

82 leckere
Rezepte!

4 197741 604904 05

ISSN 2192-2144

Ausgabe 05/2011
August/September

NUR 4,90 EURO

Österreich: 4,90 EUR
Schweiz: 9,70 CHF

so isst Italien

100% italienisch kochen, genießen und erleben

Mediterrane Urlaubsküche

Die leckersten Italien-Erinnerungen ganz leicht zu Hause nachgekocht

ALLES ÜBER
ACE TO
BALSAMICO



Wolfsbarschfilet auf Kartoffel-Oliven-Gemüse

Tartes auf Italienisch



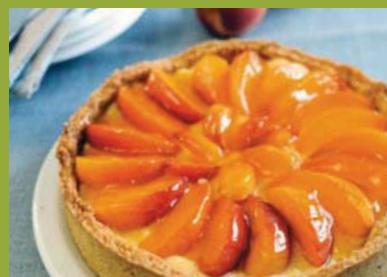
Sizilianische Käsetarte
Herhaft & aromatisch



Kirschtarte mit Marzipan
Zum Dahinschmelzen



Pilz-Mascarpone-Tarte
Würzig & cremig



Aprikosencreme-Tarte
Ein Traum in Orange

EDITORIAL

Liebe Leserin, lieber Leser,

nun gibt es unser Magazin bereits seit zweieinhalb Jahren. In dieser Zeit haben wir viel diskutiert, geplant, geschrieben, gekocht und fotografiert, dabei stand immer im Fokus, nur die besten Zutaten zu verwenden. Beim Ablichten unserer Gerichte schummeln wir nicht und verzichten auf Haarlack und andere künstliche Mogelpackungen. Schließlich wollen wir die Gerichte auch probieren, um Sie Ihnen guten Gewissens empfehlen zu können.

Immer wieder freuen wir uns über Zuschriften unserer Leser, über Fragen, Anregungen und auch Kritik, denn nur so können wir unsere Zeitschrift kontinuierlich verbessern. Allen treuen Lesern an dieser Stelle ein herzliches Dankeschön! Für alle, die uns noch nicht so lange kennen oder uns jetzt gerade erst entdeckt haben, gibt es diese Ausgabe im Einzelhandel zusammen mit einer weiteren zum gleichen Preis.

*Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Nachkochen und Genießen!
Machen Sie weiter so und teilen Sie uns Ihre Meinung mit!*

Ihre

Kathrin Hoberg
Kathrin Hoberg, Chefredakteurin



Italienische Momente der Redaktion

Diese Themen und Rezepte haben die „So is(s)t Italien“-Redakteure in diesem Monat verzaubert.



Friederike Schultz
Urlaub für zu Hause

Was gibt es Schöneres als bei lauen Temperaturen, in einem von außen eher unscheinbaren Restaurant irgendwo in Italien zu sitzen und zu genießen: Das Treiben rundherum, den köstlichen Wein und vor allem ... das Essen. Mit unseren Rezepten aus der mediterranen Urlaubsküche holen Sie sich dieses Gefühl nach Hause. Laden Sie ein paar Freunde ein und nehmen Sie sich und sie mit auf einen Kurztrip nach bella Italia, denn auch zu Hause lässt es sich echt italienisch genießen. Ab Seite 12.



Olaf Ernst
Das „Schwarze Gold“

Vor einigen Jahren fing alles ganz harmlos an: Das Salatdressing wurde nicht mehr mit Weinessig abgesmeckt, sondern mit dem dunklen und intensiveren „Aceto Balsamico“. Heute ist das „Schwarze Gold von Modena“ zur Geheimwaffe in der Küche avanciert, vor der weder Fleisch noch Fisch sicher sind und die sogar süße Speisen gekonnt aufpeppt. Wir haben uns in der Emilia-Romagna auf die Spuren des industriellen und traditionellen „Acetos“ begeben. Ab Seite 90.

In dieser Ausgabe



89



95



29



21

SPEISEN & REZEPTE

6 Rezepte-Finder

Alle Rezepte in der praktischen Übersicht

8 Das bringt die Saison

Es wird knallig: goldgelber Mais, saftig-grüner Spinat, bunte Paprika, dazu ein Hauch von Birne

40 Tarte auf Italienisch

Herzhafte Kuchen und süße Crostatas

63 Grissini selbst gemacht

Mit Schritt-für-Schritt-Anleitung

70 Pfiffiges mit Pfifferlingen

So vielseitig sind die kleinen Waldpilze

74 Neues Rezept von Sante de Santis

Orzotto ai cantarelli – Pfifferlingsorzotto

105 Vier Variationen mit Pflaumen

Vielfältig eingesetzt und immer ein Genuss

112 Der Geschmack der Erinnerungen

Artischocken auf römische Art

URLAUBSKÜCHE

12 Mediterrane Urlaubsküche

Die leckersten Italienerinnerungen ganz leicht zu Hause nachgekocht

24 Unsere Reisetipps

Diese Orte in bella Italia sind definitiv einen Besuch wert

26 Kühle Drinks

Auf den Urlaub!

PASTA E VINO

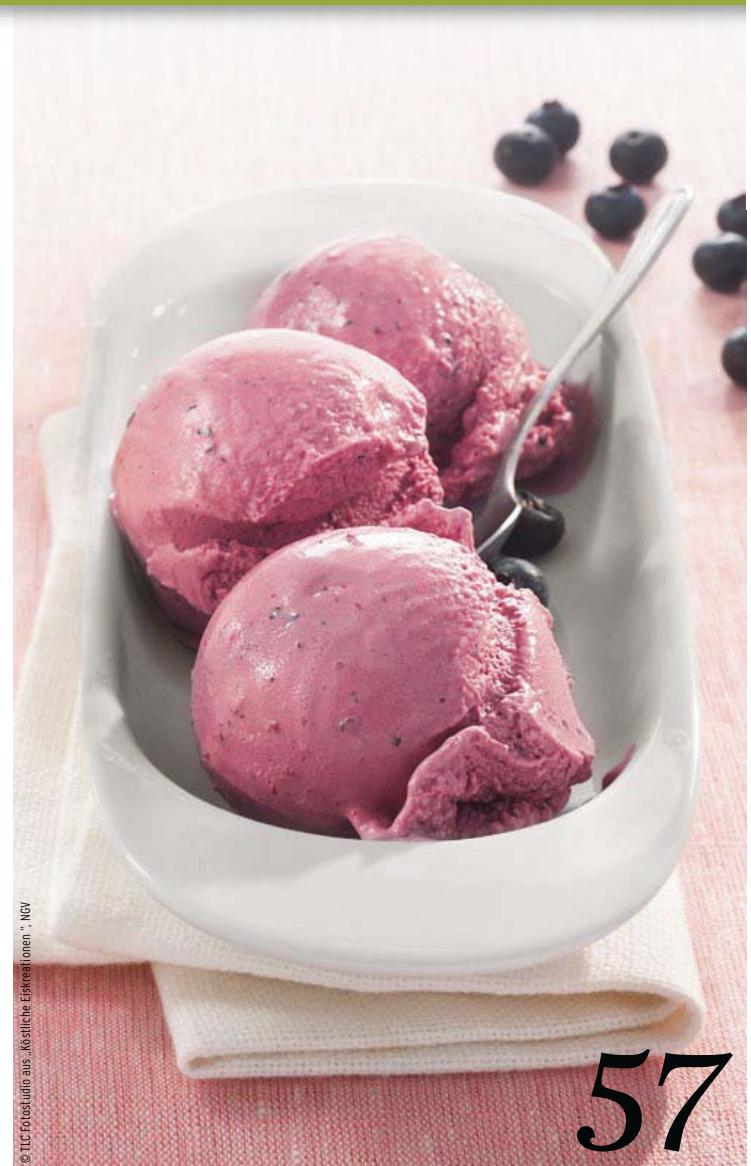
28 Pastagerichte mit dem passenden Wein

Die richtigen Tropfen zu verschiedenen Pesto

SALUTE

34 Leichte Sommerküche

Auberginenkaviar, Tomatenconfit, gebeizter Lachs und mehr



AMORE

54 Gelato - Amore mio

Ausgefallene Eisrezepte für einen heißen Sommer

PRONTO

66 Eine Mahlzeit in Minuten

Sechs leckere Gerichte – unter einer Stunde zubereitet

EMILIA-ROMAGNA

78 Ein Besuch in der Hauptstadt Bologna

Eine der größten gastronomischen Wunderwelten Italiens

86 So schmeckt die Emilia-Romagna

Typische Gerichte aus der Region

90 Tolle Rezepte mit Aceto Balsamico

Lecker zu Salat, peppt Pasta, Fleisch, Fisch und Süßes auf

99 Das Schwarze Gold von Modena

Auf den Spuren des industriellen und traditionellen Aceto Balsamicos

102 Die Pastamacherin

Luisa Lolli betreibt ein Handwerk mit Leidenschaft

103 Der Pastasoßen-König

Mauro Fabbri ist bekannt für sein Ragù alla Bolognese

104 Lambrusco – eine unentdeckte Perle

Der rote Perlwein auf dem Vormarsch

STANDARDS

3 Editorial

108 La bella vita

Ein Stück Italien zum Stöbern, Schwelgen und Staunen

110 Luigis Gerüchteküche

111 Rätsel/Impressum

114 Vorschau

Rezepte dieser Ausgabe



ZWISCHENDURCH *nel mentre*

- 113 Artischocken auf römische Art
- 38 Auberginenkaviar
- 91 Auberginensalat mit Balsamico
- 92 Balsamico-Bratkartoffeln
- 72 Blätterteignester mit Pfifferlingen
- 65 Cannellinibohnendip
- 27 Clubsandwich all'italiana
- 68 Emmer-Salat mit gerösteten Karotten und Blutorange
- 107 Gebackene Pflaumen mit Ziegenkäse
- 38 Gebeizter Lachs
- 96 Geröstete Schalotten mit Oliven, Lorbeer und Balsamico
- 67 Jakobsmuscheln mit Minze-Erbsen-Risotto
- 22 Kalbfleisch mit Thunfischsoße
- 72 Kartoffelsuppe mit Pfifferlingen
- 72 Pfifferlinge mit Rucola und Parmaschinken
- 10 Pikante gedämpfte Maiskolben
- 11 Pikante Paprika
- 98 Rote Bete mit Balsamico und Ziegenkäse
- 21 Rumpsteaks alla pizzaiola
- 72 Spinatsalat mit Pfifferlingen
- 38 Tomatenconfit
- 21 Überbackener Fenchel
- 10 Warmer Birnensalat mit Ziegenkäse

GRUNDLAGEN *I fondamenti*

- 63 Grissini
- 50 Mandelmürbeteig
- 45 Mürbeteig



HAUPTGERICHTE *piatto principale*

- 48 Artischockenkuchen mit Tomatenguss
- 97 Balsamico-Linsen mit Salsiccia
- 93 Balsamico-Sahne-Farfalle
- 30 Brokkoli-Pesto
- 39 Bunter Pasta-Salat mit Tomaten-Vinaigrette
- 31 Cremiges Walnuss-Pesto
- 39 Curry-Knoblauch-Hähnchen
- 87 Gebratene Weißbrotscheiben mit Parmaschinken
- 66 Gefüllte Zucchini mit Ricotta, rotem Reis und Minze
- 22 Huhn in Weißweinsoße
- 95 Hähnchen in Balsamico-Orangen-Rosmarinsoße
- 96 In Balsamico eingelegter Lachs mit Zuckerschoten
- 92 In Balsamico geröstete Bratwurst
- 88 Kalbschnitzel nach Bologneser Art
- 73 Kartoffel-Pilz-Pfanne
- 44 Krebs-Basilikum-Tarte
- 67 Lachs in Parmesankruste mit Tomatensalsa
- 68 Lasagne mit Auberginen und Mozzarella
- 20 Mediterrane Kartoffeln mit gebrilltem Tintenfisch
- 109 Pasta al cavolfiore
- 33 Pasta mit Frühlingszwiebeln, Erbsen und Pesto alla Genovese
- 46 Pesto-Lachs-Tarte
- 28 Pesto mit geröstetem Knoblauch, Salbei und Cashewnüssen
- 32 Pesto mit Rosmarin, getrockneten Tomaten und Macadamianüssen
- 74 Pfifferlingsorzotto
- 87 Piadine
- 43 Pilz-Mascarpone-Tarte
- 69 Pochierte Hähnchenbrust mit gerösteter Paprika und Cannellinibohnen

- 103 Ragù alla Bolognese
- 94 Rinderfilet mit Balsamico-Pilzen
- 106 Schweinefilet-Spieße mit Pflaumensoße
- 44 Sizilianische Käsetarte
- 11 Spaghetti Grün-Weiß-Rot
- 21 Spaghetti nach mediterraner Art
- 47 Spinat-Mascarpone-Kuchen
- 73 Tagliatelle mit Pfifferlingen, Kirschtomaten und Chili
- 22 Wolfsbarschfilet auf Kartoffel-Oliven-Gemüse
- 29 Zitronen-Schnittlauch-Pesto

NACHSPEISEN & *desserts & bevande*

- 43 Aprikosencreme-Tarte
- 59 Campari-Orangen-Sorbet
- 55 Champagner-Trauben-Zabaione
- 55 Cranberry-Ricotta-Parfait
- 20 Florentiner Orangenkuchen
- 57 Heidelbeer-Ricotta-Eis
- 56 Himbeerjoghurtlutscher
- 106 Kaiserschmarren mit Pflaumenkompott
- 49 Käsetarte mit Baileys
- 51 Kirschtarte mit Marzipan
- 26 Limoncello
- 20 Pfirsiche in Weißwein
- 107 Pflaumenkuchen
- 104 Polentaküchlein an einem Lambruscosorbet und Sultanakompott mit gerösteten Pinienkernen
- 58 Sahneis mit Schoko-Cookies
- 89 Tagliatelle-Torte
- 98 Weiße Schoko-Basilikum-Creme mit Balsamico-Erdbeeren
- 51 Weiße Trüffeltarte

→ Titelrezept

so isst Testen Sie Italien

3 Ausgaben plus Wunsch-Prämie GRATIS
für nur 9,90 Euro!

SO ISST ITALIEN

so isst Italien
100% italienisch kochen, genießen und erleben

82 leckere Rezepte!

ISSN 2192-2144
Ausgabe 05/2011
August/September
NUR 4,90 EURO
Österreich: 4,90 EUR
Schweiz: 9,70 CHF

Mediterrane Urlaubsküche
Die leckersten Italien-Erinnerungen ganz leicht zu Hause nachgekocht

Wunderschöne Emilia-Romagna
Rezepte, Tipps & unglaubliche Entdeckungen aus der Region

ALLES ÜBER ACETO BALSAMICO

Pfiffiges mit Pfifferlingen
Spinatsalat, Kartoffel-Pilz-Pfanne und vieles mehr

Tartes auf Italienisch

Kirschtarte mit Marzipan
Zum Dahinschmelzen

Pilz-Mascarpone-Tarte
Würzig & cremig

Aprikosencreme-Tarte
Ein Traum in Orange



Prämie
des Monats
GRATIS



Fleur de Sel
Meersalzmischung

Diese außerordentlich würzkräftige mediterrane Thymian-Zitronenpfeffer Salz-Gewürzmischung aromatisiert vorzüglich Pastagerichte, Suppen, Meeresfrüchte und Grillfleisch.
200 g, Wert 8,95 Euro.

Weitere Prämien: www.soisstitalien.de/abo
Bestellen per Telefon: +49 (0)781 639 45 62

Aktions-
Code: SI11N05



Zur Saison

August & September WAS BRINGT DIE SAISON?

zu
Saison

Zuckermais mais

Jetzt findet man hierzulande den Zuckermais wieder auf den Feldern. Man erkennt ihn an seinen großen, hellgrünen Blättern, die den sommergelben Kolben umhüllen. Zuckermais lässt sich sehr leicht zubereiten, indem man einfach die Blätter entfernt und ihn 5-10 Minuten in kochendem Wasser gart. Abgetropft und mit Butter bestrichen, schmeckt er hervorragend, auch im Salat oder in Suppen machen sich die Maiskörner gut. Italiener bereiten gerne eine Polenta zu, diese besteht aus Maismehl und kann sowohl als Brei als auch gebacken oder gebraten serviert werden.

Wir zeigen Ihnen, welche Zutaten in diesen Monaten in unserer Küche Einzug halten und geben Tipps, wie man sie anschließend in zauberhafte Gerichte verwandelt.

BIRNE pera

Die Birne kann in der Küche vielfältig eingesetzt werden. Sie eignet sich sowohl für süße als auch für pikante Speisen. Italien ist einer der größten Produzenten weltweit. Hierher kommen bekannte Gerichte wie Birne in Rotwein gekocht oder einfach mit Zitronenzesten und Zucker bestreut. Die Frucht eignet sich auch hervorragend als Zweitdessert, angemacht mit Gorgonzola und Walnüssen.

PAPRIKA peperone

Meistens in den Farben Rot, Gelb oder Grün, ist das knackige Gemüse bei uns zu finden. Die grüne Paprika verdankt ihre Farbe ihrer Unreife, sie ist auch noch nicht so süß wie die gelbe oder rote Paprika und schmeckt eher etwas bitter. Daher eignet sie sich besser zum Kochen, die anderen beiden schmecken auch als Rohkost sehr lecker. Wie die Aubergine ist auch die Paprika im 15. Jahrhundert aus Zentralamerika nach Europa gekommen, besonders beliebt ist sie in der italienischen Küche. Man kann sie beispielsweise ganz einfach im Ofen backen und sie mit Basilikum bestreuen, um nur eine der zahlreichen Verwendungsmöglichkeiten zu nennen.

RADICCHIO radicchio

Schon sein italienischer Name verrät viel über seine Herkunft, und so fand der Radicchio auch erst spät den Einzug in die nördliche Küche. Erst Ende des letzten Jahrhunderts fing man an, den Radicchio von Italien aus in andere Länder Europas zu exportieren. Preislich lag er lange Zeit weit über dem Durchschnittspreis anderer Salatarten. Mittlerweile erhält man den dunkelroten Salatkopf in fast jedem Supermarkt und verwendet ihn gerne, um dem Salat einen etwas bittereren Geschmack zu verleihen. In Italien, insbesondere in der Region Venetien, serviert man den Radicchio auch als Delikatesse gegrillt oder zum Risotto.

SPINAT spinacio

Bestens bekannt für seinen hohen Nährstoffgehalt, wächst der Spinat in Nord- und Mittelitalien und ist eine beliebte Zutat in vielen Gerichten, wie zum Beispiel spinaci alla fiorentina, bei dem Spinat mit Knoblauch und Öl angebraten wird. Oft wird er auch zusammen mit Ricotta in Pastasößen angerichtet oder als Raviolifüllung verwendet. Kleine, weichere Blätter machen sich auch wunderbar im Salat oder nur leicht angebraten mit einem Olivenöl-Zitronen-Dressing.

