige Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe. Letztere sind gut für die Verdauung und können möglicherweise Darmkrebs vorbeugen. Das enthaltene Eisen kurbelt den Sauerstofftransport im Blut an, während die wertvollen B-Vitamine das Nervensystem stärken. Außerdem weiß man heute, dass Nüsse Polyphenole enthalten. Diese Antioxidantien helfen, oxidativen Stress zu reduzieren. Auch auf den Cholesterinspiegel scheinen Nüsse einen positiven Einfluss zu haben, hierfür sind die enthaltenen sekundären Pflanzenstoffe, die Phytosterine, verantwortlich. Kurzum: Die Nuss ist ein Kraftpaket, das wir uns regelmäßig gönnen dürfen. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt, eine Handvoll Nüsse (20–25 Gramm) pro Tag zu essen. Auf diese Weise könnte das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Krebs und Rheuma reduziert werden.



In Italien sind unter anderem Haselnüsse, Walnüsse, Mandeln, Maronen, Pistazien und Pinienkerne beheimatet, wobei letztere genau genommen nur im Volksmund aufgrund ihrer knackigen Konsistenz zu den Nüssen gezählt werden. Auch Mandeln und Pistazien sind keine Nüsse im botanischen Sinne, sondern zählen zur Familie der Steinfrüchte. Dem Gesundheitsaspekt tut die botanische Zuordnung jedoch keinen Abbruch. Denn diese Früchte enthalten viele gesunde Fette, die Ihrem Körper guttun. Mit welchen Rezepten Sie Nüsse ideal in Ihren Speiseplan integrieren, verraten wir auf den folgenden Seiten.

3 TOP-INFOS ÜBER NÜSSE

GESUNDE FETTE

Nüsse sind reich an Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren, die sich positiv auf die Blutfettwerte auswirken und somit vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen schützen können. Spitzenerster an gesunden Fetten ist die Walnuss.

EIWEISSSTAR

Eiweiß ist wichtig für den Muskelaufbau und liefert dem Körper Energie. Nüsse enthalten viel Protein und können für Vegetarier und Veganer als Ersatz für tierisches Eiweiß dienen. Mit über 20 Gramm auf je 100 Gramm sind Erdnüsse und Mandeln gefolgt von Pistazien und Pinienkernen sehr gute Eiweißlieferanten.

VITAMINBOMBE

Nüsse enthalten wichtige B- und E-Vitamine. B-Vitamine stärken dank ihrer positiven Wirkung auf das Gehirn die Konzentrationsfähigkeit. Vitamin E schützt die Zellen aufgrund seiner antioxidativen Wirkung vor Schädigungen durch freie Radikale. Beide Vitamine sind in Haselnüssen besonders viel enthalten. Tipp: Nüsse immer gut kauen, damit Vitamine, Fette & Co. optimal verwertet werden.



Beim Kauf von Nüssen sollten Sie Folgendes beachten:

Wir empfehlen Bionüsse, da bei ihrem Anbau keine chemischen Pestizide – die der Umwelt und der eigenen Gesundheit schaden – eingesetzt werden dürfen. Auch die Herkunft sollten Sie im Blick behalten, lange Transportwege meiden und gegebenenfalls zu Produkten mit „Fairtrade“-Siegel greifen. Wir empfehlen, ganze Nüsse zu kaufen und diese bei Bedarf selbst zu mahlen. Zerkleinert können Sie diese in einem luftdicht verschlossenen Gefäß bis zu vier Wochen im Kühlschrank aufbewahren, im Tiefkühlenschrank bis zu einem Jahr. Nüsse sollten generell kühl, trocken und dunkel gelagert werden. Ungeschält halten sie bis zu einem Jahr. Die Nase ist ein verlässlicher Indikator, ob Nüsse noch genießbar sind. Sobald sie einen unangenehm ranzigen Geruch aufweisen, sollten sie nicht mehr verspeist werden. Eine matte Färbung ist ein gutes Zeichen. Ölig glänzende Nüsse sollten Sie dagegen besser entsorgen. Neben Nüssen findet auch Nussöl vielfachen Einsatz in der Küche. Erdnussöl ist sehr hitzeresistent und eignet sich zum scharfen Anbraten, dagegen kommen Walnuss- und Haselnussöl besser in der kalten Küche zum Einsatz.



**Nüsse enthalten
besonders
viele gute Fette**



Rotkohlsalat mit Gorgonzola und Pekannüssen

Insalata di cavolo rosso con gorgonzola e noci pecan

FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Rotkohl**
- 2 Karotten**
- 100 g Pekannusskerne**
- 2 EL heller Balsamicoessig**
- 3 EL Bioorangensaft**
- 1 TL Senf**
- 5 EL natives Olivenöl extra**
- 50 g Sultaninen**
- 150 g Gorgonzola**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Den Rotkohl putzen, ggf. waschen, halbieren, vom Strunk befreien und raspeln. Die Karotten schälen und ebenfalls raspeln. Die Pekannüsse ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten, bis sie duften. Dann herausnehmen, auf einen Teller geben und bis zur weiteren Verwendung etwas abkühlen lassen.

2 Essig, Orangensaft, Senf und Öl verquirlen und mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Rotkohl, Karotten, Pekannüsse und Sultaninen in einer Schüssel mit der Hälfte des Dressings vermengen und den Salat ca. 60 Minuten durchziehen lassen.

3 Den Gorgonzola ggf. entrinden und in kleine Würfel schneiden. Den durchgezogenen Rotkohlsalat auf Teller verteilen, mit den Käsewürfeln anrichten und servieren. Das restliche Dressing zum Beträufeln dazureichen.

TIPP: Anstelle von Rotkohl können Sie auch Weiß- oder Spitzkohl verwenden. Die Blättchen von Rosenkohlröschen bieten sich ebenfalls an. Diese für eine bessere Bekömmlichkeit kurz blanchieren.

**♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten
zzgl. 60 Minuten Ruhezeit**

Vollkorn-Nussbrot

Pane integrale alle noci

FÜR 1 BROT (LÄNGE CA. 25 CM)

- 50 g Walnusskerne**
- 100 g Haselnusskerne**
- 150 g Haferflocken**
- 100 g Leinsamen**
- 70 g Sonnenblumenkerne**
- 30 g Kürbiskerne**
- 2 EL Chiasamen**
- 2 EL Kokosöl**
- 1 EL Agavendicksaft**
- 1 TL Salz**

1 Walnüsse und ca. 75 g der Haselnüsse hacken. Alle Zutaten in einer Schüssel mischen, dann 350 ml Wasser angießen und alles gut vermengen. Die Mischung mit einem Küchenhandtuch abgedeckt mindestens 6 Stunden ruhen lassen.

2 Backofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenform (Länge ca. 25 cm) mit Backpapier auslegen. Den Teig erneut gut durchmischen, dann in die Form geben und gleichmäßig darin verstreichen. Die Form in den vorgeheizten

Ofen schieben und das Brot 25 Minuten backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden.

3 Das Brot anschließend auf ein mit Backpapier belegtes Backblech stürzen, zurück in den Ofen geben und in weiteren 35–40 Minuten fertig backen. Ggf. mit Alufolie abdecken.

4 Das Vollkorn-Nussbrot aus dem Backofen nehmen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

TIPP: Bei der Wahl der verwendeten Nuss- und Kernsorten sind Sie grundsätzlich frei. Wichtig ist nur, dass Sie die angegebenen Mengen von Haferflocken, Leinsamen, Chiasamen, Kokosöl und Wasser unverändert lassen, da diese im Zusammenspiel dafür sorgen, dass die Masse gut quellen kann und, dass auch später nach dem Backen noch alles zusammenhält.

**♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten
zzgl. 6 Stunden Ruhezeit**

Roh und knackig

Dieser Salat überzeugt mit jeder Menge Vitamine, die nicht nur in den Nüssen, sondern auch im rohen Gemüse stecken. Sultaninen und Gorgonzola runden den Salat geschmacklich toll ab.



ROTKOHLSALAT
mit Gorgonzola und Pekannüssen



SPAGHETTI mit Haselnusspesto



Herrlich kernig

Aus einer Handvoll Zutaten entsteht ein gesundes, sättigendes und aromatisches Gericht. Für noch mehr Nusspower die Pasta vor dem Servieren mit etwas gutem Haselnussöl beträufeln.

Spaghetti mit Haselnusspesto

Spaghetti al pesto di nocciole

FÜR 4 PERSONEN

**100 g Haselnusskerne, geröstet
1 Bund Petersilie
2 Knoblauchzehen
ca. 5 EL natives Olivenöl extra
40 g frisch geriebener Parmesan
400 g Spaghetti
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Geröstete Nüsse grob hacken, 2 EL davon zum Garnieren beiseitelegen. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Knoblauch schälen und halbieren. Haselnüsse, 2/3 der Petersilie und Knoblauch im Mixer kurz pürrieren, dabei nach und

nach so viel Öl angießen, bis ein stückiges, nicht zu feines Pesto entsteht. Den Parmesan unterrühren und das Haselnusspesto mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Die Spaghetti nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Anschließend abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Die Pasta mit der Hälfte des Pesto und den restlichen gehackten Nüssen vermengen und ggf. noch ein wenig Kochwasser untermischen. Die Pasta ggf. abschmecken, dann auf tiefe Teller verteilen und mit der gehackten Petersilie garniert servieren. Das übrige Haselnusspesto dazureichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



Nüsse sind eine gute und gesunde Eiweißquelle

Zucchini-Limetten-Küchlein mit Pistazien

Tortine di zucchine e lime con pistacchi e yogurt

FÜR 8 STÜCK

**200 g Zucchini
90 g flüssiger Honig
1 Biolimette zzgl. 1 EL
Biolimettensaft
200 g Mehl
1 TL Backpulver
1 TL Ingwerpulver
1/4 TL Salz
2 EL Pistazienkerne, gehackt
120 g Apfel
3 Eier
160 brauner Zucker
150 g Kokosöl, geschmolzen
1 TL Vanilleextrakt
140 g griechischer Joghurt**

1 Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Zucchini waschen und trocken tupfen. Ca. 80 g auf einem Hobel in hauchdünne Scheiben schneiden. Den Honig in einem Topf mit dem Limettensaft aufkochen und die Zucchinischeiben ca. 2 Minuten darin köcheln lassen. Sie sollten noch ihre Form behalten. Abtropfen lassen, den Sirup beiseitestellen. Die Zucchinischeiben auf dem Backblech auslegen und 10–12 Minuten backen.

2 Für die Küchlein den Ofen auf 175 °C Ober-/Unterhitze einstellen. 8 Mulden einer Mini-Kastenform mit etwas Backpapier auskleiden. Mehl, Backpulver, Ingwer, Salz und Pistazien in einer Schüssel vermischen. Apfel waschen, vom Kerngehäuse befreien und zusammen mit der übrigen Zucchini grob raspeln.

3 Eier und Zucker schaumig schlagen, Kokosöl und Vanilleextrakt unterrühren. Zucchini und Apfel untermischen, dann den Mehlmix nach und nach einarbeiten. Teig in die Mulden füllen und im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten backen. Ggf. mit Alufolie abdecken. Eine Stäbchenprobe machen. Inzwischen die ganze Limette heiß abwaschen und trockenreiben. Die Schale fein abreiben, die Frucht auspressen. Den Joghurt in einem Schälchen mit dem Limettensaft verrühren.