EBENFALLS SAISON HABEN:



Blumenkohl
cavolfiore



Brokkoli
broccolo



Mangold
bietola



Tomate
pomodoro



Brombeere
mora



Pflaume
prugna



Quitte
cotogna



Preiselbeere
mirtillo rosso



Fotos: Frauke Antholz, Mario Malassa

20
MINUTEN

Warmer Birnensalat mit Ziegenkäse

Insalata di pere e caprino

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung
10 Minuten
♥ Kochzeit
10 Minuten

- 2 große reife Birnen
- 200 g Ziegenkäse, zerbröseln
- 1 Kopf Friséosalat, gewaschen
- 150 g Pancetta, in feinen Scheiben
- 1 Butterflocke
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Balsamicoessig
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Salat in mundgerechte Stücke schneiden, dann in eine große Schüssel geben. Als Nächstes die Pancetta in einer heißen Pfanne mit ein bisschen Öl anbraten, bis sie knusprig ist. Beiseite stellen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

2 Die Birnen vom Kerngehäuse befreien, dann jede Birne achteln. Die Birnenstücke mit einer Butterflocke zusammen in einer Pfanne für 1–2 Minuten von allen Seiten anbraten, es darf ruhig dieselbe Pfanne sein, in der die Pancetta angebraten wurde.

3 Zum Servieren den Ziegenkäse über dem Salat zerkrümeln, die Pancettascheiben grob zerteilen und auch über den Salat geben, zum Schluss die Birnen darauf verteilen.

4 Für das Dressing Öl und Balsamico miteinander vermischen und über den Salat trüpfeln. Würzen, gut vermischen und lauwarm mit knusprigem Brot servieren.

30
MINUTEN

Pikante gedämpfte Maiskolben

Pannocchie di mais al vapore

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung
10 Minuten
♥ Kochzeit
20 Minuten

- 4 Maiskolben
- 1 kleines Stück frischer Ingwer, gerieben
- 3 Knoblauchzehen, zerdrückt
- 1–3 rote Chilischoten, gehackt
- 2 TL Pfefferkörner, zerdrückt
- Nach Wunsch 2 EL Fischsoße

1 Blätter und Fäden vom Mais entfernen. Ingwer, Knoblauch, Chili und Pfeffer in einer Schüssel gut vermischen.

2 Jeden Maiskolben in der Gewürzmischung wälzen und in einen Dampfkorb geben, der mit Backpapier (alternativ Bananenblättern) ausgelegt ist. Den Boden immer auslegen, damit nichts hindurchfällt. Die restliche Gewürzmischung in einen Topf mit kochendem Wasser geben und den Mais darüber 10–20 Minuten gar dämpfen.

TIPP: Dampfkörbe aus Bambus sind in asiatischen Geschäften preiswert zu bekommen.



30
MINUTEN

Spaghetti Grün-Weiß-Rot

*Pasta di spinaci,
pomodori e feta*

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung
10 Minuten
♥ Kochzeit
20 Minuten

- 500 g Spaghetti
- 250 g Spinat
- 150 g marinerter, in Öl eingelegter Feta
- 4 Roma-Tomaten, zerkleinert
- 1/2 Handvoll Minzeblätter
- 2 Knoblauchzehen, geschält, zerkleinert
- 1 TL Rotweinessig
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Einen großen Topf mit gesalzenem Wasser zum Kochen bringen und die Spaghetti nach Packungsanweisung al dente kochen.

2 In einer Pfanne den Spinat bei leichter Hitze erwärmen. Die Tomaten zugeben und mit erhitzen. Den Feta abtropfen und 2 EL des Öls zurückbehalten. Dann den Feta und das Öl, die Pasta, den Knoblauch, die Minzeblätter und den Rotweinessig zum Spinat geben, alles gut miteinander vermischen.

3 Abschließend mit etwas Salz und Pfeffer würzen und servieren.

45
MINUTEN

Pikante Paprika *Peperoni piccanti*

FÜR 6 PERSONEN

♥ Vorbereitung
15 Minuten
zzgl. Ruhezeit
♥ Kochzeit
30 Minuten

- 2 große rote Paprika
- 2 große gelbe Paprika
- 8 sonnengetrocknete Tomaten in Öl eingelegt, grob gehackt
- 1 Knoblauchzehe, geschält, gehackt
- 1 TL getrocknete Chiliflocken
- 1 EL Tomatenmark
- 1 TL Zucker
- 3 EL Olivenöl
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Ofen auf 230 Grad/Gas Stufe 8 vorheizen. Die Paprika auf ein Backblech legen und im Ofen für 15–20 Minuten backen, bis die Haut anfängt schwarz zu werden. Die Paprika dann in eine Schale legen, diese mit Frischhaltefolie gut abdecken und für 30 Minuten auskühlen lassen. Sobald sie abgekühlt sind, die Haut abziehen und die Kerne entfernen. Die Paprika längs in 2 cm große Stücke schneiden, den Saft dabei auffangen.

2 Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Knoblauch, Paprika, Tomaten, Tomatenmark, Chiliflocken, Zucker und Paprikasatz hineingeben. Alles miteinander vermischen, dann die Pfanne abdecken und für 10 Minuten bei leichter Hitze köcheln lassen. Abschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Gericht kann warm oder kalt serviert werden.

TIPP: Dieses Gericht kann gut als Antipasti serviert werden, zusammen mit knusprigem Brot oder als Beilage zu Grillfleisch.



Mediterrane Urlaubsküche

Das Meer rauscht, die Boote wiegen sich sanft auf den Wogen, der Duft von frischem Fisch und einem Hauch von Knoblauch weht herüber ... Die Erinnerungen an den letzten Sommerurlaub sind noch ganz nah. Mit diesen Rezepten holen wir ein Stück Italien zu uns nach Hause.

Spaghetti nach
mediterraner Art

Rezept auf Seite 21



**TITEL-
REZEPT**



Wolfbarschfilet auf
Kartoffel-Oliven-Gemüse
Rezept auf Seite 22

Huhn in
Weißweinsoße
Rezept auf Seite 22



Überbackener Fenchel

Rezept auf Seite 21



Rumpsteaks
alla pizzaiola
Rezept auf Seite 21



Mediterrane Kartoffeln
mit gegrilltem Tintenfisch

Rezept auf Seite 20





Pfirsiche
in Weißwein
Rezept auf Seite 20





Florentiner Orangenkuchen

Schiacciata alla fiorentina

35
MINUTEN

FÜR 6-8 PERSONEN ♥ Vorbereitung 15 Minuten ♥ Backzeit 20 Minuten

- 200 g Mehl
- 1 Pkt. Backpulver
- 150 g Zucker
- 1 Ei
- Saft und Abrieb einer Orange
- 200 ml Milch
- 1 Pkt. Vanillezucker
- 4 EL Olivenöl

1 Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 vorheizen. Das Mehl mit dem Backpulver sieben. Zucker und Ei schaumig schlagen, Orangenschale und -saft, Öl und Milch zufügen. Mehl-Backpulver-Mischung nach und nach einrühren, dann den Teig in eine gefettete Form füllen.

2 Ca. 20 Minuten in den Ofen geben, bis der Kuchen goldbraun ist. Herausnehmen, abkühlen lassen, mit Vanillezucker bestreuen und servieren. Nach Wahl mit Orangenscheiben garnieren.



15
MINUTEN

Pfirsiche in Weißwein

Pesche al vino bianco

FÜR 6-8 PERSONEN

- ♥ Vorbereitung 15 Minuten zzgl. Ziehenlassen
- ♥ Kochzeit keine

- 8 mittelgroße, feste Pfirsiche, gehäutet
- 300 g Zucker
- 500 ml Weißwein

1 Die Pfirsiche halbieren, entkernen, in Spalten schneiden und in eine Schüssel geben. Mit Zucker bestreuen, abdecken und mindestens 1 Stunde im Kühlschrank durchziehen lassen.

2 Den Wein zu den Pfirsichen geben, vorsichtig umrühren und eine weitere halbe Stunde in den Kühlschrank stellen. Pur oder mit etwas Vanilleeis servieren.



35
MINUTEN

Mediterrane Kartoffeln mit gegrilltem Tintenfisch

Patate mediterranee con seppie alla griglia

FÜR 4 PERSONEN

- ♥ Vorbereitung 15 Minuten ♥ Kochzeit 20 Minuten

- 400 g kleine Tintenfischtuben, küchenfertig zubereitet
- 400 g festkochende Kartoffeln
- 1 Packung passierte Tomaten
- 300 g Speckwürfel
- 4 Schalotten, geschält, gewürfelt
- 2 TL Rosmarinadern
- 1/2 rote Chilischote, entkernt, klein geschnitten
- Natives Olivenöl extra
- Salz und Cayennepfeffer

1 Die Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Viel Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Kartoffelwürfel zugeben und anbraten. Nach ca. 5 Minuten Speckwürfel und Schalotten zugeben und ebenfalls anbraten, mit Chili, Salz, Cayennepfeffer und Rosmarin würzen. Die passierten Tomaten dazugeben, alles gut verrühren und 10 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln.

2 Die Tintenfische auf dem Grill oder unter dem Backofengrill ca. 2 Minuten grillen, bis sie weiß und undurchsichtig sind. Die Kartoffeln auf Teller verteilen, einige Tintenfische obenauf setzen und servieren.

TIPP: Gegrillte Tintenfische in Öl eingelegt sind ideal für den Antipaststeller. Zum Beispiel erhältlich unter www.gustini.de.



55
MINUTEN

Überbackener Fenchel

Finocchi gratinati

FÜR 6-8 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 45 Minuten

- 6 mittelgroße Fenchelknollen, gesäubert
- 120 g Butter
- 375 ml Milch
- Etwas Mehl zum Bestäuben
- Muskatnuss
- Frisch geriebener Parmesan oder Grana Padano
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 vorheizen. Die Fenchelknollen in leicht gesalzenem Wasser ca. 15 Minuten kochen, bis sie zwar gär, aber noch fest sind. Abtropfen und längs halbieren. Die Hälften zwei- bis dreimal einschneiden, sodass sie aber am Strunk noch zusammenhängen. Mit Mehl bestäuben.

2 Eine ofenfeste Form mit einem Teil der Butter einfetten. Die Fenchelhälften nebeneinander hineinlegen, salzen, pfeffern und die Milch zugießen. Die restliche Butter in Flöckchen darauf verteilen und das Ganze mit frisch geriebenem Käse bestreuen. Muskatnuss darüberreiben und den Fenchel ca. 30 Minuten backen, bis er goldbraun ist und die Soße etwas angedickt. Sofort servieren.



30
MINUTEN

Rumpsteaks alla pizzaiola

Costata di manzo alla pizzaiola

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 20 Minuten

- 4 Rumpsteaks à 200 g
- 4 Scheiben Speck
- 600 g vollreife Tomaten, geschält, gewürfelt
- 180 g Schalotten, geschält, dünn geschnitten
- 2 Knoblauchzehen, geschält, gehackt
- Blätter von 4 Stielen Oregano
- Natives Olivenöl extra
- 1 TL Paprikapulver
- 1 Prise Zucker
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 4 EL Öl in einem Topf erhitzen, Schalotten und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig andünsten. Paprikapulver zugeben und verrühren. Tomaten und Oregano zugeben, salzen, pfeffern und eine Prise Zucker zufügen. 15 Minuten köcheln.

2 Steaks salzen und pfeffern. Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Steaks darin von beiden Seiten anbraten (ca. 3 Minuten, damit sie medium werden). Die Steaks aus der Pfanne nehmen, den Speck hineingeben und knusprig anbraten.

3 Die Steaks mit den Tomaten und dem Speck anrichten, mit Oregano garnieren und servieren.



30
MINUTEN

Spaghetti nach mediterraner Art

Spaghetti mediterranei

FÜR 6 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 20 Minuten

- 400 g Tomaten, geschält, gewürfelt
- 600 g Spaghetti
- 500 g frischer Thunfisch, gewürfelt
- 3 Sardellen, in Öl eingelegt
- 100 g schwarze Oliven, entsteint
- 1 EL Kapern
- 1 Knoblauchzehe, geschält, gehackt
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 1 TL frischer Oregano
- 1,5 Peperoncini
- Etwas glatte Petersilie, gehackt
- Salz

1 Tomaten in etwas Salz einlegen, damit sie Flüssigkeit abgeben. Etwas Öl in eine Pfanne geben, den Thunfisch und die Sardellen darin kurz anbraten. In dem übrigen Öl die Tomaten mit dem Knoblauch, den Oliven, Kapern, dem Oregano und den Peperoncini scharf anbraten. Nach ca. 10 Minuten Thunfisch und Sardellen zugeben, vermischen und einige Minuten weiterköcheln.

2 In der Zwischenzeit die Spaghetti nach Packungsanweisung al dente kochen. Zusammen mit der Soße und etwas Petersilie servieren.



Kalbfleisch mit Thunfischsoße

80
MINUTEN

Vitello tonnato

FÜR 6-8 PERSONEN

♥ Vorbereitung 30 Minuten ♥ Kochzeit 50 Minuten

- 1,5 kg Oberschale vom Kalb, am Stück
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 2 Salbeizweige
- 4 Knoblauchzehen, geschält
- 250 ml Weißwein

Für die Soße

- 4 Anchovis in Olivenöl
- 60 g Kapern (Abtropfgewicht)
- 135 g Thunfisch in Olivenöl aus der Dose
- Zitronensaft
- 3 Eigelb
- 500 ml natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Kapernäpfel zum Dekorieren

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Das Fleisch in einen Bräter geben, mit Olivenöl beträufeln, salzen und pfeffern. Salbeizweige und Knoblauchzehen zufügen und in den Ofen stellen. Von beiden Seiten ca. 10-15 Minuten

anbräunen. Die Temperatur auf 180 Grad/Gas Stufe 4 herunterschalten. Den Weißwein dazugießen, wenn er etwas eingekocht ist, ca. 175 ml Wasser zugeben und 30-40 Minuten weitergaren, bis das Fleisch durch und goldbraun ist.

2 In der Zwischenzeit die Soße zubereiten. Dazu die Eigelbe in eine Schüssel geben und mit dem Schneebesen oder Handrührgerät ein paar Minuten schlagen, bis sie etwas schaumig werden. Nach und nach einige Tropfen Olivenöl hinzufügen und permanent weiterschlagen, um es einzuarbeiten. Sobald die Mayonnaise dick zu werden beginnt, das Öl in einem dünnen Strahl zugießen, mit der anderen Hand weiterschlagen. Die Menge des benötigten Öls kann variieren. Salz, Pfeffer und Zitronensaft unterrühren.

3 Anchovis und Kapern fein hacken, den Thunfisch mit einer Gabel zerdrücken. Alles in eine Schüssel geben und die Mayonnaise darunterschlagen. Nach Geschmack mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Die Soße bis zur Verwendung kühl stellen.

4 Das Fleisch vollständig abkühlen lassen und in 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben auf Servietteln anrichten, die Soße darüber verteilen, mit Kapernäpfeln garnieren und servieren.



Wolfsbarschfilet auf Kartoffel-Oliven-Gemüse

Branzino alle verdure

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 15 Minuten ♥ Kochzeit 20 Minuten

- 4 Wolfsbarschfilets à ca. 200 g (geschuppt und entgrätet)
- 400 g kleine Kartoffeln (z. B. La Ratte, Linda)
- 20 schwarze Oliven, entkernt
- 2 Tomaten gehäutet und entkernt
- 2 Stangen Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
- 1 Knoblauchzehe, angedrückt

- 1 EL Thymianblättchen
- 1 Bund glatte Petersilie, gehackt
- Natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Kartoffeln waschen und in Spalten schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen, die Kartoffeln goldbraun anbraten, mit Salz und Pfeffer würzen. Oliven, Knoblauch, Frühlingszwiebeln und die Tomatenfilets zufügen und kurz mitbraten. Thymian und Petersilie zufügen.

2 In einer zweiten Pfanne Öl erhitzen, die Fischfilets würzen und auf der Hautseite braten. Die Kartoffeln auf einem Teller anrichten, die Fischfilets daraufsetzen und servieren.



70
MINUTEN

Huhn in Weißweinsoße

Pollo al vino bianco

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 60 Minuten

- 1 Hähnchen, zerlegt
- 750 ml trockener Weißwein
- 3 Knoblauchzehen, geschält, grob gehackt
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 1 Zweig frischer Rosmarin
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 vorheizen. Öl in einem Bräter erhitzen, Knoblauch und Rosmarin hineingeben und kurz anbraten, dann das Huhn zugeben und von allen Seiten anbraten. Salzen, pfeffern und den Wein zugießen, sodass das Huhn fast bedeckt ist. Den Bräter mit Alufolie abdecken und das Huhn 30 Minuten im Ofen garen.

2 Die Alufolie entfernen, den Bräter zurück in den Ofen geben und das Huhn weiterbraten, bis es ganz durchgegart und der Wein verdunstet ist. Mit einem frischen Salat und etwas knusprigem Brot servieren.



CIN, CIN... CINZANO Asti

Italienisches Lebensgefühl für Zuhause

Ist der Italienurlaub schon wieder vorbei? Dann wird es höchste Zeit, sich ein Stück dolce Vita nach Hause zu holen.

Wie wäre es zum Beispiel mit einem italienischen Picknick weit weg von Lärm und Hektik der Stadt. Es gibt überall kleine Oasen zu entdecken, an denen es sich besonders gut entspannen und genießen lässt. Dazu vielleicht leckere Antipasti? Italiens Küche ist bekannt für ihre Frische und besondere Qualität. Gerade im Sommer verstehen es die Italiener, leichte Gerichte zu zaubern. Wegen seiner fruchtigen Milde und frischen Note passt CINZANO Asti dazu besonders gut.

Seit 1840 zählt CINZANO Asti zu den beliebtesten und edelsten Sparkling Wines Italiens. Wein- und Sektliebhaber schätzen den nach traditionellem Herstellungsverfahren produzierten Sparkling Wine wegen seines aromatischen Geschmacks. Zur Herstellung wird nur die besonders hochwertige Muskateller-Traube aus der Gegend um Asti in der norditalienischen Region Piemont verwendet. Das Ergebnis: ein Hauch von Berghonig, Akazienblüten, Glyzinien, Orangen und Pfirsichen – so schmecken italienische Urlaubserinnerungen.



Weitere Informationen zu CINZANO Asti gibt es auf www.cinzano.de und auf www.facebook.com/CINZANO.Asti

CINZANO

Unsere Urlaubstipps

... für die nächste unvergessliche Reise nach bella Italia



Aufstieg mit Genuss

Raus aus dem Alltag, aus der Großstadthektik und rauf auf die Berge. Kristallklare Luft, wunderbare Stille und dazu als Ziel eine gemütliche Hütte mit einer schönen Sonnenterrasse und nostalgischen Stuben. In der Hütte werden nicht nur klassische Gerichte vom Speckbrot über Schlutzkrapfen bis zum Kaiserschmarren serviert. Hier gibt es ganz ungewöhnliche Angebote, Kreationen von berühmten Sterneköchen, zubereitet mit einheimischen Zutaten und kombiniert mit ausgesuchten Südtiroler Weinen. Einen so ereignisreichen Urlaub können Sie in den Dolomiten verbringen. Unter dem Motto „Aufstieg mit Genuss“ setzt die Region Alta Badia das im Sommer fort, was im Winter mit „Sciare con Gusto – Skifahren mit Genuss“ – begon-

nen wurde, nämlich auf den Hütten hochwertige Küche mit echten Südtiroler Zutaten anzubieten. Die drei Gourmetköche von Alta Badia, Norbert Niederkofler (Restaurant St. Hubertus im Hotel Rosa Alpina, 2 Sterne), Arturo Spicocchi (Restaurant La Stüa de Michil im Hotel La Perla, 1 Stern) und Fabio Cucchelli (Restaurant La Siriola im Hotel Ciasa Salares) haben zusammen mit einigen Kollegen aus verschiedenen Regionen italienische Gerichte zusammengestellt, die sich durch authentische einheimische Zutaten und einfache, aber wohlschmeckende Zubereitung auszeichnen. Noch nie war es so verlockend, in die Berge aufzusteigen. Weitere Infos unter www.altabadia.org.