4 Küchlein in der Form abkühlen lassen und noch warm mit etwas Honigsirup beträufeln. Aus der Form lösen, mit etwas Joghurt toppen und mit Limettenschale und Zucchini-Chips bestreuen. Übrigen Joghurt dazureichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten



Variante

Anstelle von Polenta können Sie zum Fischeintopf auch frisches Ciabatta reichen, mit dem Sie den aromatischen Sud aufnehmen können. Alternativ aus Ciabatta knusprige Croûtons zubereiten und kurz vor dem Servieren auf den Eintopf streuen.



TOSKANISCHER FISCHEINTOPF

Rezept auf Seite 105

Seelenwärmer

Schnappen Sie sich einen Löffel und probieren Sie sich durch die Vielfalt unserer neuen Eintopf-Varianten.

Die machen garantiert satt und glücklich!



BOHNENSUPPE mit Knusperkartoffeln

Rezept auf Seite 107



BOHNENEINTOPF auf italienische Art

Rezept auf Seite 107

LINSENEINTOPF *mit Wirsing und Pancetta*



Praktisch

Beide Linseneintöpfen lassen sich prima bereits am Vortag zubereiten. Das ist nicht nur besonders bequem, sondern auch richtig lecker. Denn durch das lange Ziehen intensivieren sich die Aromen der Suppe und sorgen für noch mehr Genuss.

LINSENEINTOPF *mit Salsiccia*

Linseneintopf mit Wirsing und Pancetta

Zuppa di lenticchie con verza e pancetta

FÜR 4 PERSONEN

- 250 g braune Linsen
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 250 g Wirsing
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 1,5 l Gemüsebrühe
- 200 g Pancetta in 5 mm dicken Scheiben
- 4 EL saure Sahne
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Linsen mindestens 3 Stunden, am besten über Nacht, in kaltem Wasser einweichen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein würfeln, den Knoblauch hacken. Die Wirsingblätter waschen und vom harten Strunk befreien. Die Blätter dann halbieren und in Streifen schneiden. Das Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebel und Knoblauch darin andünsten. Den Wirsing kurz mitdünsten. Die Linsen abgießen und dazugeben. Die Brühe angießen und alles abgedeckt 30–40 Minuten köcheln lassen.

2 Pancetta in Würfel schneiden, ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anbraten und in den Eintopf geben. Diesen mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken und mit der sauren Sahne servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 65 Minuten
zzgl. 3–8 Stunden Ruhezeit

Linseneintopf mit Salsiccia

Zuppa di lenticchie e salsicce

FÜR 4 PERSONEN

- 250 g braune Linsen
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 200 g Knollensellerie
- 3 kleine Karotten

- 150 g Lauch
- 3 Stiele Salbei
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 400 g stückige Tomaten (Dose)
- 1,5 l Gemüsebrühe
- 4 Salsicce
- 3 EL Balsamicoessig
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Petersilie, gehackt
- 60 ml Weißwein
- 750 g stückige Tomaten (Dose)
- 1,4 l Fischfond
- 300 g weißes Fischfilet ohne Haut
- 12 rohe Garnelen, küchenfertig
- 400 g gemischte Muscheln (z.B. Miesmuscheln, Jakobsmuscheln), küchenfertig
- 500 ml Milch
- 2 EL Butter
- 250 g Polentagrieß
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Linsen mindestens 3 Stunden, am besten über Nacht, in kaltem Wasser einweichen. Zwiebel sowie Knoblauch schälen und fein würfeln bzw. hacken. Sellerie und Karotten putzen, schälen und fein würfeln. Lauch putzen, waschen und in Streifen schneiden. Den Salbei waschen und trocken schütteln. Blätter abzupfen, die Hälfte fein hacken.

2 In einem großen Topf 2 EL Olivenöl erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und gehackten Salbei darin andünsten. Linsen in ein Sieb abgießen, abtropfen lassen und mit den Tomaten dazugeben. Brühe angießen und alles abgedeckt 20 Minuten köcheln lassen. Sellerie, Karotten und Lauch dazugeben und alles weitere ca. 15 Minuten garen. Das Salsiccia-Brät aus den Pellen drücken und in einer Pfanne in 1 EL Öl anbraten. In den Eintopf geben, diesen mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Übrige Salbeiblätter im restlichen Öl knusprig braten und zum Eintopf servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 65 Minuten
zzgl. 3–8 Stunden Ruhezeit