Das Hapimag Resort in Tonda



Das Hapimag Resort in Pentolina

Traumhafte Toskana

Idyllisches Landleben in malerischer Umgebung. Exquisites Essen, ein breites kulturelles Angebot, laue Sommerabende in einem einzigartigen Ambiente – all das bietet das Hapimag Resort in Pentolina. Der ehemalige Gutsbesitz des Grafen Scroffa liegt auf einer Anhöhe inmitten anmutiger Hügel der Toskana. Entdecken Sie die Region mit all ihren kulinarischen Highlights und verköstigen Sie bei einer Weindegustation die typischen lokalen Weine – zum Beispiel Chianti oder Brunello di Montalcino. Das resorteigene Feinschmeckerrestaurant La piccola Toscana lädt zu landestypischem Schlemmen ein.

Auch in dem toskanischen Dorf Tonda, etwas weiter nördlich, befindet sich ein Hapimag Resort, fernab jeden touristischen Rummels lassen sich hier unvergessliche Stunden verbringen. Umgeben von sanft abfallenden Hügeln, Pinienhainen, Olivenbäumen und Rebstöcken lässt es sich hier wunderbar entspannen, schlemmen oder auf Entdeckungsreise in die Umgebung und in die nahegelegenen historischen toskanischen Städte gehen. Lassen Sie sich in einer rustikalen Trattoria lokale Köstlichkeiten auftischen, wie zum Beispiel ein Florentiner Steak, genießen Sie dazu ein Gläschen Montepulciano. Weitere Informationen unter www.hapimag.com.

La Cucina Sarda

Sardinien, nach Sizilien die zweitgrößte Insel im Mittelmeer, bringt mit ihren feinen weißen Sandstränden jeden Sonnenanbeter zum Schwärmen. Auch kulinarisch hat sie einiges zu bieten. Speisen wie fregola (kleine Nudelbällchen aus Gries) oder pane carasau (sardisches Fladenbrot) sind typisch für diese Region und werden häufig zusammen mit sardischen Weinen, wie Cannonau und Malvasia, genossen. Will man den lukullischen Geheimnissen der Insel auf den Grund gehen, bietet sich eine Rundreise wie „La Cucina Sarde“ an. Liebhaber der mediterranen Küche besuchen hierbei Käserieen, Weingüter, Destillerien und Olivenmühlen und nehmen an einem Kochkurs



teil. Gegessen wird in landestypischen Lokalen abseits der üblichen Touristenrouten. Kleine Trattorien und Osterien zaubern Köstliches auf den Tisch, dabei auch manch fast vergessene Rezeptur.

Auch Kultur und Geschichte kommen nicht zu kurz. Besichtigt werden das Open-Air-Museum des berühmten Bildhauers Costantino Nivola, eine Messerschmiede und die schöne Stadt Bosa, die an der Mündung des einzigen schiffbaren Flusses der Insel, dem Temo, liegt. Die Reise führt durch Traumlandschaften wie die Costa Verde oder per Boot entlang der unberührten Steilküste des Golf von Orosei. Übernachtet wird in kleinen, aber feinen Landhotels. Die nächsten Reisetermine: 27.9.–4.10.2011 und 20.–27.10.2011. Auch 2012 wird die Reise voraussichtlich veranstaltet. Weitere Informationen unter www.sardinienweb.de.



Ein Hauch von Luxus in Apulien

In dem 5-Sterne-Luxushotel, der Masseria Torre Coccaro, fühlt man sich wie in dem Landschaftsgemälde eines italienischen Künstlers. Hier, zwischen Bari und Brindisi, umgeben von jahrhundertealten Olivenbäumen, mit der Adria in unmittelbarer Sichtweite, scheint die Zeit still zu stehen. Die über 40 Zimmer wurden von dem Hotelier Vittorio Muolo einzigartig gestaltet und mit viel Liebe zum Detail eingerichtet. Entspannen Sie in der Hängematte inmitten von Zitronenbäumen. Erschnuppern Sie sich den Weg durch den Kräutergarten, an frischen Melisse-, Minze-, Rosmarin- und Thymianbeeten vorbei, zum Schwesternawesen Maizza. Wer möchte, kann bei der Olivenernte tatkräftig mithelfen und sich nach getaner Arbeit im Spa-Bereich mit Naturkosmetik entspannen.

Auch die Küche des Hotels und die dazugehörige Kochschule bieten ein reichhaltiges und abwechslungsreiches Essen rund um die Region Apulien an. Die Teilnehmer lernen die kulinarischen Köstlichkeiten der regionalen Produkte, deren Produzenten und Zubereitung kennen. Ein Urlaub, der das Gefühl von Luxus, Geborgenheit, Liebe und Urigkeit verspricht. Weitere Informationen unter www.masseriatorre-coccaro.com/de/home.

Verrückt nach Orange!



Übrigens ...

Begonnen hat die Erfolgsgeschichte von APEROL bereits vor 92 Jahren, als die Brüder Luigi und Silvio Barberi 1919 anlässlich einer Ausstellung von Venedig nach Padua reisten. Im Gepäck hatten sie ihre neueste Kreation: APEROL. Das Originalrezept ist bis heute unverändert geblieben und basiert auf einer Aromen-Komposition aus Rhabarber, Enzian, Bitterorange und Kräutern und ist berühmt für seine auffällig orange-rote Färbung, sein bittersüßes Aroma bei einem Alkoholgehalt von 15% Vol.



Der Sommer ist da, und auch wenn uns die Sonne teilweise nur zaghaft mit ihrer Anwesenheit erfreut, ist jetzt Hochsaison für Frischluftliebhaber und Anhänger des spontanen Genusses! Sich draußen auf den Terrassen, in den Parks oder auf den Balkonen zu treffen, um den Tag im Kreise der Freunde in vollen Zügen zu genießen, gibt es etwas Schöneres? Die Farbe Orange ist in diesen geselligen Runden nicht mehr wegzudenken, denn sie ist die Farbe von APEROL Spritz. Erfrischend leicht und denkbar einfach zuzubereiten, lässt er sich mit der Formel „3, 2, 1“ auf den Punkt bringen. 3 Teile Prosecco oder Weißwein, 2 Teile APEROL, ein Spritzer Soda, Eis und eine Orangenscheibe – fertig ist die Erfrischung für alle, die „verrückt nach Leben“ sind. Übrigens ist der APEROL nur echt in der original APEROL-Flasche – eine fertig gemixte Version gibt es nicht! Schließlich möchte sich doch niemand den magischen Moment der Zubereitung entgehen lassen, oder? Auf ein erfrischend-leichtes Jahr mit APEROL Spritz! Mehr Infos unter www.aperol.de.

Italienische Wein-pakete zu gewinnen!

Holen Sie sich mit leckeren Tropfen aus Umbrien und dem Piemont ein Schlückchen Urlaub nach Hause!

La Vespa - der Barbera d'Asti Superiore DOC von Michele Chiarlo strahlt in Kirschrot mit Granatreflexen. Sein verführerischer Duft erinnert an Schokolade, Karamell und rote Johannisbeeren. Im Nachhall bleibt ein Aroma von Haselnüssen. Dieser Wein begleitet besonders gut Geflügelgerichte oder Käse mittleren Reifegrads. Der 2006 Lungarotti Torre alle Vigne Rosso dell'Umbria IGT ist angenehm fruchtig mit Nuancen von wilden Erdbeeren und frischen Kirschen. Im Mund entfalten sich Noten von grünem Pfeffer. Seine sanfte Struktur wird durch lebhafte Säure und harmonische Tannine ausgeglichen. Ein Wein für den täglichen Bedarf. Geeignet zu Pasta, Risotto, Pizza und kaltem Fleisch.



Gewinnen Sie zwei Weinpakete von Tastevin im Wert von jeweils über 130 Euro. Teilnahme unter www.soisstitalien.de/Wein. Einsendeschluss ist der 21. September 2011. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Limoncello selbst gemacht

- 2 kg Zitronen
- 1 l reiner Alkohol
- 1 kg Zucker
- 2 l Wasser



1 Man benötigt ein großes Glasgefäß mit Deckel. Die Zitronen mit heißem Wasser waschen, dann trocknen und dünn schälen (man braucht nur das Gelbe von der Schale). Den Alkohol und die Schalen in das Glasgefäß füllen. Für einen guten Geschmack sollte der Alkohol von möglichst guter Qualität sein. Umrühren, das Gefäß abdecken und es dunkel stellen – möglichst bei Raumtemperatur. Nun heißt es warten. Während die Schalen einweichen, nimmt die Flüssigkeit langsam den Geschmack und die intensive gelbe Farbe der Zitronen an.

2 Nach 21 Tagen den Zucker und das Wasser in einen Topf füllen, das Gemisch ca. 5 Minuten lang kochen, bis es etwas dickflüssiger wird und abkühlen lassen. Schließlich das lauwarme Zuckerwasser in den Zitronenalkohol schütten. Ist alles ganz abgekühlt, die Schalen herausfiltern und alles in Flaschen abfüllen. Fertig ist der Limoncello.

TIPP: Limoncello eignet sich auch wunderbar zur Herstellung kühler Sommerdrinks oder als Kaffeelikörsatz in einem fruchtigen Zitronentiramisù.

Aus dem Land, wo die Zitronen blühen

Limoncello ist ein Zitronenlikör, der in Kampanien und in Sizilien zu Hause ist. Zur Herstellung werden die Aromen und ätherischen Öle aus der Zitronenschale verwendet sowie Alkohol, Wasser und Zucker. Die Kunst der Herstellung des Limoncello wird von Generation zu Generation überliefert.

Grana Padano

Ein Hartkäse mit Tradition



Vor fast tausend Jahren waren Benediktinermönche der Poebene auf der Suche nach einer Möglichkeit, Milch dauerhaft haltbar zu machen. Das Ergebnis: Grana Padano, ein Gourmet-Käse, der die Küche als köstlicher Alleskönnner revolutioniert hat. Während seine Herstellung bis heute dieser alten italienischen Handwerkskunst folgt, ist seine Verwendung in der Küche facettenreicher denn je. Gerieben, gehobelt oder geschnitten, ob als Vorspeise oder Dessert, beim Geschäftsessen oder zur Grillparty – Grana Padano schlägt einen kulinarischen Kreis von 360°.

Die gesunde Wunderwaffe

Die Italiener selbst schreiben ihrem Hartkäse wahre Wunderkräfte zu. Tatsächlich ist Grana Padano reich an Nährstoffen und Mineralien, die den Aufbau der Knochen fördern, die Alterung der Zellen verlangsamen und die Muskeln stärken.

Der Körper verwertet die leicht bekömmliche Köstlichkeit viermal schneller als Fleisch. Neben verschiedenen Vitaminen enthält Grana Padano hochwertiges Eiweiß, Calcium, Magnesium, Kupfer, Zink und Phosphor.

Die Reifeprüfung

Entscheidend für die Qualität des italienischen Hartkäses ist seine Reifezeit. Diese liegt zwischen neun und 24 Monaten und entscheidet über den Geschmack: Der junge Käse ist mild, mit zunehmender Reifung wird er herzhafter. Die Brandmarkierung garantiert mit der geschützten Ursprungsbezeichnung D.O.P. die Qualität des Grana Padano.

Weitere Informationen unter:
www.granapadano.com

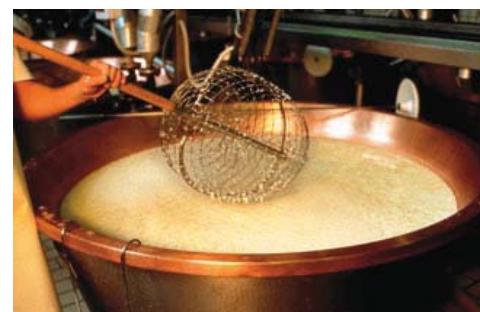
Club Sandwich all italiana

FÜR 4 PERSONEN • Vorbereitung: 20 Minuten

- 12 Scheiben Ciabatta
- 100 g Grana Padano gerieben (16 Monate Reifezeit)
- 40 g Butter
- 60 g Mayonnaise
- 150 g gebratenes Hühnchenfilet
- 8 Scheiben Pancetta
- 4 reife Tomaten
- Salatblätter
- Senf
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Tomaten in Scheiben schneiden. Hühnchenfilet in Streifen schneiden und mit der Mayonnaise bestreichen, je nach Wunsch auch mit Salz abschmecken. Brotscheiben mit Pancetta im Ofen toasten. Vier Scheiben Ciabatta mit Butter und vier Scheiben mit Senf bestreichen.

2 Das Club Sandwich abwechselnd mit folgenden Zutaten schichten: Brot, Salat, Tomaten, Schinken und Grana Padano, dann Brot und Pancetta. Jedes Sandwich mit zwei langen Zahnstochern durchstechen und in Dreiecke schneiden. Mit Rosmarinkartoffeln oder gegrilltem Gemüse servieren.



Grana Padano ist in drei unterschiedlichen Reifegraden erhältlich:



1. Zwischen 9 und 16 Monaten gereift, zeichnet er sich durch geschmeidige Körnigkeit und angenehme Milde aus.



2. Über 16 Monate gereift, erhält der Käse eine würzige Note und kernige Konsistenz.



3. Nach 20 Monaten zeichnet sich der sogenannte Grana Padano RISERVA durch deutlichen Splitterbruch, kräftige gelbe Farbe und intensives Aroma aus.



Pasta e vino

Ein leckeres Gericht ist nur der Anfang. Perfekt wird ein Mahl erst mit der passenden Weinauswahl. Heute: würzige Pestovariationen – einfach in der Herstellung, unwiderstehlich im Geschmack.



Der Wein zum Essen

Dieser reinsortige Chardonnay ist ein lebhafter, erfrischender Wein mit einem Bouquet von reifen Birnen und Äpfeln. Nur minimal mit Eichenholz in Berührung gekommen, zeigt dieser ausdrucksvolle Weißwein seinen mittleren Körper mit honigtonigen, vanilligen Nuancen und einem unaufdringlichen Stil.

WIR EMPFEHLEN:

„Tormaresca“ Chardonnay Puglia IGT
Alkohol: 12,5 % Vol.
Rebsorte: 100 % Chardonnay
Preis: ca. 8,99 Euro
Bezugsquellen unter: www.abayan.de

Pesto mit geröstetem Knoblauch, Salbei und Cashewnüssen

Pesto d'aglio arrosto, salvia e anacardi

30
MINUTEN

FÜR 4 PERSONEN

✓ Vorbereitung 20 Minuten ✓ Kochzeit 10 Minuten

- 600 g Pasta nach Wahl
- 2 Knoblauchknollen
- 60 g Cashewnüsse
- 240 ml natives Olivenöl extra zzgl. Olivenöl zum Beträufeln
- 50 g Salbeilätter
- 1 TL Zitronensaft
- Salz und Cayennepfeffer

1 Als Erstes den Knoblauch rösten. Hierzu die Spitze der Knollen abschneiden, sodass die Zehen sichtbar werden. Knoblauch in eine ofenfeste Form legen, mit Olivenöl beträufeln und im Backofen bei 200 Grad/Gas Stufe 6 rösten, bis der Knoblauch bräunlich und weich wird. Herausnehmen und die Zehen herausdrücken.

2 In der Zwischenzeit die Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen und abgießen.

3 Den Knoblauch zusammen mit den restlichen Zutaten im Mörser oder Küchenmixer fein zermahlen. So viel Öl zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Zusammen mit der Pasta servieren.



Zitronen-Schnittlauch-Pesto

Pesto di limone e cipolline

FÜR 2 PERSONEN ♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 5 Minuten

15
MINUTEN

Gnocchi sind eine gute Abwechslung zu Nudeln. Natürlich kann man dieses Pesto aber auch mit klassischer Pasta genießen.

- 250 g Gnocchi
- 1 Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt
- 1 kl. Bund glatte Petersilie, fein gehackt
- 1 kl. Bund Schnittlauch, in Ringe geschnitten
- 2 EL geröstete Pinienkerne, fein gehackt
- 2 EL Grana Padano, gerieben, zzgl. Käse zum Servieren
- Saft und Schale einer Biozitrone
- 4 EL natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener Pfeffer

1 Knoblauch, Kräuter, Pinienkerne, Grana Padano und Zitronenschale in einer kleinen Schüssel vermischen, gut würzen, dann Olivenöl und Zitronensaft unterrühren, beiseite stellen.

2 Die Gnocchi nach Packungsanweisung kochen und abgießen. In eine Servierschüssel geben und mit dem Pesto vermischen. Mit geriebenem Käse servieren.

TIPP: Das Pesto kann auch gut schon am Vortag zubereitet werden. Nur der Zitronensaft sollte erst kurz vor dem Servieren zugegeben werden, damit die Kräuter ihr frisches Aroma behalten.

Der Wein zum Essen

Der Sarpinello besteht aus Trebbiano Toscano und Vermentino. Die Erwartungen, die seine klare und brillante strohgelbe Farbe mit grünen Reflexen und das fein ausgeprägte fruchtige Bouquet wecken, werden durch den saftig-frischen Eindruck am Gaumen voll und ganz bestätigt.

WIR EMPFEHLEN:

„Sarpinello“ Toscana IGT
Alkohol: 12,5 % Vol.

Rebsorten: Trebbiano Toscano und Vermentino

Preis: ca. 5,99 Euro

Bezugssquellen unter: www.abayan.de





Brokkoli-Pesto

Pesto di broccoli

20
MINUTEN

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 5 Minuten ♥ Kochzeit 15 Minuten

- 400 g Pasta nach Wahl
- 250 g Brokkoliröschen
- 1 Knoblauchzehe, geschält
- 1 große Zitrone
- 1/2 TL Chiliflocken
- 3 EL Pinienkerne
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 3 EL Grana Padano, gerieben
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen.

2 In der Zwischenzeit einen weiteren Topf mit Wasser zum Kochen bringen und den Brokkoli darin 4 Minuten kochen. Abgießen, zurück in den Topf geben und mit einer Gabel zerdrücken. Knoblauch und Zitronenschale ganz fein hacken und zusammen mit den Chiliflocken und den Pinienkernen unter den Brokkoli mischen. Die Zitrone halbieren und beiseite legen.

3 Die Pasta abgießen und zurück in den Topf geben. Mit dem Brokkolipesto verrühren und eine halbe Zitrone darüber ausdrücken. Das Olivenöl darübergeben und mit viel Salz und Pfeffer würzen. Geriebenen Grana Padano zugeben, die Pasta gut durchmischen und servieren.

Der Wein zum Essen

Der Wein leuchtet strohgelb mit feinen grünlichen Reflexen. Am Gaumen präsentiert er sich intensiv und charaktervoll mit mediterranen Aromen. Frucht und Aroma vereinen sich zu einer harmonischen Geschmeidigkeit. Ein idealer Sommerwein, der jung getrunken werden sollte. Servievorschlag: ein erfrischender Begleiter zu Salaten und Pasta.

WIR EMPFEHLEN:

Abidoru Vermentino di Sardegna DOC

Alkohol: 12,5 % Vol.

Rebsorte: 100 % Vermentino

Preis: ca. 6,99 Euro

Bezugsquellen unter: www.abayan.de





Cremiges Walnuss-Pesto

Pesto di noci

FÜR 4 PERSONEN ♥ Vorbereitung 15 Minuten ♥ Kochzeit 15 Minuten

30
MINUTEN

- 400 g Pasta nach Wahl
- 175 g Walnusskerne
- 1 Knoblauchzehe, geschält
- 1 Handvoll frische Basilikumblätter, zerrupft
- 100 g Parmesan oder Grana Padano, gerieben
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 50 ml Sahne
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen. In der Zwischenzeit Walnüsse und Knoblauch im Küchenmixer fein zermahlen. Basilikum, Käse und Öl zugeben und ebenfalls zerkleinern. Nach Geschmack würzen.

2 Die Sahne in einem Topf erwärmen. 2/3 des Pesto dazugeben und in der Sahne auflösen. Wenn die Pasta fertig ist, diese abgießen, dabei 2 EL des Nudelwassers aufheben und beides mit der Soße vermischen. Die Pasta auf Teller verteilen, mit einem Klecks Pesto garnieren und servieren.

TIPP: Übrig gebliebenes Pesto hält sich im Kühlschrank bis zu einer Woche, eingefroren bis zu einem Monat.

Der Wein zum Essen

Nach präzisen Kriterien vinifiziert, zeichnet sich der „Cipresseto“ durch seine intensive Roséfarbe mit kirschroten Nuancen aus. Sein feiner, eleganter Duft erinnert an Himbeeren und Kirschen. Am Gaumen ist er weich und angenehm trocken.

WIR EMPFEHLEN:
Cipresseto Toscana IGT Rosato
Alkohol: 11 % Vol.
Rebsorten: 85 % Sangiovese, 15 % Canaiolo
und andere rote Rebsorten
Preis: ca. 7,79 Euro
Bezugsquellen unter: www.abayan.de



Tipps & Wissenswertes

Ciao, ci sono di nuovo – da bin ich wieder ...



Diesmal wollen wir uns mit der Geschichte der Weine aus Italien und der der italienischen Weinbauregionen – um die 20 von Nord bis Süd – befassen. Und was dabei sehr wichtig ist, sind die Qualitätsbezeichnungen auf den Etiketten.

Schon in der Antike bezeichneten die Griechen Italien als das Land „Enotria“, was so viel bedeutet wie „Das Land des Weines“.

Beginnend vor ca. 11.000 Jahren, breitete sich der Weinbau von Persien über Griechenland nach Apulien aus, wo sogar die Stadt Brindisi nach dem Zuprosten benannt wurde: „Facciamo un Brindisi“. In der römischen Weinkultur fand der Wein seine neue Heimat, bevor er seinen Siegeszug bis in den hohen Norden Europas und den Rest der Welt fortsetzte.

Wenn ich mich an meine Kindheit erinnere – und glauben Sie mir, die liegt schon Jahrzehnte zurück – dann fällt mir auf, dass für meinen Großvater, meinen Vater und meine Onkel Begriffe wie DOC, DOCG oder IGT vollkommen überflüssig waren. Sie waren stattdessen absolut überzeugt von ihrem eigenen Wein – der war sowieso der beste! Mein Gott, wie schlecht der in Wirklichkeit war ...

Tempi passati, seither ist viel Wasser unter den Brücken in Florenz den Arno hinabgeflossen. Kommen wir zum Thema: Das italienische Weingesetz legt seit 1963 die DOC-Bestimmungen fest. DOC bedeutet „Denominazione di Origine Controllata“ und ist die Bezeichnung für eine geschützte Herkunftsangabe, welche heutzutage auf den Etiketten von ungefähr einem Drittel der italienischen Weinproduktion zu finden ist. Diese DOC-Gesetzgebung legt zehn Kriterien für den DOC-Status eines Weines fest: Erzeugungsgebiet, zulässige Rebsorten und jeweilige Anteile, geografische Höhe und Lage der Rebgärten, Verfahren der Rebenerziehung, maximaler Hektarertrag, maximale Weinausbeute aus den Trauben, Ausbaudauer im Keller, Größe der Flaschen und Behälter, in denen der Wein verkauft werden darf, chemische Analyse und die organoleptischen Eigenschaften des Weines.

Die Steigerung der DOC-Bezeichnung ist die DOCG – das „G“ steht für die Garantie der Qualität des Weines. Die ersten DOCG-Weine waren Barolo, Barbaresco, Brunello di Montalcino und Vino Nobile di Montepulciano – Weine also aus dem Piemont und der Toskana, den beiden bis in die 80er Jahre bedeutendsten Anbaugebieten Italiens. Das DOC- und DOCG-Gesetz sind die strengsten Weingesetze der Welt. Ja, auch Italiener können Gesetze respektieren. Nicht immer, aber immer öfter ...

Seit gut elf Jahren sind neue Buchstaben auf den Etiketten zu finden: IGT „Indicazione Geografica Tipica“ – ins Deutsche übersetzt, ein Wein aus Rebsorten, welche in einer spezifischen Region angebaut wurden. Bei z. B. einem Wein mit der Bezeichnung „Toscana IGT“ – egal, ob weiß, rot oder rosé – dürfen die Trauben ausschließlich aus der Toskana stammen, beim „Piemont IGT“ nur aus dem Piemont und so weiter und so fort.

Heute erfreuen wir uns an den Weinen aus Italien, welches in diesem Jahr den 150. Geburtstag seit seiner Gründung als Staat feiert. Leider mit einem Berlusconi ... Aber ich muss auch fairerweise sagen, dass wir in Italien alle ein wenig Berlusconi sind ... Doch wir haben gezeigt und zeigen in einem fort, dass wir vom Piemont bis nach Sizilien hervorragende Weine auf den Markt bringen – mit einer Lebensqualität, für die uns in der ganzen Welt viel Sympathie entgegengebracht wird. Seien wir ehrlich: unser Essen, die Schuhe, Taschen, Mode und die Autos! Und nicht vergessen: Fußball spielen können wir auch ...

Wie heißt es doch: Das Leben ist zu kurz, um schlechten Wein zu trinken! Schon Boccaccio sagte: „Es ist besser zu bereuen, was man genossen hat, als zu bereuen, was man nicht genossen hat!“

In diesem Sinne mit Genuss: Ciao, alla prossima

Ihr
Sergio Camerini
Sergio Camerini



Der Wein zum Essen

Ein tief dunkler Rotwein, sehr ausdrucksstark und elegant. Er ist samtig und harmonisch mit zartem Pflaumenaroma und einem ausgeprägten Holzton. Ein guter Begleiter zu Braten, Wild und würziger Pasta.

WIR EMPFEHLEN:

Cannonau di Sardegna DOC

Alkohol: 13,5 % Vol.

Rebsorte: 100 % Cannonau

Preis: ca. 6,99 Euro

Bezugsquellen unter: www.abayan.de



Pesto mit Rosmarin, getrockneten Tomaten und Macadamianüssen

Pesto di rosmarino, pomodori secchi e noci di Macadamia

FÜR 4 PERSONEN Vorbereitung 10 Minuten Kochzeit 10 Minuten

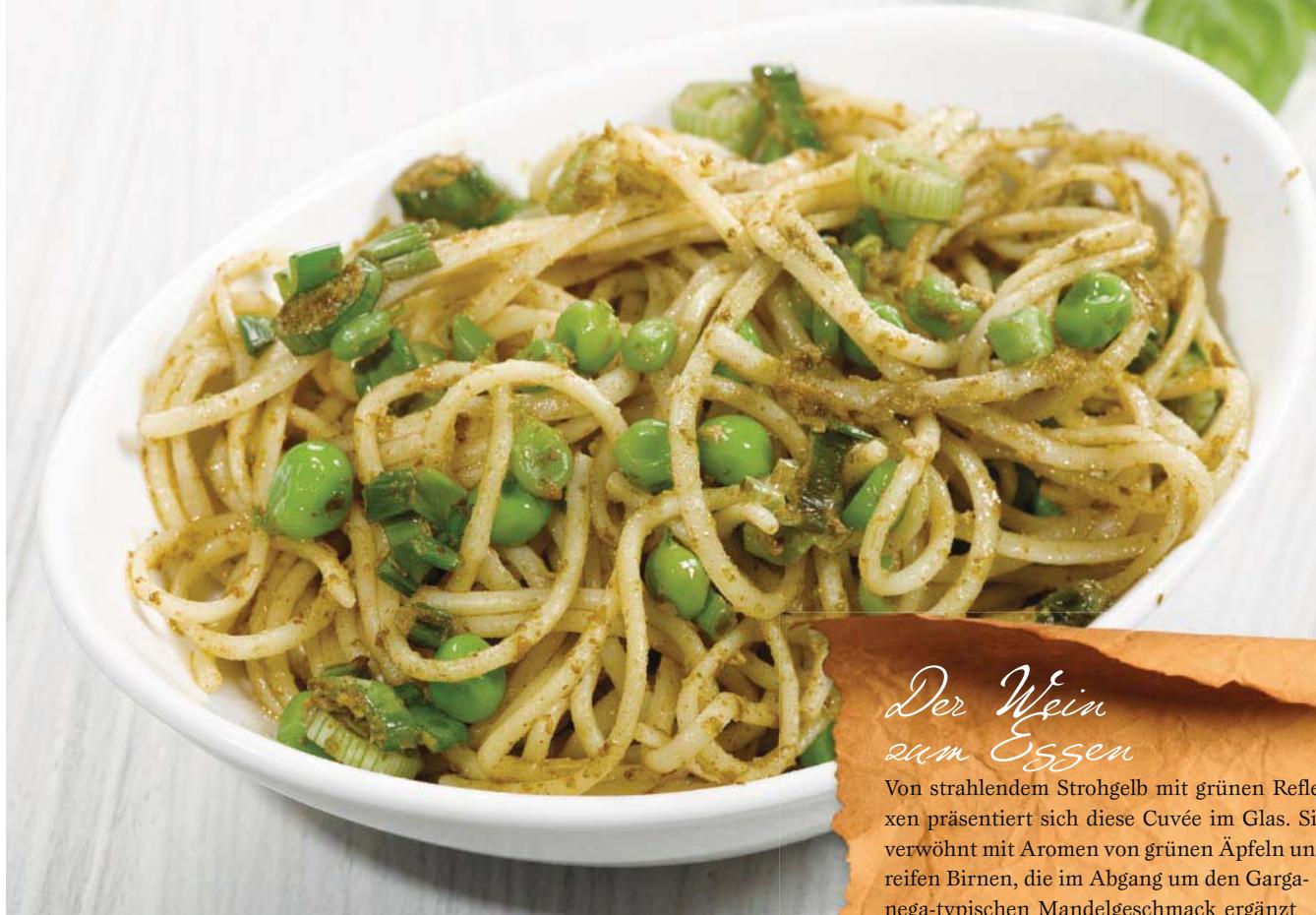
20
MINUTEN

- 600 g Pasta nach Wahl
- 60 g Macadamianüsse
- 3 EL Rosmarinnadeln, gehackt
- 2 Schalotten, geschält, gewürfelt
- 225 g getrocknete Tomaten in Öl, abgetropft
- 120 ml Öl von den getrockneten Tomaten
- 50 g Basilikumblätter
- 120 ml natives Olivenöl extra
- 2 EL Zitronensaft
- Salz

1 Die Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen und abgießen.

xer fein zermahlen. So viel Öl zugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Zusammen mit der Pasta servieren.

2 In der Zwischenzeit die restlichen Zutaten im Mörser oder Küchenmi-



Pasta mit Frühlingszwiebeln, Erbsen und Pesto alla Genovese

Pasta con cipollotti, piselli e pesto alla genovese

FÜR 2 PERSONEN Vorbereitung 10 Minuten Kochzeit 15 Minuten

- 200 g Pasta nach Wahl
- 140 g gefrorene Erbsen
- 1 EL Olivenöl
- 1 Bund Frühlingszwiebeln, in dünne Ringe geschnitten
- 1 EL Pesto alla Genovese (Basilikumpesto)
- Parmesan, gerieben

1 Die Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen. Die letzten 2 Minuten die Erbsen mit dazugeben.

2 In der Zwischenzeit Öl in einer Pfanne erhitzen, Frühlingszwiebeln hineingeben und anschwitzen, bis sie weich sind. Pesto und 3 EL des Nudelwassers zugeben und einige Minuten lang weiterkochen.

3 Die Pasta abgießen, in die Pfanne zu der Soße geben, alles gut vermischen. Auf 2 Tellern verteilen, mit Parmesan bestreuen und servieren.

25
MINUTEN

Der Wein zum Essen

Von strahlendem Strohgelb mit grünen Reflexen präsentiert sich diese Cuvée im Glas. Sie verwöhnt mit Aromen von grünen Äpfeln und reifen Birnen, die im Abgang um den Garganega-typischen Mandelgeschmack ergänzt werden. Ein gefälliger Wein – ob als Aperitif oder zu Pastagerichten.

WIR EMPFEHLEN:

Modello delle Venezie Bianco delle Venezie IGT

Alkohol: 12 % Vol.

Rebsorten: Garganega, Pinot Grigio und

Pinot Bianco

Preis: ca. 6,99 Euro

Bezugsquellen unter: www.abayan.de



Pesto alla Genovese

FÜR 2 PERSONEN

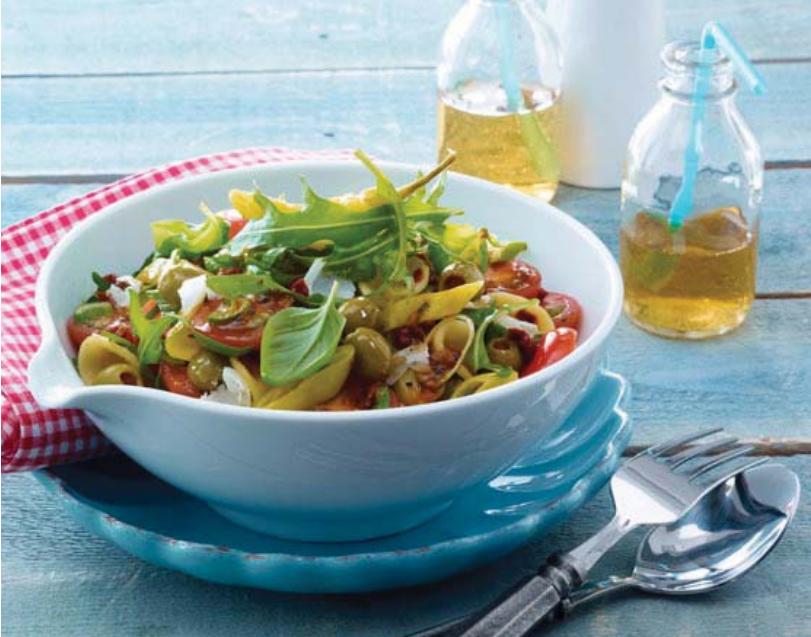
- 12 Basilikumblätter
- 5 Blätter glatte Petersilie
- 1 Knoblauchzehe
- 40 g geriebener Parmesan
- 1 EL Pinienkerne, leicht angeröstet
- 40 ml natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Basilikum und Petersilie in einen Mixer geben. Knoblauch hinzugeben, dann den Parmesan und die Pinienkerne, das Ganze im Mixer zerkleinern, bis die Pinienkerne zermahlen sind. Olivenöl, Pfeffer und Salz hinzugeben und gut vermischen.

Auberginenkaviar

Rezept auf Seite 38





Leichte Sommer- küche

*Wir präsentieren: frisch-fröhliche Gerichte,
die die Sinne beflügeln.*





Gebeizter Lachs

Rezept auf Seite 38

Tomatenconfit

Rezept auf Seite 38





Auberginen-kaviar

65
MINUTEN

Caviale di melanzane

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 20 Minuten ♥ Kochzeit 45 Minuten

- 2 große Auberginen
- 1 kg Meersalz
- 6 Thymianzweige
- 4 Rosmarinzweige
- 3 Knoblauchzehen, angepresst
- Saft von 1/2 Zitrone
- 1 Knoblauchzehe, ohne Keim, gepresst
- 3 EL Olivenöl
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Auberginen der Länge nach von oben bis unten mit einem scharfen Messer rundum einritzen. In eine mit Meersalz bedeckte passende Form legen und die Auberginen ins Meersalz drücken.

2 Knoblauchzehen auf den Auberginen verteilen. Im Ofen bei 160 Grad/Gas Stufe 3 je nach Dicke der Auberginen etwa 45 Minuten garen.

3 Die Auberginen herausnehmen, halbieren, das Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen und fein schneiden; in einem Sieb abtropfen lassen. Den Auberginenkaviar mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, gepresstem Knoblauch und Olivenöl abschmecken.

TIPP: Kaufen Sie wenn möglich die runden, leuchtend purpurfarbenen italienischen Auberginen; das Fleisch dieser Sorte bleibt nach dem Garen schön hell. Auberginenkaviar schmeckt hervorragend als Gemüse zu Lamm und Fisch oder zu Couscous.

Tomatenconfit

Pomodori marinati

12
STUNDEN

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 12 Stunden

- 10 Flaschentomaten, blanchiert, gehäutet
- 1-2 EL Zucker
- 60 ml Limetten-Olivenöl
- 1 junge Knoblauchknolle, Zehen ausgelöst
- 1 Bund Thymian
- 4 Zweige Rosmarin
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Tomaten vierteln und vorsichtig entkernen. Dann mit der Hautseite nach oben nebeneinander auf ein Backblech legen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker bestreuen und gleichmäßig mit Limetten-Olivenöl beträufeln.

2 Die Knoblauchzehen und die Kräuter ebenfalls darauf verteilen. Bei 60 Grad ca. 12 Stunden im Ofen garen.

TIPP: Zum Konservieren das Tomatenconfit in ein Eimmachglas oder ein anderes Glas mit Deckel geben und mit Limetten-Olivenöl auffüllen, bis die Tomaten knapp damit bedeckt sind. Im Kühlschrank aufbewahren.



Redaktionstipp:

„Meine leichte Küche“, das zweite Kochbuch von Sterneköchin Douce Steiner, ist für den Gebrauch in der Küche geschrieben, nicht als Schauobjekt für das Wohnzimmer. Nach den Jahreszeiten geordnet, verrät uns Douce Steiner 75 neue Rezepte zu ihren bevorzugten Produkten. Die Rezepte ihrer wunderbar leichten Küche sind eher einfach und problemlos zu Hause nachkochbar. AT Verlag, 39,90 Euro.

Gebeizter Lachs

Salmore bruciato

48
STUNDEN

FÜR 2 PERSONEN

♥ Vorbereitung 15 Minuten zzgl. 48 Stunden Ziehzeit

♥ Kochzeit keine

- 1/2 Lachsfilet mit Haut
- 2 EL Salz
- 1 TL Zucker
- 1 TL Korianderkörner
- 1 TL rosa Pfefferkörner
- 1 TL Fenchelsamen
- Zesten von 1 Zitrone
- Zesten von 1 Orange
- 1 Bund Dill, fein geschnitten
- 2 Frühlingszwiebeln, fein geschnitten
- 3 EL Limetten-Olivenöl

1 Das Lachsfilet auf ein Backblech legen, mit Zucker und Salz gleichmäßig würzen. Korianderkörner, Fenchelsamen und rosa Pfeffer im Mörser zerstoßen und ebenfalls gleichmäßig auf den Lachs streuen.