Toskanischer Fischeintopf

Zuppa di pesce toscana con polenta

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen

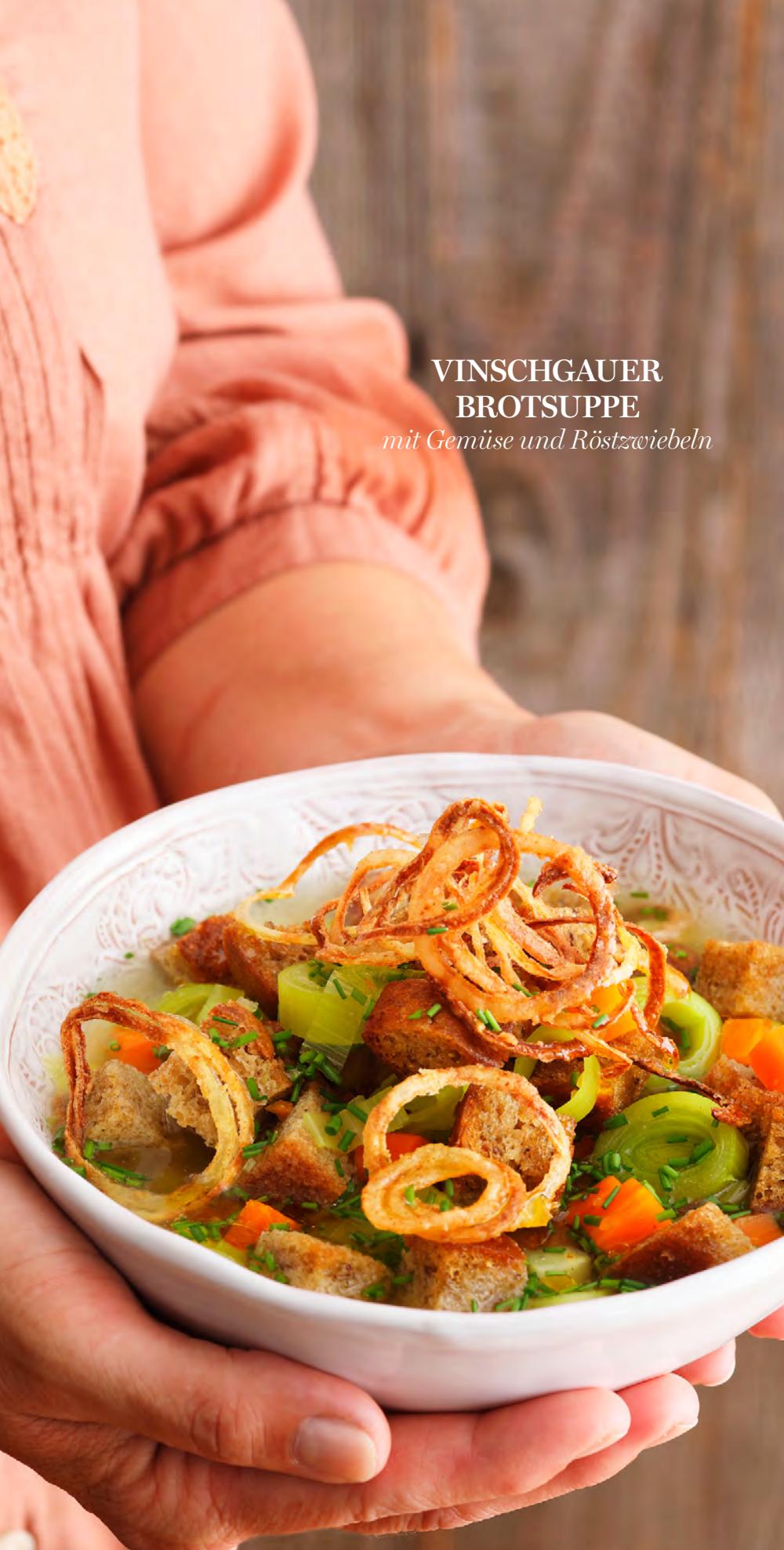
1 Die Schalotte und den Knoblauch schälen. Schalotte fein würfeln und den Knoblauch hacken. Beides in einem großen Topf im heißen Öl hell andünsten. 1 1/2 EL Petersilie untermengen, unter Rühren 1–2 Minuten mitgaren. Alles mit dem Weißwein ablöschen und diesen fast vollständig verkochen lassen. Tomaten und Fischfond dazugeben, alles mit Salz und Pfeffer würzen und 20–30 Minuten sanft köcheln lassen.

2 Inzwischen das Fischfilet waschen, trocken tupfen und in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Die Garnelen vom Darm befreien, waschen und abtropfen lassen. Die Muscheln gründlich säubern und waschen. Bereits geöffnete Exemplare aussortieren und entsorgen.

3 Die Milch mit 500 ml Wasser, 1 TL Salz und der Butter aufkochen. Den Polentagrieß unter kräftigem Rühren einrieseln lassen und die Masse bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten weiterrühren, bis sie gar ist und sich vom Topfboden löst. Die Polenta ggf. mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz warm halten.

4 Fisch und Garnelen in den Topf mit dem Tomatensud geben und darin ca. 1 Minute garen. Dann die Muscheln dazugeben und alles bei geschlossenem Deckel noch 2–3 Minuten unter Rütteln des Topfs kochen, bis sich die Muscheln geöffnet haben und die Meeresfrüchte gegart sind. Noch geschlossene Muscheln aussortieren und entsorgen. Die Polenta auf tiefe Teller verteilen. Fischeintopf abschmecken und auf die Polenta geben. Alles mit Petersilie garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 75 Minuten



VINSCHGAUER BROTSUPPE

mit Gemüse und Röstzwiebeln

Vinschgauer Brot- suppe mit Gemüse und Röstzwiebeln

Zuppa di pane della Val Venosta

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Zwiebeln
- 2 Karotten
- 1 Stange Staudensellerie
- 2 Stangen Lauch
- 2 Champignons
- 4 EL Butter
- 250 g altpackenes Roggen-
mischbrot (z. B. Vinsch-
gauer Fladen)
- 2 EL Rapsöl
- 1 EL Mehl
- etwas frisch geriebene Muskat-
nuss
- 2 EL Schnittlauch in feinen
Röllchen
- etwas Salz und frisch gemahle-
ner schwarzer Pfeffer

1 Zwiebeln sowie Karotten schälen.
1 Zwiebel fein würfeln, die Karotten in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Staudensellerie und 1 Stange Lauch waschen, putzen und in Ringe schneiden. Pilze putzen und vierteln. In einem Topf die Hälfte der Butter erhitzen, vorbereitetes Gemüse und Pilze darin andünsten. Alles mit 1,2 l Wasser ablöschen und 60 Minuten köcheln lassen.

2 Inzwischen das Brot in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden. Übrigen Lauch in Ringe, die restliche Zwiebel in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne das Öl erhitzen. Zwiebelringe mit Mehl vermengen und darin langsam unter Wenden goldbraun braten. In einem Topf den Lauch in der übrigen Butter kurz andünsten, dann wieder herausnehmen. Die Brotwürfel darin unter Wenden goldbraun rösten. Lauch wieder dazugeben.

3 Suppe mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Geröstete Brotwürfel und Lauch auf tiefe Teller verteilen und die Suppe daraufgeben. Die Vinschgauer Brotsuppe mit Schnittlauch und Röstzwiebeln garnieren und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 105 Minuten



Bohnensuppe mit Knusperkartoffeln

Zuppa di fagioli con patate croccanti

FÜR 4 PERSONEN

- 500 g weiße Bohnen (Dose)
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 110 ml natives Olivenöl extra
- 5 Stiele Thymian
- 1 l heiße Geflügelbrühe
- 100 g Pancetta
- 300 g festkochende Kartoffeln
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für die Suppe die Bohnen abgießen, waschen und abtropfen lassen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein würfeln und den Knoblauch hacken. 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Hälfte davon mit den Bohnen in den Topf geben. Die heiße Brühe angießen und alles bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten köcheln lassen. Die übrigen Thymianblättchen abzupfen.

2 Den Pancetta in Würfel schneiden. Die Kartoffeln schälen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen. Pancetta und Kartoffeln mit den Thymianblättchen darin in ca. 10 Minuten knusprig braten. Dann auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Thymianstiele aus der Suppe entfernen. Die Bohnensuppe mit dem Stabmixer fein pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Auf tiefe Teller verteilen, mit dem Kartoffel-Pancetta-Mix garnieren und sofort servieren.

TIPP: Anstelle von weißen Bohnen nach Belieben Kichererbsen verwenden.



Bohneneintopf auf italienische Art

Zuppa di fagioli all'italiana

FÜR 4 PERSONEN

- 250 g weiße Bohnen (Dose)
- 100 g Pancetta
- 2 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 1 l Geflügelbrühe
- 3 Karotten
- 80 g kurze Pasta (z.B. Ditali)
- 16 Blätter Salbei
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den Eintopf die Bohnen abgießen, waschen und abtropfen lassen. Den Pancetta würfeln. Zwiebeln und Knoblauch schälen und würfeln bzw. hacken.

2 Pancetta ohne Fett in einem Topf anbraten, Zwiebeln und Knoblauch dazugeben und kurz mitdünsten. Mit der Brühe aufgießen und aufkochen. Karotten schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zur Brühe geben und in ca. 15 Minuten weich garen.

3 Die Pasta nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Die Bohnen in den Eintopf geben, die Hitze reduzieren. Inzwischen die Salbeilätter waschen und trocken tupfen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Salbei darin bei mittlerer Hitze knusprig anbraten. Dann herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Die Pasta abgießen, abtropfen lassen und zum Eintopf geben. Diesen mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken und auf tiefe Teller verteilen, dann mit geriebenem Parmesan und den Salbeilättern garnieren und sofort servieren.



Gemüseeintopf mit Brot *Ribollita*

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Fenchelknolle
- 1 Stange Staudensellerie
- 2 Karotten
- 3 Stiele Thymian
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 100 ml Weißwein
- 400 g stückige Tomaten (Dose)
- 600 ml Gemüsebrühe
- 400 g Cannellinibohnen (Dose)
- 2 Handvoll Babyspinat
- 4 Scheiben Ciabatta, geröstet
- 50 g frisch geriebener Parmesan
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Zwiebeln und Knoblauch schälen. Die Zwiebeln in feine Streifen schneiden, den Knoblauch fein hacken. Fenchel und Staudensellerie waschen und putzen. Den Fenchel vierteln, vom Strunk befreien und in feine Streifen, den Sellerie in feine Scheiben schneiden. Karotten schälen und in kleine Stücke schneiden. Thymian waschen und trocken schütteln. In einem Topf das Olivenöl erhitzen und das vorbereitete Gemüse darin 4–5 Minuten hell andünsten. Thymian dazugeben, alles salzen und pfeffern und mit dem Weißwein ablöschen. Diesen verkochen lassen, dann Tomaten und Brühe dazugeben und alles 20–25 Minuten köcheln lassen.

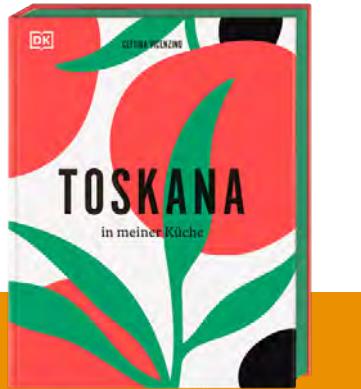
2 Bohnen in ein Sieb abgießen, waschen und abtropfen lassen. Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Beides zum Eintopf geben, diesen ca. 5 Minuten köcheln lassen. Thymian entfernen. Die Ribollita mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Brot auf tiefe Teller verteilen. Mit Parmesan bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