2 Dann Zitronen- und Orangenzesten, Dill, Frühlingszwiebeln und Limetten-Olivenöl darüber verteilen. Mindestens 48 Stunden mit Folie bedeckt im Kühlschrank ziehen lassen.

3 Zum Servieren das Lachsfilet in feine Scheiben schneiden.



Foto: Feinkost Dittmann

Bunter Pasta-Salat mit Tomaten-Vinaigrette

Insalata di pasta con vinaigrette al pomodoro

FÜR 4 PERSONEN ♥ Vorbereitung 15 Minuten ♥ Kochzeit 10 Minuten

- 300 g Pasta (z. B. Orecchiette)
- 300 g Kirschtomaten
- 2 Lauchzwiebeln
- 1 Bund Rucola
- 6 Stiele Basilikum
- 1 Glas Oliven gefüllt mit Paprikapaste, 165 ml (z. B. von Feinkost Dittmann)
- 1/2 Glas Pfefferonen mild pikant, 370 ml (z. B. von Feinkost Dittmann)
- 100 g Tomaten-Bruschetta (Brotaufstrich italienischer Art, z. B. von Casa Deliziosa)
- 4-5 EL weißer Balsamicoessig
- 40 g Parmesan
- Zucker
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Pasta in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung al dente kochen. Inzwischen Tomaten waschen und halbieren. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Rucola putzen und waschen. Basilikum waschen, trocken tupfen und Blättchen abzupfen. Oliven in einem Sieb abtropfen lassen. Pfefferonen abtropfen lassen und, bis auf 4 Stück, in Ringe schneiden.

2 Pasta in einem Sieb abgießen und kalt abspülen. Tomaten-Bruschetta und Essig verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Parmesan hobeln.

3 Pasta, die Hälfte des Parmesans, Tomaten, Lauchzwiebeln, Oliven, Pfefferonenringe und Vinaigrette mischen. Rucola und Basilikum unterheben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Salat in Schalen anrichten und mit je 1 Pfefferone garnieren. Mit dem restlichen Parmesan bestreuen und servieren.

25
MINUTEN



Foto: Feinkost Dittmann

Curry-Knoblauch-Hähnchen

Pollo al curry ed aglio

100
MINUTEN

FÜR 4 PERSONEN ♥ Vorbereitung 40 Minuten ♥ Kochzeit 60 Minuten

Für das Chutney

- 200 g Soft-Aprikosen
- 150 g Zwiebeln
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 4-5 EL brauner Zucker
- 80 ml weißer Balsamicoessig (z. B. von Ponti)
- Ca. 2 EL Honig
- 2 TL eingelegter grüner Pfeffer (z. B. von Feinkost Dittmann)
- 2 TL Sambal Oelek (z. B. Chi Wan)

Für die Hähnchen

- 2 Gläser Knoblauch à 225 g in exotischer Marinade (z. B. Ajolix Exotic)
- 5 Stiele Koriander
- 2 Hähnchenbrüste (mit Haut und Knochen)
- Currysüppchen
- 200 ml Hühnerbouillon
- 1 Pflücksalat (ca. 200 g)
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 3 EL weißer Balsamicoessig
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für das Chutney Aprikosen würfeln. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Öl erhitzen. Zwiebelwürfel darin andünsten. Aprikosen dazugeben und unter Rühren ca. 3 Minuten bei mittlerer Hitze dünsten. Mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. 80 ml Essig zugeben und ca. 5 Minuten köcheln. Honig, grünen Pfeffer und Sambal Oelek unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Knoblauch in ein Sieb geben, gut abtropfen lassen und Öl dabei auffangen. Koriander waschen, trocken tupfen, Blättchen abzupfen und grob hacken. Hähnchenbrüste waschen und trocken tupfen. Filets mit Haut vom Knochen schneiden. Mit 2-3 EL Knoblauch-Öl, Curry und Salz einreiben. Restliches Öl in einem flachen Bräter erhitzen. Knoblauch und Bouillon hineingeben und kurz aufkochen lassen. Koriander hineingeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Filets mit der Hautseite nach oben auf den Knoblauch setzen und im vorgeheizten Backofen (200 Grad/Gas Stufe 3) 40-50 Minuten garen.

3 Salat waschen und in Stücke zupfen. 3 EL Essig mit Salz und Pfeffer würzen. Olivenöl tropfenweise darunterschlagen. Salat und Dressing mischen.

4 Hähnchenfilets mit Knoblauch, Salat und Chutney auf Tellern anrichten. Dazu schmeckt Ciabatta.





Tarteort ~~Italien~~

Es wird gefährlich lecker! Vor unseren italienischen Kuchen ist keiner sicher. Beim Brunch an der Pesto-Lachs-Tarte geknabbert oder mal eben von der Aprikosencreme-Crostata genascht? Ertappt – jetzt hilft auch das beste Alibi nicht mehr!



Foto: Mario Matassa

Aprikosencreme-Tarte

Crostata alla crema pasticcera e albicocche

FÜR EINE TARTE (Ø CA. 24 CM)

♥ Vorbereitung 25 Minuten zzgl. Ruhezeit
♥ Backzeit 25 Minuten

50
MINUTEN

- 300 g Mehl
- 150 g brauner Zucker
- 150 g Butter, Raumtemperatur
- 1 Ei

Für die Creme und den Belag

- 350 ml Vollmilch
- 3 Eigelb
- 50 g Mehl
- 100 g Zucker
- 8 feste, aber reife Aprikosen, in Spalten
- 4 EL Aprikosenmarmelade

1 Butter und Mehl in eine große Schüssel geben und mit den Händen vermischen, bis die Mischung körnig ist. Als Nächstes den Zucker und schließlich die Eier zugeben. Wieder mit den Händen verkneten, bis sich alle Zutaten miteinander verbunden haben. Den Teig für 30 Minuten in den Kühlschrank legen, damit er fester wird.

2 Währenddessen die Creme zubereiten. Die Milch in einem Topf erhitzen und die Eigelbe mit dem Zucker und dem Mehl in einer großen Schale vermengen. Sobald die Milch heiß ist, von der Flamme nehmen und langsam mit in die Schüssel geben, währenddessen ständig rühren. Die ganze Mischung zurück in den Topf geben und köcheln lassen, bis sie angedickt ist. Abkühlen lassen.

3 Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 vorheizen. Den Teig ausrollen und in eine 24 cm große Tarteform drücken, dann mit Backpapier abdecken und mit Bohnen beschweren. Für 20 Minuten blind backen. Aus dem Ofen nehmen, die Bohnen und das Backpapier entfernen und abkühlen lassen.

4 Sobald der Teig abgekühlt ist, die Creme hineingeben und mit den Aprikosen bedecken. Für die Glasur vorsichtig die Marmelade in einer Pfanne erhitzen, sobald sie flüssig ist, mit einem Löffel über den Aprikosen verteilen.

TIPP: Dieses Rezept kann auch mit anderen Sommerfrüchten, wie mit Pfirsichen oder Nektarinen, zubereitet werden. Einfach wie die Aprikosen verarbeiten.



Foto: Mike Cooper

Pilz-Mascarpone-Tarte

Torta salata con funghi selvatici e mascarpone

FÜR 6 PERSONEN

♥ Vorbereitung 25 Minuten zzgl. Einweichzeit ♥ Backzeit 60 Minuten

85
MINUTEN

- 15 g getrocknete Steinpilze
- 60 g Butter
- Etwas Olivenöl
- 1 Zwiebel, geschält, fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt
- 350 g frische gemischte Pilze nach Wahl, geschnitten
- 3 Eier, geschlagen
- 250 g Mascarpone
- 60 g Parmesan, gerieben
- 1 Handvoll frischer Basilikum, gehackt
- 1 Mürbeteigform von ca. 24 cm Durchmesser, 15-20 Minuten bei 190 Grad/Gas Stufe 5 blind backen
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die getrockneten Steinpilze in einer Schüssel mit warmem Wasser für ca. 1 Stunde einweichen. Abtropfen, dann das restliche Wasser herausdrücken und die Pilze fein hacken.

2 Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 vorheizen und ein Backblech zum Vorwärmen mit hineinlegen. In einer großen Bratpfanne Olivenöl erhitzen, die frischen Pilze hinzugeben und bei starker Hitze braten und umrühren, bis die Pilze anfangen, braun zu werden. Butter, Zwiebel und Knoblauch hinzugeben, ca. 5 Minuten braten und umrühren, bis sie weich werden. Salz und Pfeffer hinzufügen, dann die Pfanne abkühlen lassen.

3 Die Eier und die Mascarpone in einer Schale vermischen, bis eine cremige Masse entsteht. Die gehackten Steinpilze, die Pilze aus der Pfanne, Parmesan und Basilikum dazugeben und gut unterrühren. Die Pilz-Mascarpone-Mischung in die Mürbeteigform geben und in den Ofen auf das Backblech stellen. 30-40 Minuten backen, bis die Tarte anfängt, schön goldbraun zu werden. Herausnehmen und warm servieren. Besonders lecker schmeckt diese Tarte mit einem einfachen Blattsalat mit Zitronensaft-Olivenöl-Dressing und Parmesan.



45
MINUTEN

Sizilianische Käsetarte

Torta salata alla siciliana

FÜR 4-6 PERSONEN

♥ Vorbereitung

20 Minuten

♥ Backzeit

20-25 Minuten

- 1 Rolle Blätterteig
- 500 g Mangold (oder anderes Grün, wie z. B. Grünkohl)
- 240 g reifer Hartricotta aus Schafsmilch, gerieben
- 2 Eier
- 2 EL Sultaninen
- 1 EL geröstete Pinienkerne
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Außerdem

- 1 Tarteform

1 Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 vorheizen. Den Mangold waschen und grob zerkleinern, dann in einen großen Topf mit kochendem Salzwasser geben. 7-10 Minuten dünsten, bis er weich ist. Die Blätter abtropfen lassen und beiseite stellen zum Abkühlen.

2 Währenddessen in einer großen Schüssel die Eier, den Ricotta, die Sultaninen und die Pinienkerne vermischen. Zum Schluss den Mangold hinzugeben und würzen (vorsichtig, da der Ricotta schon salzig ist). Den Blätterteig ausrollen und die Tarteform oder eine Backform damit auslegen. Die Füllung hineingeben und für 20-25 Minuten in den Ofen stellen. Diese Tarte kann sowohl warm als auch kalt serviert werden.

Krebs-Basilikum-Tarte

Tartine di granchio e basilico

FÜR 6 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten

♥ Backzeit 35 Minuten

45
MINUTEN

- 225 g Mürbeteig (siehe Kasten)
- 1 Zwiebel, geschält, fein gehackt
- 25 g Butter
- 3 Eier
- 120 ml Sahne
- 200 g Krebsfleisch
- 1 gute Handvoll Basilikumblätter, grob zerrissen
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Den Teig ausrollen und eine Tarteform damit auslegen (23-25 cm Durchmesser). Ca. 15 Minuten im Ofen blind backen, dann herausnehmen und abkühlen lassen. Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 herunterdrehen.

2 Während der Teig backt, die Füllung zubereiten. Dafür die Butter in einer kleinen Pfanne schmelzen und die Zwiebeln darin anschwitzen, bis sie weich sind. Beiseite stellen und etwas abkühlen lassen.

3 Die Eier mit der Sahne zusammen schlagen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Vorsichtig das Krebsfleisch, die angeschwitzten Zwiebeln und den zerkleinerten Basilikum hinzugeben und in die Form auf den Teig geben.

4 Wieder in den Ofen stellen und für ca. 20 Minuten backen, bis die Füllung sich gesetzt hat und oben schön braun ist.





Mürbeteig selbst gemacht

FÜR 1 BACKFORM (Ø 23-25 CM)

- 250 g Mehl
- 125 g kalte Butter
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker
- Ca. 4 EL kaltes Wasser

Die Zutaten erst mit den Knethaken des elektrischen Handrührgeräts, dann mit den Händen zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt mindestens 30 Minuten kalt stellen.

Pesto-Lachs-Tarte

Torta salata pesto e salmone

FÜR 1 SPRINGFORM (Ø 28 CM)
♥ Vorbereitung 20 Minuten
♥ Backzeit 20 Minuten

40
MINUTEN

- 250 g Blätterteig (Kühlregal oder aufgetauter TK-Blätterteig)
- 4 EL Basilikumpesto
- 2 große vollreife Tomaten
- 450 g frisches Lachsfilet (ohne Haut und Gräten)
- 1 Eigelb (Größe M)
- 2 EL Anisschnaps
- 150 g Mozzarella
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Mehl für die Arbeitsfläche

1 Den Ofen auf 210 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Die Springform mit Backpapier auslegen. Den Blätterteig auf wenig Mehl ausrollen und die Form damit auslegen, dabei einen 2 cm hohen Rand bilden. Das Pesto auf den Teigboden streichen.

2 Die Tomaten waschen und die Stielansätze entfernen. Das Fruchtfleisch in kleine Würfel schneiden. Das Lachsfilet kalt abspülen, trocken tropfen und ebenfalls klein würfeln. Das Eigelb mit dem Anisschnaps verrühren, Lachs und Tomaten untermischen.

3 Die Lachs-Tomaten-Masse auf den Teigboden geben. Mozzarella in feine Scheiben schneiden und darüberlegen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Tarte im heißen Ofen in ca. 20 Minuten goldgelb backen. Warm servieren.





Spinat-Mascarpone-Kuchen

Torta salata di spinaci e mascarpone

FÜR 1 SPRINGFORM (Ø 30 CM)

♥ Vorbereitung 20 Minuten

♥ Backzeit 25 Minuten

45
MINUTEN

- 100 g Strudel-, Brik-, oder Filoteig
- 2 EL Butter
- 400 g Blattspinat
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Eier (Größe M)
- 200 g Mascarpone
- 2 EL Pinienkerne
- Frisch geriebene Muskatnuss
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Butter in einem Topf zerlassen. Eine Springform mit etwas flüssiger Butter fetten und mit den Teigblättern auskleiden. Den Teig ebenfalls mit etwas Butter bestreichen. Den Backofen auf 220 Grad/Gas Stufe 7 vorheizen.

2 Für den Belag den Spinat putzen, gründlich waschen, in ein sauberes Geschirrtuch geben und gut trocken schütteln. Die Spinatblätter in breite Streifen schneiden. Den Knoblauch schälen und in kleine Würfel schneiden. Eier, Mascarpone und Knoblauch verrühren. Den Spinat untermischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

3 Die Spinatmischung auf die Teigblätter geben. Überstehende Teigränder nach innen schlagen und mit der restlichen Butter bestreichen. Die Pinienkerne darüberstreuen. Den Kuchen im heißen Ofen 10 Minuten backen. Dann die Temperatur auf 200 Grad/Gas Stufe 6 reduzieren und den Kuchen in ca. 15 Minuten fertig backen.



Buchtipps:

Wer den Abend lieber mit seinen Gästen als in der Küche verbringt, hat mit herzhaften Kuchen eine ideale Lösung. Der GU Ratgeber „Quiches, Cakes & Tarts“ von Backprofi Christina Richom präsentiert klassische und neue Rezeptkreationen. Dazu gibt es jede Menge praktische Tipps rund um die pikanten Ofenstein. 9,99 Euro.



Artischockenkuchen mit Tomatenguss

Torta salata con carciofi e pomodori

FÜR 1 RUNDE BACKFORM (Ø 28 CM)

- ♥ Vorbereitung 30 Minuten
- ♥ Backzeit 40 Minuten

70
MINUTEN

Für den Teig

- 240 g Mehl
- 1 TL Backpulver
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker
- 80 ml neutrales Pflanzenöl
- 80 ml heißes Wasser



Für die Tarte

- 480 g Artischockenherzen in Lake (Abtropfgewicht)
- 200 g Tomaten
- 2 kleine Knoblauchzehen
- 100 g Schichtkäse
- 80 ml Milch
- 2 Eier (Größe M)
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Außerdem

- Mehl für die Arbeitsfläche
- 150 g Parmaschinken in dünnen Scheiben

1 Das Mehl, Backpulver, Salz und Zucker in eine gut verschließbare Plastikschüssel geben. Öl und Wasser darübergeben. Die Schüssel gut verschließen und kräftig schütteln. Die Schüssel öffnen und den Teig mit den Händen kurz durchkneten. Sofort auf wenig Mehl ausrollen und weiterverarbeiten.

2 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Eine Springform mit Backpapier und mit dem Teig auslegen, dabei einen 2 cm hohen Rand formen. Teigboden mit einer Gabel mehrmals einstechen.

3 Die Artischocken in einem Sieb gut abtropfen lassen. Die Tomaten waschen, die Stielansätze entfernen. Tomaten klein würfeln und in eine Schüssel geben. Den Knoblauch schälen und dazupressen.

4 Schichtkäse, Milch und Eier zu den Tomaten geben und alles verquirlen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

5 Die Artischocken halbieren und auf den Teigboden legen. Den Tomatenguss darübergießen und den Kuchen im Ofen ca. 40 Minuten backen. Den Artischockenkuchen mit Schinkenscheiben belegen, grob mit Pfeffer bestreuen und sofort servieren.



Buchtipps:

Wenn ein Starkoch und eine beliebte Bäckerin aufeinandertreffen, entstehen himmlische Kreationen. In „Raffinierte Tarte süß und pikant“ zeigen Alfons Schuhbeck und Annik Wecker ihre schönsten Rezepte aus der Welt der Tarte. Dorling Kindersley Verlag, 19,95 Euro.

3
STUNDEN

Käsetarte mit Baileys

Torta di mascarpone con Baileys

FÜR 1 SPRINGFORM
(Ø 28 CM)

♥ Vorbereitung

40 Minuten

zzgl. 2 Stunden Kühlzeit

♥ Kochzeit

5 Minuten

Für den Boden

- 150 g Vollkornbutterkekse
- 80 g Schokolade, 50-60 % Kakao-gehalt, gemahlen
- 100 g Butter

Für die Garnitur

- 125 g Zartbitter-Schokoladentäfelchen
- Dunkles Kakaopulver

Für die Füllung

- 5 Blatt Gelatine
- 400 g Frischkäse
- 150 g Mascarpone
- 130 g Zucker
- 1/4 TL gemahlene Vanille
- 1 Prise Salz
- 125 ml Baileys
- 120 g Sahne

1 Für den Boden Butterkekse zermahlen oder im Gefrierbeutel mit einem Nudelholz fein zerkrümeln, in eine Schüssel geben. Schokolade mit Butter in einer passenden Schüssel über dem Wasserbad schmelzen. Schokoladenmasse über die Keksbösel geben. Alles gut vermischen. In eine Springform geben und auf dem Boden gut festdrücken.

2 Für die Füllung die Gelatine 5 Minuten in kaltem Wasser einweichen, Frischkäse, Mascarpone, Zucker, Vanille und Salz glatt rühren. Baileys erwärmen (nicht kochen) und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Alles zügig unter die Frischkäsemasse rühren. Sahne steif schlagen und unterheben. Die Masse auf dem Tarteboeden verteilen, glatt streichen und 2 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

3 Vor dem Servieren die Tarte aus der Springform lösen und rundherum mit den Schokotäfelchen verkleiden. Zum Schluss eine Rose (oder nach Belieben auch ein anderes Motiv) mithilfe einer Schablone aus dem dunklen Kakaopulver aufsieben.