So is(s)t Italien

GENUSS-RÄTSEL



Gewinnen Sie

10 x 1 Buch „Toskana in meiner Küche“

Erleben Sie den unverwechselbaren Zauber der Toskana und begleiten Sie unsere Genussexpertin und Autorin Cettina Vicenzino in ihrem neuen Werk „Toskana in meiner Küche“ (*Dorling Kindersley Verlag, 28 Euro*) auf eine kulinarische Reise. Das Kochbuch fängt den einmaligen Zauber der Region mit spannenden Porträts und Geschichten von Einheimischen ein. In charmanten Erzählungen teilen die Toskaner ihre Heimatliebe und gewähren einen Blick in ihre Küchen. Entdecken Sie über 70 authentische Rezepte von Klassikern wie Panzanella oder Bistecca alla Fiorentina bis zu modernen Interpretationen wie Kastanienküchlein mit süßsauren roten Zwiebeln. Teilnahme bis 22.10.2021 unter www.soisstitalien.de/Verlosung. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Theaterplatz	▼	Untugend	▼	Gaststätteninhaber	▼	Sauce der franz. Küche	▼	US-Schauspieler (Silvester)	▼	Speisenzubereiter
Ölfrucht der ital. Küche	►		▼	(7)		Hilfprogramm (EDV)	►		(9)	
fertig gekocht	►			Langschwanzpapagei	►			Schloss im Oberbayern		Gewürzpflanze
	►					schwerer Boden	►			▼
Sieger, Erster	poetisch: Frühling		ital.: Brot	Zahl ohne Wert	►				Hauptraum des altröm. Hauses	
Hautkrankheit, Aussatz	►	▼		(1)		arabisches Sultanat	►			▼
	►			Kurzform von 'Ignatius'	►				(4)	
Epoche, Zeitalter		Suppenschüssel		Futterpflanze		besitzanzeigendes Fürwort	►			
	►					(10)	Los ohne Gewinn gehoben: ausgedehnt essen u. trinken			langer Stab
mexik. Indianervolk	Gaffelsegel		unrichtig		inwendig, innen	►			(5)	
franz. Weichkäse	►	▼		(2)	Hauptstadt der Steiermark		Behörde	►		
gereizt, unruhig	►					Abk.: brutto für netto		ital.: er		
engl. Anrede und Titel	(8)			Kräuter zerreiben	►					
weibl. Vorname	►			(6)	Luftreise	►	(3)			
Abk.: negativ	►			Gartenblume	►					© RateFUX 2021-249-006

Lösungswort

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

so is(t) *Italien*

www.soisstitalien.de

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@soisstitalien.de, www.soisstitalien.de

Herausgeber

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

Chefredakteurin

Amelie Flum (a.flum@falkemedia.de)

Redaktion

redaktion@soisstitalien.de

Henrike Wölf, Lea Eckert, Janika Ewers, Ronja Bardenhagen, Tina Richter (CvD), Alexandra Jürgensen (Red.-Assistenz), Vivien Kotka, Brunette Thielke, Nicole Benke, Charlotte Heyn, Svenja Rudolf, Vera Schubert, Pia Tessmann, Sven Hoevermann

Rezeptservice

rezeptservice@falkemedia.de

Mitarbeit

Alexandra Panella, Cettina Vicenzino, Gabi Hagedorn (Lektorat)

Fotografen

Ira Leoni, Anna Gieseler, Tina Bumann, Kathrin Knoll

Grafik und Bildbearbeitung

Anne Wasserstrahl, Heike Reinke, Nele Witt, Sara Wegner

Abonnementbetreuung

abo@soisstitalien.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@brmedien.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 2021 unter www.soisstitalien.de/mediadaten

Produktionsmanagement/Druck

impress GmbH, www.glatzgroup.de/impress

Vertrieb

DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co. KG, Meßberg 1, 20086 Hamburg

Vertriebsleitung

Hans Wies, DMV Der Medienvertrieb GmbH & Co. KG (Hans.Wies@dermedienvertrieb.de)

Bezugsmöglichkeiten

Abo, Zeitschriften und Buchhandel, Bahnhöfe, Flughäfen, [falkemedia-Shop](http://www.falkemedia-shop.de) (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 entgegengenommen. Sie müssen frei von Rechten Dritter sein. Mit der Einsendung gibt der Verfasser die Zustimmung zum Abdruck des Manuskripts 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 Verlags gestattet.

Veröffentlichungen

Sämtliche Veröffentlichungen in dieser Fachzeitschrift erfolgen ohne Berücksichtigung eines eventuellen Patentschutzes. Warennamen werden ohne Gewährleistung 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, Healthy Life, Mac Life, BEAT, DigitalPHOTO, BÜCHER und KIELERLEBEN.