TIPP: Den Baileys nach Belieben durch andere Liköre (z. B. Malibu, Kahlúa) ersetzen und so ganz unterschiedliche Kuchen kreieren.



Mandelmürbeteig

FÜR 1 SPRINGFORM (Ø 28 CM)

- 100 g kalte Butter, in Stückchen
- 70 g Puderzucker
- 1 Prise Salz
- 1 Ei
- 200 g Mehl
- 3 EL gehählene Mandeln

1 Butter, Zucker und Salz in einer Rührschüssel mit den Knethaken des Handmixers verrühren. Die Butter sollte nicht schaumig werden, nur geschmeidig. Das Ei und die Mandeln hinzugeben und weiterrühren.

2 Das Mehl sieben und auf einmal hinein-schütten und nur so lange weiterrühren, bis ein geschmeidiger Teig entstanden ist. Rühren Sie den Mürbeteig zu lange, wird er zäh. Der Teig muss relativ fest sein und trotzdem leicht zu verarbeiten. Ist der Teig zu brüchig, können Sie 1 EL Milch oder Wasser dazugeben.

3 Den Teig nun zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und vor der Weiterverarbeitung für mindestens 1 Stunde in den Kühlschrank legen.

Kirscharte mit Marzipan

Torta di ciliegie con marzapane

FÜR 1 TARTEFORM (Ø 28 CM)

♥ Vorbereitung 30 Minuten
zzgl. 1 Stunde Kühlzeit
♥ Backzeit 45 Minuten

135
MINUTEN

Für den Boden

- 1 Mandelmürbeteig (siehe Kasten links)

Für die Füllung

- 350 g frische Kirschen oder 1 Glas Kirschen
- 180 g Marzipan
- 300 g Sahne
- 40 g Butter
- 60 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 3 EL Amaretto
- 1 EL Mehl
- 1 Eigelb
- 2 Eier
- Mandelblättchen

1 Für den Boden einen Mandelmürbeteig zubereiten, in eine Tarteform geben und 16 Minuten blind backen. Aus dem Ofen nehmen und die Backofentemperatur auf 175 Grad/Gas Stufe 4 reduzieren.

2 Für die Füllung Kirschen in ein Sieb geben und gut abtropfen lassen. Frische Kirschen entsteinen. Marzipan reiben oder zerkleinern und mit der Sahne in einem Topf erhitzen. Rühren, bis sich das Marzipan aufgelöst hat. Den Topf vom Herd nehmen und die Butter in der Marzipanschung schmelzen. Zucker und Salz dazugeben und verrühren.

3 Amaretto mit Mehl in einer Schüssel glatt rühren, Eigelb und Eier mit einem Schneebesen unter die Amaretto-Mehl-Mischung rühren. Die Kirschen auf dem Tarteboeden verteilen, die Marzipanmasse darübergeben und mit Mandelblättchen bestreuen.

4 Die Tarte im vorgeheizten Backofen auf der mittleren Schiene etwa 30 Minuten backen. Erst nach dem Auskühlen aus der Form lösen.



Copyright © Dorling Kindersley Verlag

Weisse Trüffeltarte

Torta al tartufo bianco

80
MINUTEN

FÜR 1 TARTEFORM (Ø 28 CM)

♥ Vorbereitung 60 Minuten
zzgl. Kühlzeit
♥ Backzeit 20 Minuten

Für den Belag

- 250 g Sahne
- 250 g weiße Schokolade

Für den Boden

- 1 Mandelmürbeteig (siehe Kasten)
- 40 g weiße Schokolade

Für die Füllung

- 6 Blatt Gelatine
- 500 ml Smoothie oder Saft
- 2 EL Zitronensaft, frisch gepresst
- 2 EL Zucker

1 Für den Belag Sahne in einem Topf aufkochen, vom Herd nehmen und die Schokolade darin schmelzen, gut verrühren. Schokoladensahne mindestens 2 Stunden in den Tiefkühler stellen. Am besten schon am Vortag herstellen und über Nacht im Kühlschrank kühlen.

2 Für den Boden einen Mandelmürbeteig (s. Kasten links) zubereiten, in die Tarteform geben und 18 Minuten blind backen. Aus dem Ofen nehmen und abkühlen lassen. Schokolade in einem Schüsselchen über dem Wasserbad schmelzen, den Tarteboeden damit bepinseln und die Schokolade fest werden lassen.

3 Für die Füllung Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Etwa 100 ml des Saftes in einem Topf erwärmen (nicht kochen) und die ausgedrückte Gelatine darin auflösen. Den restlichen Saft mit Zitronensaft und Zucker in einer Schüssel verrühren und die Gelatinemischung dazugeben, gut untermengen. Gelatinemischung auf dem Tarteboeden verteilen. 1-2 Stunden im Kühlschrank fest werden lassen.

4 Die eiskalte Schokoladensahne nach der Kühlzeit mit dem Handrührer steif schlagen und auf dem fest gewordenen Gelee verteilen. Tarte bis zum Servieren kühl stellen.

TIPP: Die Tarte kann nach Belieben mit zur Füllung passenden Früchten dekoriert werden. Auf dem Foto sind es Passionsfruchtkerne.



SPAREN SIE 15 %

„So is(s)t Italien“ abonnieren, Wunschprämie sichern!

IHRE VORTEILE IM ÜBERBLICK:

- Wunschprämie auswählen
- Sie sparen 15 % gegenüber dem Einzelhandel
- Lieferung bequem frei Haus im Schutzhumschlag
- Sie erhalten ihr Heft früher als der Handel
- keine Ausgabe verpassen

PRÄMIE
DES
MONATS



KRUPS

EISMASCHINE

„VENISE“ VON KRUPS

Eismaschine mit 1,6 Liter Gefrierbehälter, Fassungsvermögen, LCD-Ein-/Ausschalter, Automatikabschaltung, akustisches Signal, Aufbewahrungsdeckel, Eisschaber. Ganz gleich, ob Sie Frucht- oder Sahneis bevorzugen: Die Eismaschine „Venise“ von Krups liefert im Handumdrehen leckere Resultate. Nur solange der Vorrat reicht. UVP 89,99 Euro.

Zuzahlung nur 39 Euro



KRÄUTER-SCHNEIDEMÜHLE

Wie in einer Kräuterschere schneiden gegenläufige Messer die frischen Kräuter. So bleiben die wichtigen Vitamine und Aromen mit ihrem herrlich frischen Kräuterduft erhalten. Edelstahlkörper, 17 cm hoch, Ø 7 cm, geätzte Edelstahlklingen. UVP 39,95 Euro

Zuzahlung nur 18 Euro!



PASTA-SCHLEMMERPAKET

Beste Zutaten für Ihre Küche:
1 Liter edles Casolare extra vergine Olivenöl
1 Packung original italienische Kakaokerne
1 Packung Spaghetti von la Molisana
1 Packung Rigatoni-Nudeln von la Molisana
1 Glas exquisite Pomodoro al basilico (Tomatensoße)

Ohne Zuzahlung!



BUCH „KRÄUTER, GEWÜRZE & ESSENZEN“

Dieses Nachschlagewerk stellt über 200 Kräuter und Gewürze aus aller Welt vor und liefert hilfreiche Tipps zu Aufbewahrung, Herkunft und Verwendung in der Küche.

Ohne Zuzahlung!

Schneller bestellen im Internet:
www.soisstitalien.de/abo



NEU

SENSEO GENIESSE-SET

Für gemeinsame Genussmomente zuhause: Die neue Senseo Viva Café Premium Kaffeepadmaschine in Schwarz-Metallic, zwei Senseo Designgläser sowie eine Auswahl aus 16 köstlichen Senseo Kaffee-varianten. Da ist garantiert für jeden Geschmack das Richtige dabei. UVP 200 Euro. Nur solange der Vorrat reicht.

Zuzahlung nur 75 Euro!



HOCHWERTIGES WEINPAKET

Einen tollen Querschnitt von Italiens Weinregion bietet dieses hochwertige Weinpaket. 6 hochwertige Weine inklusive dem bekannten und prämierten Casa Defra Merlot – einer der besten 2008! UVP über 30 Euro.

Zuzahlung nur 4,90 Euro

Versand nur innerhalb Deutschlands.

→ Weitere Prämien: www.soisstitalien.de/abo

Bestellen per Telefon: +49 (0)781 639 45 62



JA, ich möchte 6 x „So is(s)t Italien“, 15% sparen und meine Wunschprämie

Aktions-Code: **SI11E05**

Ich bestelle „So is(s)t Italien“ im Jahresabo zum Vorzugspreis von derzeit nur 24,90 € (europ. Ausland zzgl. 10 €) frei Haus. Wenn ich im Anschluss keinen weiteren Bezug möchte, genügt die schriftliche Kündigung beim Verlag bis 6 Wochen vor Ablauf der Bezugszeit. Ansonsten verlängert sich das Abonnement um jeweils ein Jahr.

Ich möchte keine interessanten Angebote verpassen und bin damit einverstanden (jederzeit widerruflich), dass der Verlag mich per E-Mail oder telefonisch informiert.

Meine Wunschprämie:

- Eismaschine „Venise“ von Krups** (Zuzahlung nur 39 Euro)
- Kräuter-Schneidemühle** (Zuzahlung nur 18 Euro)
- Pasta-Schlemmerpaket** (ohne Zuzahlung)
- Buch „Kräuter, Gewürze & Essenzen“** (ohne Zuzahlung)
- Senseo Genießer-Set** (Zuzahlung nur 75 Euro)
- Hochwertiges Weinpaket** (Zuzahlung nur 4,90 Euro)

COUPON BITTE EINSENDEN AN:
FALKEMEDIA ABOSERVICE
POSTFACH 114, 77649 OFFENBURG

Die Prämie wird nach Rechnungsbelebung zugestellt. (Prämienversand ins Ausland zzgl. 16 € Porto und Verpackung). Ich kann die Bestellung beim Verlag ohne Angabe von Gründen binnen 30 Tagen schriftlich widerrufen.

<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">*Name Vorname</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">*Straße Hausnummer Postfach</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">*Postleitzahl Ort</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">*Telefon</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Konto-Nummer</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Geldinstitut</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">*PER KREDITKARTE</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Kreditkarten-Nr.</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">*Unterschrift</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Datum</div>	<div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Geburtsdatum (TT:MM:JJ)</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">E-Mail</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Bankleitzahl</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">gültig bis</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">KPN-Nr.</div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Die mit * gekennzeichneten Felder müssen ausgefüllt werden</div>
--	---

Gelato

- Amore mio!

Kein Sommer ohne Eis! Ob cremig, fruchtig, am Stiel oder mit einem Schuss Champagner – die kühle Köstlichkeit sorgt immer wieder für eine leckere Erfrischung und eine extragroße Portion gute Laune.



© Armin Zogbaum Zürich, aus „Eiscremes, Sorbets und Parfaits“ Hädecke Verlag

Cranberry-Ricotta-Parfait

Semifreddo di ricotta e cranberry

FÜR 4 PERSONEN

♥ Zubereitung 20 Minuten zzgl. Einweichen und Einfrieren

- 150 g gesüßte, getrocknete Cranberrys
- 100 ml Cranberrysaft
- 4 Eigelb
- 150 g Zucker
- 400 ml Milch
- 1 Vanilleschote, aufgeschnitten
- 150 g Ricotta

20
MINUTEN

1 Getrocknete Cranberrys über Nacht im Cranberrysaft einweichen.

2 Eigelb und Zucker in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad zu einer dickflüssigen Creme aufschlagen. Aus dem Wasserbad nehmen.

3 Vanillemark abstreifen, mit den Schotenhälften und der Milch erhitzen, Schoten entfernen. Milch unter Rühren zur Eigelbmasse geben. Unter gelegentlichem Rühren abkühlen lassen. Ricotta und Cranberrys unterrühren.

4 Cranberrymasse in eine geeignete Tiefkühldose füllen. Dann zum Gefrieren 4–5 Stunden in das Eisfach stellen.

5 Vor dem Portionieren kurz in den Kühlschrank stellen.

Champagner-Trauben-Zabaione

Zabaione d'acini e champagne

FÜR 4-6 PERSONEN ♥ Zubereitung 20 Minuten zzgl. Einfrieren

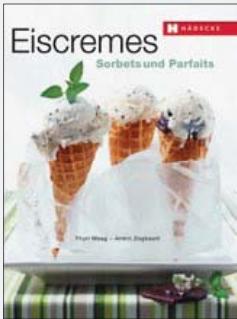
20
MINUTEN

- 3 Eigelb
- 100 ml Champagner
- 100 g Zucker
- 180 ml Rahm oder süße Sahne
- 200 g kernlose helle Trauben

1 Eigelb, Champagner und Zucker in einer Schüssel über dem heißen Wasserbad dickflüssig aufschlagen. Die Schüssel in kaltes Wasser (Wasser mit Eiswürfeln) stellen und die Zabaione kalt schlagen.

2 Den Rahm steif schlagen, mit den Trauben unter die Zabaione rühren. Die Masse in eine Kastenform füllen. Für mindestens 12 Stunden einfrieren.





Tipp der Redaktion:

Selbst gemachtes Eis schmeckt nicht nur unglaublich lecker, die Zubereitung macht auch noch großen Spaß! In „Eiscremes, Sorbets und Parfaits“ verrät Sternekoch Thuri Maag seine besten Rezepte für die kalten Gaumenfreuden. Hädecke Verlag, 9,95 Euro.

Himbeerjoghurtlutscher

Lecca lecca di lamponi e yogurt

FÜR 8 LUTSCHER ♥ Zubereitung 20 Minuten zzgl. Einfrieren

20
MINUTEN

- 250 g Himbeeren
- 100 g Puderzucker
- 1 Ei
- 400 g Naturjoghurt
- 8 Holzstäbchen (Apotheke)

1 Die Hälfte der Himbeeren und 3 EL Puderzucker fein pürieren, durch ein Chromstahlsieb streichen.

2 Ei und restlichen Puderzucker luftig aufschlagen, unter den Joghurt rühren.

3 Restliche Himbeeren und 3/4 der Joghurtmasse mischen, in Förmchen gießen, ein Holzstäbchen hineinstecken. 30 Minuten in den Tiefkühler stellen. 2/3 des Himbeerpurees auf die Förmchen verteilen, nochmals 30 Minuten in den Tiefkühler stellen. Restliche Joghurtmasse mit dem restlichen Himbeerpuree verrühren, auf die Förmchen verteilen, im Tiefkühler fest werden lassen.



© Armin Ziegbaum, Zürich, aus „Eiscremes, Sorbets und Parfaits“, Hädecke Verlag



Heidelbeer-Ricotta-Eis

Gelato di ricotta e mirtilli

FÜR 4 PERSONEN ♥ Zubereitung 20 Minuten zzgl. Gefrieren

- 200 g Heidelbeeren
- 2 EL Zitronensaft
- 75 g Puderzucker
- 100 g Ricotta
- 100 ml Milch
- 1 Pkt. Vanillinzucker
- 1/2 TL Vanillemark

20
MINUTEN

1 Die Heidelbeeren verlesen, waschen und abtropfen lassen. Mit dem Zitronensaft und dem Puderzucker pürieren und für 15 Minuten in den Gefrierschrank stellen.

2 Ricotta mit etwas Milch glatt rühren. Restliche Milch, Vanillinzucker und Vanillemark mit dem Ricotta verrühren und in einem Topf aufkochen. Im kalten Wasserbad abkühlen lassen, dann mit dem Fruchtpüree verrühren. Die Mischung in eine flache Schüssel füllen und im Gefrierschrank etwa 6 Stunden gefrieren lassen. Dabei mehrmals umrühren. Vor dem Servieren leicht antauen lassen.



Sahneis mit Schoko-Cookies

Gelato di panna con biscotti al cioccolato

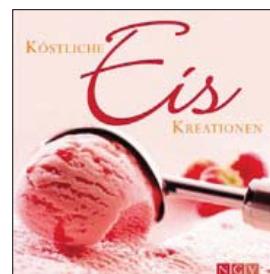
FÜR 6 PERSONEN ♥ Zubereitung 10 Minuten zzgl. Kühlen und Gefrieren

10
MINUTEN

- 3 Eier
- 300 ml Schlagsahne
- 50 g Puderzucker
- 50 g Schoko-Cookies

1 Die Eier trennen. Eiweiß und Sahne getrennt steif schlagen. Eigelb mit dem Zucker schaumig schlagen. Eiweiß und Sahne vorsichtig unter den Eischauum heben. Die Masse in eine flache Schale füllen und im Gefrierschrank etwa 2 Stunden gefrieren lassen. Alle 30 Minuten umrühren.

2 Die Schoko-Cookies in einem Plastikbeutel zerbröseln und nach 2 Stunden unter die Eismasse heben. Die Masse weitere 2 Stunden gefrieren lassen und dabei mehrfach umrühren. Auf Dessertschalen verteilt servieren



Buchtipp:

Nach den Eiskreationen aus diesem Buch kann man süchtig werden. Besonders schön: Alle Kreationen sind auch ohne Eismaschine kinderleicht zuzubereiten - wenn Sie allerdings eine Eismaschine besitzen, so sind die Rezepte gekennzeichnet, die damit zubereitet werden können.
„Köstliche Eiskreationen“, NGV, 4,99 Euro.

Campari-Orangen-Sorbet

Sorbetto all'arancia e campari

10
MINUTEN

FÜR 4 PERSONEN

♥ Zubereitung 10 Minuten zzgl. Kühlen und Gefrieren

- 75 ml Campari
- 400 ml frisch gepresster Orangensaft
- 60 g Zucker
- 2 Eiweiß
- 80 g Puderzucker

Zum Dekorieren

- Kandierte Orangenschale

1 Den Campari mit 375 ml Orangensaft und dem Zucker verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Die Mischung 2 Stunden kühl stellen.

2 Eiweiß mit dem Puderzucker und dem restlichen Orangensaft steif schlagen. Mit der Orangen-Campari-Masse mischen, in eine flache Schale füllen und im Gefrierschrank etwa 6 Stunden gefrieren lassen. Dabei das Sorbet jede Stunde gründlich durchrühren.

3 Mit einem Eisportionierer Eiskugeln auf Gläser verteilen oder das Sorbet durch einen Spritzbeutel drücken. Mit kandierter Orangenschale bestreut servieren.



Eis, Eis, Baby!



1

1. Eisschiffchen: Man muss nicht am Meer sein, um einem Schiff zu begegnen – ein Griff ins Gefrierfach reicht, und die ganze Familie genießt das selbst gemachte Eis in Schiffsoptik. Köstliche Rezeptideen für Selbstmacheis werden gleich mitgeliefert. Ob laktosefrei oder extravagante Geschmackswünsche, jeder kann mit den Eisformen von Cuisipro sein Lieblingseis selbst kreieren. *Bezugsquellen unter www.profino.net, 6er-Set ca. 14,95 Euro.*

2. Bunte Eistürme: Die guten alten Zeiten der Eiskugel sind gezählt, ab sofort wird modern gestapelt. Der stylische Eisportionierer von Cuisipro zaubert ganz neue Kreationen auf den Teller oder in die Waffel. *Bezugsquellen unter www.profino.net, ca. 19,95 Euro.*

3. Süße Ohren: Zum Anbeißen sind diese liebevoll gearbeiteten Ohrringe. Genau das Richtige für jeden, der seine Eis-Leidenschaft stolz zur Schau tragen möchte. www.KoolKatKustom.com, 3,99 Euro.

4. Baden im Eismeer: Wer hat als Kind nicht schon einmal davon geträumt, in Eiscreme zu baden? Diesen Wunsch kann sich mit dem Badeeisbecher von Badesucht nun jeder erfüllen und mit Schoko, Erdbeere und Vanille die Wellen seiner Wanne teilen. www.badesucht.de, 17,90 Euro.

5. Eine Handvoll Eis: Ein Eis am Stiel, mit dem man sich die Hände waschen kann, ohne dass sie danach kleben. Die leuchtend schönen Farben bringen Sommerlaune ins Bad und garantieren saubere Finger. www.soapart-manufaktur.com, 3,50 Euro.

6. Leckere Wände: Wahre Eisliebe muss man offenbaren, am besten in Form eines Wandtattoos. Ob zum Träumen über dem Bett im Schlafzimmer, am Kühlschrank in der Küche oder direkt im Wohnzimmer, Eis darf überall hängen! www.universumsum.de, 26,95 Euro.

7. Selbst gemacht: Mit der Eismaschine „Dolce Vita“ von Nemox können Sie schmackhaftes Speiseeis, Sorbets und Crash Eis zubereiten – aber mit Stil! Dolce Vita verfügt über einen Innenbehälter aus Edelstahl, ist äußerst elegant, leicht zu reinigen und kratzfest. Die große Behälteröffnung macht es ganz leicht, die Zutaten dem Eis beizumischen. Für die Zubereitung von Speiseeis für 6–10 Personen benötigen Sie nur 20–30 Minuten. Auch zum schnellen Kühlen von jeglichen Getränken verwendbar. www.nemox.com, 199,90 Euro.



4



AUGEN & OHREN OFFENHALTEN!

Das neue BÜCHER-Magazin mit **hörBücher**-Teil ist mit rund 150 Rezensionen aus allen Genres **der ultimative Wegweiser** im Blätterwald.

Lesen Sie Interviews, Portraits und Reportagen aus der Literaturwelt und hören Sie auf der Heft-CD einen kompletten Roman.





Schritt ♥ für ♥ Schritt

Grissini

Grissini sind der ultimative Knabberspaß auf Partys oder zum Aperitif.

*Wir zeigen Ihnen, wie Sie die langen Stangen ganz einfach
selbst zubereiten können.*

Schritt für Schritt

35
MINUTEN

Grissini

Ein italienischer Klassiker

FÜR 15 STANGEN

♥ Vorbereitung

20 Minuten

♥ Backzeit

15 Minuten

• 1 EL frische Hefe

• 100 ml warmes Wasser

• 225 g Mehl

• 1 TL Zucker

• 1 TL Salz

• 1 EL Olivenöl

Grissini findet man mittlerweile überall in Italien, aber erfunden wurden sie in Turin. Der Legende nach kreierte man sie im 17. Jahrhundert für den Herzog von Savoyen, Viktor Amadeus II., als Alternative zum regulären Brot, welches er nicht vertrug. Die Stangen schienen Superkräfte zu haben, denn nur wenig später wurde der Herzog zum König von Sizilien ernannt. Grissini wurden zur Lieblingsknabberlei der Aristokratie, auch Napoleon soll ein großer Fan von ihnen gewesen sein.

Natürlich ist das knusprige Gebäck längst nicht mehr nur den Reichen und Schönen vorbehalten. Es ist in vielen Supermärkten erhältlich, schmeckt aber selbst gemacht nicht nur viel besser, sondern die Herstellung macht auch noch großen Spaß! Ob mit einem Dip oder pur – Grissini sind der ideale Partysnack. Um den Geschmack etwas zu variieren, kann man auch Parmesan zum Teig hinzufügen oder die Stangen mit Sesam oder sogar Schokolade umhüllen.



Schritt Eins

Die Hefe und den Zucker in eine vorgewärmte Schüssel geben und mit dem warmen Wasser übergießen. 5–10 Minuten stehen lassen, bis es zu blubbern beginnt. Salz, Öl und 2/3 des Mehls in die Schüssel zu der Hefe geben.



Schritt Zwei

Das Ganze mit einem Holzlöffel vermischen, bis sich eine Kugel formt. Die Arbeitsfläche leicht bemehlen. Den Teig aus der Schüssel nehmen und auf der Arbeitsfläche kneten, dabei das restliche Mehl nach und nach unterkneten.

Schritt Drei

Den Teig 10 Minuten kneten, bis er schön elastisch ist, dann zu einer Kugel formen. Eine walnussgroße Menge des Teigs abnehmen und zu einer kleinen Wurst rollen, auf die bemehlte Fläche legen und das Ganze mit dem restlichen Teig wiederholen.



Schritt ♥ Vier

Jede der Mehlwürste auf einer unbemehlten Fläche mit den Fingern jeweils zu einer ca. 1 cm dicken Stange rollen. Wenn sich der Teig nicht einfach genug rollen lässt, mit Wasser befeuchten. Die Stangen auf ein eingefettetes Backblech legen.

Schritt ♥ Fünf

Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Das Backblech mit einem Tuch abdecken und 15 Minuten an einer warmen Stelle gehen lassen. 15 Minuten backen, zwischendurch einmal wenden. Abkühlen lassen und kalt servieren.

Dazu passt... Cannellinibohnendip

Purè di cannellini

FÜR 4 PERSONEN ♥ Vorbereitung 5 Minuten ♥ Kochzeit keine

5
MINUTEN

- 400 g Cannellinibohnen aus dem Glas, abgegossen und abgespült
- Blätter von 2 Zweigen Thymian
- 2 Knoblauchzehen, geschält, zerdrückt
- Saft einer Zitrone
- 50 ml natives Olivenöl extra

Bohnen, Thymian, Knoblauch und Zitronensaft mit dem Pürierstab zu einer dicken Masse pürieren. Das Ganze in eine Schüssel geben und während des Rührens das Olivenöl in einem dünnen Strahl hinzugeben. Gut verrühren und zusammen mit Grissini servieren.





Pronto!

Eine Mahlzeit in Minuten

Diese leckeren Gerichte stehen in weniger als einer Stunde köstlich dampfend auf dem Tisch.



Gefüllte Zucchini mit Ricotta, rotem Reis und Minze

Zucchine tonde farcite con ricotta, riso rosso e menta

FÜR 2 PERSONEN

• Vorbereitung 10 Minuten
• Kochzeit 35 Minuten

45
MINUTEN

- 4 runde Zucchini (längliche kann man auch verwenden)
- 50 g riso rosso selvaggio (Roter Wildreis)
- 50 g Ricotta
- 30 g Parmesan, gerieben
- 1 rote Zwiebel, geschält, fein gehackt
- 30 g geröstete Pinienkerne
- 30 g Rosinen
- 1 kl. Bund frische Minze, fein gehackt
- 2 EL Olivenöl

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Den Reis in einen Topf mit kochendem Wasser geben und nach Packungsanweisung al dente kochen.

2 In der Zwischenzeit die oberen Hälften der Zucchini ca. 3 cm weit abschneiden, um sie als Deckel zu benutzen. Die Zucchini aushöhlen, etwas Fleisch am Rand stehen lassen. Das Fruchtfleisch aufbewahren. Wenn Sie längliche Zucchini verwenden, diese halbieren und aushöhlen (in diesem Fall braucht man keine Deckel zu machen). Die Zucchini mitsamt den Deckeln auf ein Backblech geben, mit Olivenöl beträufeln und 15 Minuten in den Ofen geben.

3 Die Zwiebel in 1 EL Olivenöl anschwitzen. Nach 5 Minuten das Fruchtfleisch der Zucchini zugeben, die Pfanne für 5 Minuten abdecken. Den Deckel entfernen, die Temperatur erhöhen und erneut 5 Minuten kochen. Wenn der Reis fertig ist, diesen mit in die Pfanne geben und 2 Minuten lang rühren. Die Mischung in eine Schüssel geben, Rosinen, Pinienkerne, Minze, Ricotta und Parmesan unterrühren.

4 Die Zucchini aus dem Ofen nehmen und mit der Mischung befüllen. Die Deckel obenauf legen und für 10 Minuten erneut in den Ofen geben. Mit einem gemischten Salat servieren.



Jakobsmuscheln mit Minze-Erbsen-Risotto

Capesante con risotto ai piselli e menta fresca

FÜR 2 PERSONEN

• Vorbereitung 10 Minuten • Kochzeit 30 Minuten

40
MINUTEN

- 140 g Carnaroli Reis
- 600 ml Geflügelbrühe
- 1 kleines Glas Weißwein
- 1 EL Zitronensaft
- 200 g Erbsen (TK)
- 1 Handvoll frische Minze
- 2 Scheiben Parmaschinken, zerkleinert
- 20 g Butter
- 20 g Parmesan, gerieben
- Natives Olivenöl extra
- 6 Jakobsmuscheln (ohne Schale, küchenfertig zubereitet)
- 1 Zwiebel, geschält, fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, geschält, fein gehackt
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Zwiebel und den Knoblauch in etwas Olivenöl 3 Minuten bei mittlerer Hitze anschwitzen. Die Brühe in einen anderen Topf füllen und bis kurz vor dem Siedepunkt erhitzen. Den Reis zu der Zwiebel geben und einige Minuten lang anrösten, mit Salz und Pfeffer würzen. Den Wein zugeben und rühren, bis er verdampft ist. Die Brühe nach und nach zugießen, dabei kontinuierlich rühren.

2 150 g der Erbsen in kochendes Wasser geben und 3 Minuten lang kochen, abgießen und zusammen mit 1 EL Brühe, dem Zitronensaft und der Minze im Küchenmixer pürieren. Beiseite stellen.

3 Nachdem der Reis 16 Minuten gekocht hat, die restlichen 50 g Erbsen zugeben, nach einer weiteren Minute die pürierten Erbsen unterrühren. Risotto vom Herd nehmen, Schinken, Parmesan und Butter zugeben und verrühren. Den Topf abdecken und ruhen lassen. Falls das Risotto zu fest wird vor dem anrichten noch etwas Brühe zugeben.

4 Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Jakobsmuscheln würzen und in die Pfanne geben. 1-2 Minuten von jeder Seite anbraten. Das Risotto auf Teller verteilen, die Jakobsmuscheln obenauf geben und servieren.

Lachs in Parmesankruste mit Tomatensalsa

Salmone in crosta di parmigiano reggiano e salsa di pomodoro

FÜR 2 PERSONEN • Vorbereitung 10-15 Minuten • Kochzeit 10 Minuten

25
MINUTEN

Für den Lachs

- 2 Lachsfilets à 150 g, ohne Haut
- 1 Ei
- 1 EL Mehl
- 25 g Semmelbrösel
- 50 g Parmesan, fein gerieben

Für die Tomatensalsa

- 2 große Tomaten
- 1 kleine Avocado
- 1 Bund Basilikum, klein gehackt
- Natives Olivenöl extra
- Saft einer Limone
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Das Mehl auf einen Teller geben, das Ei in einer Schüssel verquirlen und in einer weiteren Schüssel den geriebenen Parmesan und die Semmelbrösel vermischen. Die Fischfilets im Mehl wenden, dann in das Ei tauchen und anschließend mit den Semmelbröseln bedecken. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Filets hineingeben.

2 Die Tomaten in eine Schüssel geben und mit kochendem Wasser begießen, 30 Sekunden stehen lassen. Das Wasser abgießen, die Tomaten einritzen und häuten. Nach 5 Minuten den Fisch

wenden und auf der anderen Seite weitere 5 Minuten anbraten.

3 Die Tomaten halbieren, entkernen, klein hacken und in eine Schüssel geben. Die Avocado halbieren, den Stein entfernen und das Fruchtfleisch mit einem Löffel herauslösen. In Würfel schneiden und zu den Tomaten geben. Mit Olivenöl, Limonensaft und gehacktem Basilikum vermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Die Lachsfilets mit der Salsa und etwas Salat oder Kartoffeln servieren.



Lasagne mit Auberginen und Mozzarella

Lasagne con melanzane e mozzarella

FÜR 2 PERSONEN ♥ Vorbereitung 5 Minuten ♥ Kochzeit 35 Minuten

40
MINUTEN

- 350 g Tomatensoße
- 200 g Büffelmozzarella, in kleine Stücke geteilt
- 3-4 Lasagneblätter
- 1 große Aubergine
- 2 Handvoll Basilikum, gehackt
- Natives Olivenöl extra

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Eine große Pfanne erhitzen. Die Aubergine in 1 cm dicke Scheiben schneiden, auf einen Teller legen und von allen Seiten mit Olivenöl besprengen. Die Auberginen in die Pfanne geben und 2 Minuten von jeder Seite anbraten.

2 In der Zwischenzeit einen großen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und die Lasagneblätter darin 4 Minuten lang kochen. Die gebratenen Auberginescheiben beiseite legen und die Lasagneblätter abgießen. Die Toma-

tensoße erhitzen, etwas gehackten Basilikum hineingeben und vermischen.

3 Einen Löffel der Tomatensoße in eine ofenfesten Form geben, sodass der Boden bedeckt ist, dann folgt ein Lasagneblatt, eine Schicht Auberginen, dann den Mozzarella und etwas Basilikum darüber verteilen. Das Ganze wiederholen, ganz obenauf ein Lasagneblatt mit Soße und Mozzarella geben und für 25 Minuten in den Ofen geben, bis die Lasagne knusprig ist und zu blubbern beginnt. Mit etwas Basilikum garnieren und servieren.



Emmer-Salat mit gerösteten Karotten und Blutorange

Insalata di farro con carote arrosto e arancia sanguinello

FÜR 2 PERSONEN
♥ Vorbereitung 15 Minuten
♥ Kochzeit 35 Minuten

50
MINUTEN

- 200 g kleine Karotten, gewaschen und geschält (1 cm von dem Grün stehen lassen)
- 70 g Emmer oder Dinkel
- 2 rote Zwiebeln, geschält
- 1 Blutorange
- 2 Knoblauchzehen, geschält, leicht zerdrückt
- 1 EL Olivenöl
- 100 g Rucola

Für das Dressing

- 5 TL natives Olivenöl extra
- 1 EL Akazienhonig
- Saft von 1/2 Blutorange
- 1 Handvoll Minze, fein gehackt

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Die Zwiebeln in 1 cm dicke Scheiben schneiden und zusammen mit den Karotten und dem Knoblauch auf einem Backblech verteilen. Mit 1 EL Olivenöl besprengen und für 35 Minuten in den Ofen geben, zwischendrin einmal wenden.

2 In der Zwischenzeit den Emmer oder Dinkel 20 Minuten in Wasser kochen. Sobald er fertig ist, abgießen und in einer Schüssel abkühlen lassen, während das Gemüse im Ofen röstet. Die Blutorange schälen und in Stücke teilen.

3 Alle Zutaten für das Dressing miteinander verquirlen. Das Gemüse aus dem Ofen nehmen. Den Knoblauch entfernen, die Karotten und Zwiebeln mit dem Emmer vermischen. Den Rucola, dann den Emmer-Mix in eine Schüssel geben. Die Orangen zugeben, den Salat mit dem Dressing besprengen und servieren.



Pochierte Hähnchenbrust mit gerösteter Paprika und Cannellinibohnen

Pollo farcito di peperoni con cannellini

FÜR 2 PERSONEN Vorbereitung 5 Minuten Kochzeit 15 Minuten

20
MINUTEN

- 2 Hähnchenbrustfilets
- 100 g gegrillte Paprika aus dem Glas, gehackt
- 1 EL gehacktes Basilikum
- 400 g Cannellinibohnen aus der Dose, abgegossen
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Für das Dressing

- 1 EL natives Olivenöl extra
- 1 TL Balsamessig
- 10 Basilikumblätter, zerrupft

1 Die Fleischstücke längs einschneiden und schmetterlingsförmig aufklappen. Paprika und Basilikum vermischen und gut würzen. Die Mischung auf die Innenseite der geöffneten Filets geben und diese fest zusammenklappen. Jeweils eine Frischhaltefolie von ca. 30 cm Länge ausbreiten, jedes der Fleischstücke auf eine Folie legen und eng mit der Folie umwickeln. Ein weiteres Stück um jedes der Filets wickeln, um das Ganze zu fixieren.

2 Einen Topf mit Wasser zum Kochen bringen und die Hähnchenbrüste 15 Minuten darin kochen.

3 In der Zwischenzeit die Zutaten für das Dressing vermischen. Die Cannellinibohnen in eine Schüssel geben und das Dressing darüber verteilen. Wenn das Fleisch fertig ist, die Folie abnehmen, die Bohnen auf 2 Teller verteilen. Das Fleisch in 3 Stücke schneiden und auf den Bohnen verteilen. Gut würzen und servieren.

Pfiffiges mit **Pfifferlingen**

So vielseitig sind die kleinen Waldpilze.



Kartoffelsuppe
mit Pfifferlingen
Rezept auf Seite 72



Pfifferlinge mit Rucola
und Parmaschinken

Rezept auf Seite 72



Rezept auf Seite 72



Blätterteignester
mit Pfifferlingen

Rezept auf Seite 72



Spinatsalat mit Pfifferlingen

Insalata di spinaci con finferli

FÜR 2 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten
♥ Kochzeit 10 Minuten

20
MINUTEN

- 100 g Baby-Spinatblätter

Für die Pfifferlinge

- 250 g Pfifferlinge, geputzt
- 1/2 Zwiebel, geschält, gewürfelt
- 1 EL Schnittlauchröllchen

1 Pfifferlinge in Olivenöl anbraten, salzen und pfeffern. Zwiebelwürfel und Schnittlauchröllchen zugeben, mit Weißwein ablöschen und ein Stück Butter zufügen.

2 Die Spinatblätter auf Tellern anrichten, die Pfifferlingsmischung noch warm daraufgeben und mit etwas knusprigem Brot servieren.

- 1 Schuss Weißwein

- 1 Stück Butter
- 1 EL natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



Pfifferlinge mit Rucola und Parmaschinken

Finferli con rucola e prosciutto di Parma

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten
♥ Kochzeit 10 Minuten

20
MINUTEN

- 1 EL Butter

- 3 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Balsamicoessig
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

- 500 g Pfifferlinge
- 1 Schalotte, geschält, fein gehackt
- 8 Scheiben Parmaschinken
- 1 Bund Rucola, gewaschen

1 Olivenöl und Balsamico verrühren und über den Rucola geben. Etwas durchziehen lassen.

2 In der Zwischenzeit die Pfifferlinge putzen. Butter in einer Pfanne erhitzen, Pfifferlinge und Schalotten darin anbraten, salzen und pfeffern. Den Schinken auf Teller verteilen, den Rucolasalat obenauf geben, die Pfifferling-Schalotten-Mischung darauf verteilen und servieren.