© falkemedia, 2021 | www.falkemedia.de | ISSN 2192-2144

falkemedia

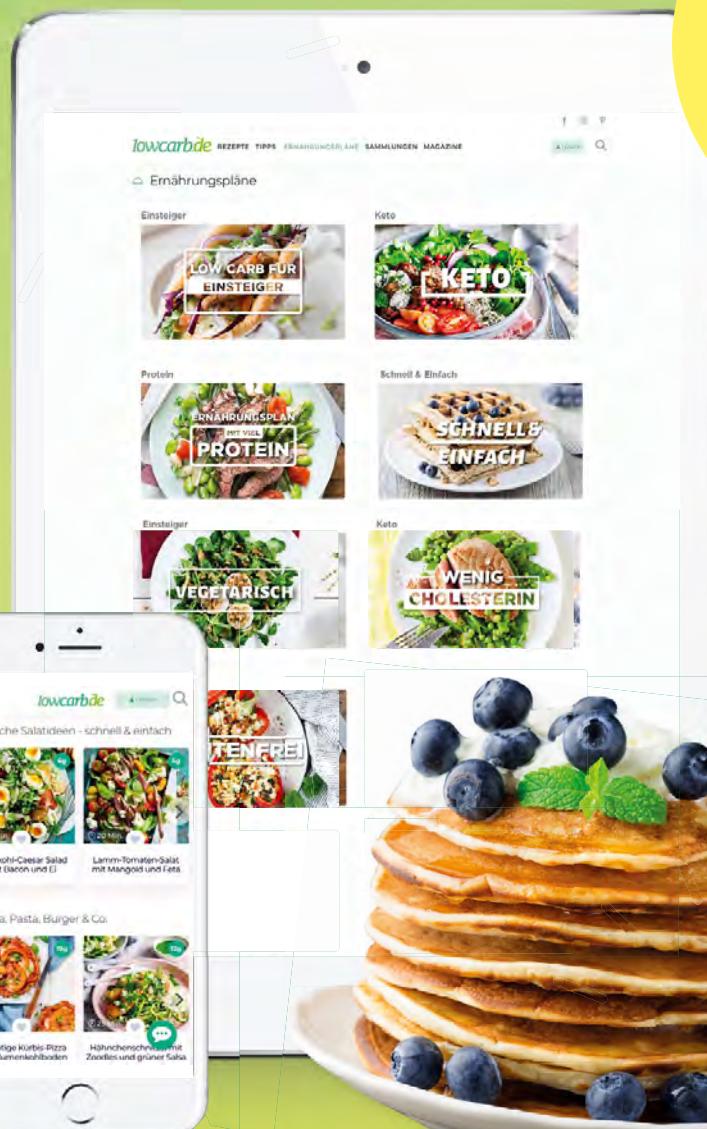


DEINE WOCHENPLÄNE

Lecker und einfach!



VERLANGEN NACH
SÜSSIGKEITEN
SINKT AUF 0 %



14 TAGE KOSTENLOS!
DANACH NUR
2,50 €
IM JAHRESABO



WUNSCHGEWICHT MIT
LEICHTIGKEIT ERREICHEN



MEHR SELBSTBEWUSSTSEIN,
WOHLBEFINDEN
UND ENERGIE!

COACHING-TIPPS NACH
AKTUELLEM STAND DER
WISSENSCHAFT

1.

VARIATION

Dieses Getränk wärmt
die Seele und schmeckt
unschlagbar gut



VIER VARIATIONEN

Leckeres mit Vanille

In dieser Ausgabe widmen wir uns **der Königin der Gewürze** und zeigen Ihnen vier Rezepte, in denen die aromatischen Schoten gebührend kulinarisch zelebriert werden

VANILLEMILCH

Latte alla vaniglia

FÜR 4 GLÄSER (À 250 ML)

- 600 ml Vollmilch
- 400 ml Haferdrink
- 4 EL Rohrohrzucker
- 4 Vanilleschoten
- 2 Zimtstangen

1 Milch, Haferdrink und Zucker in einem Topf erhitzen. Die Vanilleschoten der Länge nach halbieren. Das Mark mit dem Messer herauslösen und mit den Schoten und den Zimtstangen zur Milchmischung geben. Alles einmal aufkochen, dann vom Herd nehmen. Vanilleschoten und Zimtstangen entfernen.

2 Die Vanillemilch mit dem Stabmixer kurz aufschäumen, dann in hitzebeständige Gläser füllen und servieren.

TIPP: Dazu können Sie kleine Karamell-Marshmallows oder ein Semifreddo-Konfekt reichen. Für letzteres 200 g Sahne steif schlagen und kalt stellen. 150 g weiße Schokolade hacken und über einem heißen Wasserbad langsam schmelzen. 2 Eier trennen. Eiweiß steif schlagen und kalt stellen. Eigelbe mit 2 EL Zucker über dem heißen Wasserbad dickschaumig schlagen. Die geschmolzene Schokolade unterrühren und die Mischung kalt schlagen. Sahne sowie Eischnee unterheben. Die Masse in die Mulden eines Mini-Muffinblechs geben und in 4 Stunden gefrieren lassen. Semifreddo-Konfekt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten



2.

VARIATION

Saftiger Kuchen mit
Vanillepuddingschicht
und Äpfeln

APFEL-VANILLE-KUCHEN

Torta di mele alla vaniglia

FÜR 1 KUCHEN (Ø 22 CM)

- 525 ml Milch
- 600 g Zucker
- 3 Vanilleschoten (Mark)
- 6 Eigelbe zzgl. 2 Eier
- 20 g Speisestärke
- 6 Äpfel in dünnen Spalten
- 230 g weiche Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 375 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 1 TL Backpulver

1 Eine Springform (Ø 22 cm) mit Frischhaltefolie auslegen. Aus 350 ml Milch,

100 g Zucker, dem Mark von 1 Vanilleschote, 5 Eigelben und Stärke einen Pudding zubereiten. In die Form geben und 2 Stunden kalt stellen. 250 g Zucker mit 200 ml Wasser aufkochen, Äpfel 5 Minuten darin garen. Abgießen, Sud auffangen.

2 Ofen auf 160 °C Umluft vorheizen. 200 g Butter mit übrigem Zucker und Vanillemark schaumig schlagen. Eier und übriges Eigelb unterrühren. Mehl mit Backpulver mischen und mit der übrigen Milch unterrühren. Die Hälfte des Teigs in eine gefettete, bemehlte Springform geben. Kalten Pudding, 2/3 der Äpfel und restlichen Teig daraufgeben. Übrige Äpfel fächerartig auflegen, mit Butterflöckchen toppen. Kuchen ca. 75 Minuten backen. Ggf. abdecken. Mit dem Sud servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2,5 Stunden
zzgl. 2 Stunden Kühlzeit



3.

VARIATION

Mit diesem krossen Gebäck mit feiner Füllung begeistern Sie jeden Gast!

FRITTIERTES VANILLEGEBÄCK mit Eisfüllung

Frittelle alla vaniglia ripiene di gelato

FÜR 12 STÜCK

- 80 g Zucker
- 2 Pck. Trockenhefe
- 80 ml lauwarme Milch
- 1 Vanilleschote
- 1 Ei
- 200 g Crème fraîche
- 425 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 1 Msp. Salz
- 150 g kalte Butter
- reichlich Rapsöl zum Frittieren
- 12 Kugeln Vanilleeis
- etwas Puderzucker zum Bestäuben

1 Zucker und Hefe in der Milch auflösen. Die Mischung ca. 10 Minuten ruhen lassen. Vanillemark aus der -schote lösen und mit Ei und Crème fraîche unter die Hefemischung rühren. 385 g Mehl und Salz dazugeben, alles gut verkneten. Teig abgedeckt ca. 60 Minuten ruhen lassen.

2 Butter und übriges Mehl verkneten. Den Hefeteig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche rechteckig (45 x 20 cm) aus-

rollen. Mit der Buttermasse bedecken. Ein Drittel des Teigs einschlagen, übrigen Teig darüberlegen. 30 Minuten kalt stellen. Den Vorgang (ausrollen, falten, kalt stellen) noch 3-mal wiederholen. Den Teig 5 mm dick ausrollen, 12 Kreise (Ø à ca. 7 cm) ausschneiden. Teiglinge 30 Minuten kalt stellen, dann portionsweise in heißem Öl goldbraun frittieren. Abtropfen lassen, halbieren, mit Eis füllen und mit Puderzucker bestäubt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten zzgl. ca. 4 Stunden Ruhe- und Kühlzeit

WISSENSWERTES ÜBER VANILLE

Die Pflanze Vanilla zählt zu den Orchideen und stammt ursprünglich aus Mittelamerika. Dort verwendeten sie schon Mayas und Azteken zum Würzen. Heute wächst sie hauptsächlich auf Inseln im Indischen Ozean. Da ihr Anbau sehr aufwendig ist und viel Handarbeit erfordert, zählt Vanille nach Safran zu den teuersten Gewürzen der Welt. Nach der Ernte werden die grünen Schoten mit heißem Wasser übergossen und getrocknet. So erhalten sie ihre dunkle Farbe.

POCHIERTER VANILLEKUCHEN mit Birnen

Torta alla vaniglia a bagno-maria con pere

FÜR 1 KUCHEN

- 300 g weiche Butter zzgl. etwas mehr zum Fetteln
- 500 g Zucker
- 3 Vanilleschoten
- 1 Biozitrone (abgeriebene Schale und Saft)
- 4 Eier
- 100 g Sahne
- 1 TL Backpulver
- 350 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 500 ml trockener Weißwein
- 4 Birnen

1 Butter mit 250 g Zucker, dem Mark von 2 Vanilleschoten und der Zitronenschale cremig schlagen. Nach und nach die Eier unterrühren. Zitronensaft unterrühren, dann Sahne und das mit Backpulver vermischt Mehl unterrühren. Die Masse in eine gefettete und bemehlte Puddingform (ca. 2,2 l Inhalt) füllen. Ein Stück Backpapier mit Butter bestreichen, auf den Teig legen, die Puddingform verschließen. In einen Topf stellen (am besten auf einem Küchenhandtuch) und bis zur Hälfte der Form heißes Wasser in den Topf gießen. Zugedeckt aufkochen und ca. 3 Stunden kochen lassen. Ggf. Wasser nachgießen. Stäbchenprobe machen.

2 Für die Birnen 250 g Zucker mit Wein und 1 längs halbierten Vanilleschote aufkochen. Die Birnen schälen, halbieren und vom Kerngehäuse befreien. Die Hälften ca. 10 Minuten im Sud köcheln lassen, dann im Sud abkühlen lassen. Kuchen aus dem Wasserbad nehmen, abkühlen lassen und auf eine Platte stürzen.

3 Birnen aus dem Sud heben und mit dem pochierten Vanillekuchen servieren. Nach Belieben können Sie noch eine Vanillesoße dazureichen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 4 Stunden



4.

VARIATION

Eine unglaublich zarte
Versuchung, die mit Birnen
zur Höchstform aufläuft

VORSCHAU

Freuen Sie sich auf folgende Themen:



ADVENTSGEBÄCK

In den Wochen vor (und auch nach) dem Fest stehen Plätzchen bei uns ganz hoch im Kurs. Die **süßen Lieblinge** werden Sie gewiss begeistern.



Buon Natale!

Ist die Festtafel gedeckt, dauert es nicht mehr lange, bis Sie Ihren Gästen mit Ihrem feinen **Weihnachtsmenü** italienische Genussmomente bescheren. Wir bieten Ihnen die passende Inspiration für gelungene Festtage in mehreren raffinierten Gängen.



WINTERSALATE

Gönnen Sie sich auch und gerade an kalten Tagen mit unseren knackigen bunten Salaten eine **Extraportion Vitamine**. Vielfältig und lecker!

PASTA MIT KOHL

Wir kombinieren **Rosenkohl, Wirsing & Co.** mit Nudeln in herzhaften Gerichten. Ein Gläschen Wein macht's perfekt.

Die angekündigten Themen sowie die Rezeptswahl können sich kurzfristig ändern. | Fotos: © StockFood/Mondadori Portfolio (1), iStock/Anna Gieseier (1), Illustration: Getty Images/DigitalVision Vectors/Cavindexter (1); © StockFood/Mondadori Portfolio/Giorgi Stefanía (1)

DER NUMMER 1 FOOD-PODCAST

MIT CORNELIA POLETTA & DENNIS WILMS



JEDEN SONNTAG NEU! MIT EXKLUSIVEN PROMI-GÄSTEN!



Marlene Lufen



Sven Plöger



Mareile Höppner



Antoine Monot, JR.



Lorenz Büffel



Carlo von Tiedemann



Hinnerk Baumgarten



Hans Sigl



Bettina Tietjen



Oli. P.



Thomas Anders



Anna Maria Zimmermann



Guido Cantz



Mickie Krause



Apple Podcasts



Ein Produkt von falkemedia

Besondere Pasta-Formen

für besondere Genuss-Momente



COLLEZIONE
TROFIE
n. 296



EIN ZEICHEN DER LIEBE