Blätterteignester mit Pfifferlingen

Strudel ai finferli

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 15 Minuten
♥ Backzeit 30 Minuten

45
MINUTEN

- 4 Stücke Blätterteig, quadratisch zugeschnitten
- 200 g kleine Pfifferlinge, frisch oder aus dem Glas
- 100 g Gorgonzola, in Stücken

- 50 g Parmesan, gerieben
- 1 Ei, verquirlt
- 1/2 EL natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



Kartoffelsuppe mit Pfifferlingen

Zuppa di patate con finferli

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 20 Minuten
♥ Kochzeit 30 Minuten

50
MINUTEN

- 300 g Pfifferlinge, frisch oder aus dem Glas
- 70 g Speckwürfel
- 150 g Crème fraîche
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

- 1 kg Kartoffeln
- 1 Karotte
- 4 Zwiebeln, geschält, gewürfelt
- Blätter von 3 Zweigen Thymian
- 2 EL Butter
- 1 l Gemüsebrühe

1 Den Ofen auf 220 Grad/Gas Stufe 7 vorheizen. Die Pfifferlinge putzen oder – falls aus dem Glas – gut abtropfen. Die Pilze in eine Schüssel geben, mit Olivenöl, Salz und Pfeffer vermischen.

2 Die Blätterteigstücke nebeneinander auf die Arbeitsfläche legen, die Pilze jeweils in die Mitte geben, einen Rand lassen. Den Gorgonzola darauf verteilen, den Parmesan darüberstreuen.

3 Das verquirlte Ei auf den Blätterteigrändern verteilen und die Stücke zu kleinen Nestern formen, sodass der Käse nicht über den Rand läuft, wenn er zu schmelzen beginnt.

4 Die Blätterteignester für 12 Minuten in den Ofen geben, dann die Temperatur auf 190 Grad/Gas Stufe 5 runterdrehen und weitere 15 Minuten backen, bis die Nester goldbraun und knusprig sind. Etwas abkühlen lassen und servieren.

1 Kartoffeln und Karotte waschen, schälen und in Stücke schneiden. 1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen, die Hälfte der Zwiebeln darin andünsten, Kartoffel- und Karottenstücke und den Großteil des Thymians zugeben und kurz mitdünsten. Die Gemüsebrühe zugießen, aufkochen und 20 Minuten köcheln.

2 Speckwürfel in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten. Restliche Zwiebeln zugeben und glasig andünsten. Frische Pfifferlinge vorsichtig putzen, die aus dem Glas abtropfen. Zu Speck und Zwiebeln geben und mitdünsten. Salzen und pfeffern.

3 Kartoffeln und Karotten pürieren, 2/3 der Crème fraîche unterrühren. Nach Geschmack würzen. Die Suppe auf Teller verteilen, etwas Crème fraîche, die Pfifferlinge und den restlichen Thymian darüber verteilen und servieren.





Kartoffel-Pilz-Pfanne

Funghi e patate in padella

55
MINUTEN

FÜR 4 PERSONEN ♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 45 Minuten

- 500 g Kartoffeln, gewaschen
- 1 kg Champignons, geviertelt
- 250 g Pfifferlinge (frisch oder aus dem Glas)
- 1/2 Bund glatte Petersilie, fein gehackt
- 3 Knoblauchzehen, geschält, gehackt
- 150 g Crème fraîche
- 4 EL natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Kartoffeln in kochendem Salzwasser ca. 20 Minuten garen. Abgießen, schälen und in Stücke schneiden. Pilze säubern (Pfifferlinge aus dem Glas gut abtropfen). 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin anrösten, salzen und pfeffern. Beiseite stellen.

2 Champignons und Pfifferlinge in dem restlichen Öl ca. 20 Minuten anbraten und würzen. Kartoffeln und Knoblauch zufügen und unter Wenden weitere 5 Minuten braten. Einen Klecks Crème fraîche und Petersilie auf die Kartoffelpfanne geben und servieren.

TIPP: Dazu schmecken Schweinemedaillons und/oder Knoblauchbrot.

Tagliatelle mit Pfifferlingen, Kirschtomaten und Chili

Tagliatelle ai finferli

25
MINUTEN

FÜR 4 PERSONEN ♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 15 Minuten

- 400 g Tagliatelle
- 2 rote Zwiebeln, geschält, gewürfelt
- 400 g Kirschtomaten, geviertelt
- 300 g Pfifferlinge, geputzt
- 2 Stangen Frühlingszwiebeln, in Ringe geschnitten
- 1 Bund glatte Petersilie, gehackt
- Natives Olivenöl extra
- 1 Chilischote, Kerne entfernt, in Ringe geschnitten
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Parmesan, gerieben (optional)

1 Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen und abgießen. In der Zwischenzeit die Pfifferlinge in etwas Olivenöl anbraten. Die Zwiebeln dazugeben und mitbraten. Dann Tomaten und Chili dazugeben und weiter braten. Gelegentlich umrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2 Die gehackte Petersilie und die Frühlingszwiebeln unter die Pilz-Tomaten-Mischung rühren und mit der abgegossenen Pasta vermischen. Nach Geschmack etwas geriebenen Parmesan darübergeben und servieren.



Ein neues Rezept von Sante de Santis



Pfifferlingsorzotto

Orzotto ai cantarelli

FÜR 4 PERSONEN

• 1 l Gemüsebrühe	• 1 Thymianzweig	• 100 g Grana Padano
• 300 g frische Pfifferlinge (am besten schön klein)	• 1 Knoblauchzehe	• 100 g Butter
• 6–8 getrocknete Steinpilze	• 1 scharfer, getrockneter Peperoncino	• 200 g Gerste
• 1 kl. Bund glatte Petersilie	• 2 kleine Schalotten	• 200 ml Weißwein
		• Natives Olivenöl extra

Exklusiv in
„So is(s)t Italien“:
TV-Starkoch
Sante de
Santis

1 Als Erstes die Gemüsebrühe erhitzen. Dann die Pfifferlinge putzen und in feine Streifen schneiden, die kleinen nur vierteln. Kleine Bruchstücke der Pfifferlinge waschen und in die Gemüsebrühe geben. Die getrockneten Steinpilze ebenfalls in die Brühe geben. 4 Petersilienstängel zum Anrichten in kaltem Wasser frisch halten. Die restlichen Petersilienblätter von den Stängeln zupfen und fein hacken. Die Thymianblättchen von den Zweigen streifen. Den Knoblauch schälen und fein hacken, den Peperoncino im Mörser zerkleinern. Schalotten schälen und in ganz feine Würfel schneiden, den Grana Padano reiben, die Brühe passieren und warm halten.

2 In einem hohen Topf die Hälfte der Butter erhitzen. Die Schalotten hineingeben und schön goldgelb anschwitzen. Die Gerste dazugeben und unter ständigem Rühren etwas anrösten. Mit der Hälfte des Weißweins ablöschen. Weiterrühren und die Flüssigkeit komplett verdampfen lassen, dann beiseite stellen.

3 Die Pfifferlinge in Olivenöl mit der Petersilie, dem Peperoncino und dem Knoblauch in einem Wok anrösten, mit dem restlichen Weißwein ablöschen, mit Salz und Pfeffer würzen und ebenfalls beiseite stellen.

4 Die Gerste wieder auf den Herd stellen, mit etwas Brühe ablöschen und unter ständigem Rühren nach und nach die ganze Brühe dazugeben, zwischendurch immer warten, bis die Gerste die Flüssigkeit aufgenommen hat. Sollte die Gerste noch nicht al dente sein, mit etwas lauwarmem Wasser zu Ende garen. Insgesamt dauert das etwa 20 Minuten.

5 Die Pfifferlinge mit dem Sud wenige Minuten vor Garende unter das Orzotto rühren. Mit der restlichen Butter und dem Grana Padano cremig rühren (auf Italienisch heißt das man-tecare), anrichten, mit dem frischen Thymian vollenden und sofort servieren.

Ihr Sante de Santis

Orzo ist übrigens italienisch
für Gerste. Und ein Orzotto ist
ein Risotto, das mit Gerste
statt mit Reis zubereitet wird.



Redaktionstipp:

Sante de Santis, bekannt aus verschiedenen TV-Shows, kennt als Italiener die Vorzüge seines Heimatlandes und gibt sie in seinem neuen Buch „La mia cucina“ zum Besten. Seine schmackhaften Pasta-, Fleisch- und Fischrezepte bringen „la dolce vita“ auf den Tisch. Mit den hilfreichen Tipps vom Spitzenkoch sind mediterrane Rezepte wie Schwertfischcarpaccio leicht nachzukochen. *Buon appetito!* Umschau, Neustadt/Weinstr. 2010, 240 Seiten, Hardcover, ISBN: 978-3-86528-710-6, 29,90 € (D) / 30,80 € (A) / 45,- sFr (CH).



Besuchen Sie Santes Kochschule
und lernen Sie direkt vom Chefkoch
persönlich! Ob alleine oder mit
Freunden, viel Spaß ist garantiert.

Reservierung unter:

**Santes Kochschule, Heusteigstraße 45,
70180 Stuttgart, Tel.: (0711) 420 43 60
(Mo/Mi/Fr 9-13 Uhr),
www.santedesantis.de**

Wunderschöne Emilia- Romagna

Parmesan und Parmaschinken, Mortadella und Balsamico – die Emilia-Romagna gehört zu den Feinschmecker-Zentren Italiens. Hier hat auch das berühmte Ragù alla Bolognese seinen Ursprung, das – anders als wir es kennen – keinesfalls mit Spaghetti, sondern immer mit den breiten Tagliatelle serviert wird. Wir haben die Region, die sich von der Adria bis fast zur ligurischen Küste erstreckt, unter die kulinarische Lupe genommen, haben die Haupstadt Bologna besucht und einer echten sfogлина, einer Pastamacherin, über die Schulter geschaut. Dann ging es weiter nach Modena, wo wir in die Welt des Aceto Balsamico eingetaucht sind und allerlei über das „Schwarze Gold“ der Region erfahren haben. Angestoßen wurde dann mit einem schönen Glas gekühltem Lambrusco. Der rote Perlwein ist längst dabei, sein Fusel-Image abzulegen und sich in die Reihe der ganz Großen einzutragen. Begleiten Sie uns auf den folgenden Seiten auf eine Reise durch die wunderschöne Emilia-Romagna!

Bologna S. 78



Rezepte aus der Emilia-Romagna S. 86



Balsamico-Rezepte S. 90



„Schwarzes Gold“ S. 99



Die Pastamacherin S. 102



Der Pastasößen-König S. 103



Lambrusco S. 104





Der Geschmack Bolognas

Verwerfen Sie Ihre Assoziationen zu Spaghetti Bolognese! Die Küche von Bologna hat weitaus mehr zu bieten. Wir haben „la grassa“ besucht und uns damit auf eine Gourmettour durch eine der größten gastronomischen Wunderwelten Italiens begeben.

Bolognas langjähriger Spitzname „la grassa“ (die Fette) wirkt wie eine Anklage. Der Begriff entwickelte sich bereits vor einigen Jahrhunderten und stellt eher eine Referenz auf die reiche Landwirtschaft und den berühmt-berüchtigten Umgang mit Schweinefleisch dar als einen Kommentar auf den Körperumfang der Einwohner. Bologna ist jedenfalls sehr stolz auf seine vielfältige und schmackhafte Küche. Zwei andere übliche Bezeichnungen für Bologna sind „la rossa“, das sich wahlweise auf die traditionelle Linke-Flügel-Politik oder die Farbe der Gebäude und Dächer im Zentrum bezieht – je nachdem, mit

wem Sie sprechen, und „la dotta“ („Die Gebildete“) zu Ehren ihrer prestigeträchtigen Universität. Die Hochschule wurde 1088 gegründet und ist damit die älteste von ganz Italien.

Das Stadtbild hat seiner Universität viel zu verdanken, denn sie sorgt für einen großen Zulauf von gleichermaßen jungen und alten Studenten aus dem ganzen Land sowie von überall aus der Welt. Sie bringen ein umfangreiches kulturelles Gepäck mit sich, inklusive der Gastronomie ihrer Herkunftsänder. So hat sich die Stadt, die man sonst wohl eher als große Kleinstadt bezeichnet hätte, über die Jahre zu einer kleinen Großstadt entwi-

ckelt. Das kosmopolitische und liberale Bologna ist ein Ort, an dem man Sushi-Bars und Fast-Food-Ketten Schulter an Schulter mit altgedienten Trattorien der traditionellen Schule findet.

Abgesehen von diesem Zustrom an Neuankömmlingen – die Stadt wächst und wächst trotz einer zurückgehenden Geburtenrate bei den Einheimischen – laufen auch traditionelle Produkte und Rezepte keinerlei Gefahr, auszusterben. Im Gegenteil – die Trattorien, Restaurants, Lebensmittelhersteller und -verkäufer der Stadt stehen ausgezeichnet im Geschäft. Bolognas Küche ruft sowohl bei Italienern als



Die Altstadt Bolognas zählt sicherlich zu den schönsten Italiens

✈ Anreisemöglichkeiten

Die bequemste Art, nach Bologna zu reisen, ist mit dem Flugzeug. Der Flughafen „Marconi“ befindet sich 6 km nordöstlich des Stadtzentrums und wird von vielen großen Airlines, z. B Lufthansa, angeflogen. Ab Frankfurt dauert der Flug ca. 1,5 Stunden. Ein Flughafenbus verkehrt alle 15 Minuten zwischen den beiden Terminals, er fährt auch ins Stadtzentrum zum Hauptbahnhof. Tickets sind im Bus erhältlich und kosten ca. 5 Euro. Außerdem gibt es Busverbindungen nach Modena (ca. 1 Stunde Fahrtzeit) und nach Siena (ca. 1,5 Stunden Fahrtzeit). Auch per Bahn ist Bologna von fast allen italienischen Großstädten gut zu erreichen. Der Bahnhof „Bologna Centrale“ liegt im Zentrum der Stadt, zahlreiche Busse und Taxiunternehmen fahren von hier aus in alle weiteren Teile der Stadt.

auch eingeweihten Ausländern ein „Mmmh“ und ein Lecken über die Lippen hervor.

Schon zur Römerzeit kamen viele Reisende hierher, als die Stadt, damals noch als Bononia bekannt, eine Hauptattraktion auf der Via Emilia darstellte – die römische Route zwischen Piacenza und Rimini, die auch heute noch eine wichtige Verkehrssader ist. Die Lage der Stadt zwischen großen Freiflächen, den progressiv landwirtschaftlich genutzten Gebieten des padanischen Flachlands, und eingepfercht zwischen sanften Hügeln, die zu den abgelegenen Gemeinden der Apenninen führen, hat stark zu ihrer Rolle als kommerzieller Umschlagplatz beigetragen. Die Industrie hat sich in dieser Region gut entwickelt, und es gibt zahlreiche Lebensmittelfabriken, genau wie im restlichen Teil der Emilia-Romagna.

Aber welches Produkt ist wohl am repräsentativsten für die bolognesische Küche heute wie auch damals?

Hier – und bitte vergessen Sie jeden Gedanken an Spaghetti Bolognese, die in der ihr angedachten Heimat einfach nicht existent sind – muss ein Stechen zwischen Tortellini und Mortadella entscheiden. (Hier isst man niemals Spaghetti zum ragù alla bolognese, sondern Tagliatelle.) Tortellini sind Bolognas beliebteste gefüllte Pasta. Sie wurden angeblich zu Ehren des Nabels der Göttin Venus kreiert und existieren schon seit Jahrhunderten in dieser Gegend. Sie waren sogar der Auslöser für heiße Diskussionen zwischen der Stadt und ihren Nachbarn in Modena – darüber, wer ihr Erfinder war. Aber Bologna konnte seine Inanspruchnahme durchsetzen und ging 1974 sogar so weit, das offizielle Rezept für die schmackhafte Füllung in der städtischen Industrie- und Handelskammer registrieren zu lassen. Kein Weihnachtsessen wird als vollständig betrachtet, wenn es nicht mit einer Handvoll Tortellini in einer



Santuario della Madonna di San Luca oberhalb der Stadt

dampfenden Schüssel mit Brühe, tortellini in brodo genannt, beginnt. Es gibt zwar durchaus Anwärter als Alternative, aber tortellini in brodo ist immer noch der klare Sieger.

Pasta – immer frisch zubereitet – ist ein Kultprodukt in Bologna

Innerhalb der Stadt werden Ihnen überall komische kleine schrankähnliche Türen begegnen, hinter denen sich offene Küchen befinden. Hier können Sie den sfogline (Blätterteig-Bäckern) mit ihren Nudelhölzern bei der Arbeit zusehen, wie sie eifrig damit beschäftigt sind, die tägliche Ladung frischer Pasta vorzubereiten, die öffentlich verkauft wird oder mit der die Restaurants in der Nähe beliefert werden. Alles, was heutzutage nicht selbst gemacht wird, gilt als minderwertige Ware, und es gibt sogar eine Kampagne, die die klare Unterscheidung zwischen den Begriffen „handgemacht“ („fatta a mano“) und „hausgemacht“ („fatta in casa“) fordert, da letzterer oft Pasta bezeichnet, die mit der Maschine hergestellt wird. Glücklicherweise ist die Kunst der Pasta-Herstellung aus eigener Hand – zumindest zu speziellen Anlässen – weit davon entfernt, auszusterben.

Ein weiterer lokaler Liebling ist die Lasagne, entweder ganz klassisch oder grün, mit in den Teig eingearbeitetem Spinat, sowie Tagliatelle. Für gewöhnlich werden Tagliatelle mit einem Ragout serviert, das unter anderem Rinderhackfleisch, Hühnerleber, Zwiebeln, Möhren und Sellerie enthält – das Gericht tagliatelle al ragù ist wahrscheinlich verantwortlich für die ständige Assoziation der Stadt zu Spaghetti Bolognese. Sowohl das Pasta- als auch das Soßenrezept werden sehr ernst genommen und wurden ebenfalls registriert. Dabei wurden auch die Mengen der gekochten sowie ungekochten Pasta berücksichtigt, und es gibt sogar eine abgeschlossene Kassette in der Industrie- und Handelskammer, die das perfekte Beispiel einer Tagliatella enthält. Der Renaissance-Chefkoch Mastro Zaffirano soll diese Bandnudel-Sorte 1503 für Lucrezia Borgias Hochzeitsfeier zum ersten Mal gefertigt und sich dabei von dem langen goldenen Haar der Braut inspiriert haben lassen.

Mortadella oder Tortellini?

Die aromatische Mortadella von Bologna hat einen noch weiter zurückliegenden Ursprung. In der Tat soll die heutige Version, die mit Schweinefleisch, Knoblauch, Koriander und Pfeffer hergestellt wird, ein direkter Nachfolger der römischen Myrtatum sein – in der Antike der Begriff für in Hülle gefülltes und mit Myrtebeeren verfeinertes Fleisch. Darüber hinaus hat die bolognesische Mortadella 1998 einen noch edleren Ritterschlag als die Registrierung in der Industrie- und Handelskammer erhalten: das IGP (Indicazione Geografica Protetta) Etikett, das ihre Besonderheiten und Herkunft ausweist.

Was das Prestige angeht, ist sie wahrschein-



Typisches Bild: Eine sfoglina bereitet frische Pasta mit dem Nudelholz zu

Die Piazza Maggiore – umgeben von den bedeutendsten Gebäuden der Innenstadt



lich also höherwertig, aber ist Mortadella wirklich repräsentativer für die Stadt als die guten alten Tortellini? Die eingetragene Version der Tortellini-Füllung besteht aus Schweinefleisch, geräuchertem Schinken, Eiern, Parmesan, Muskat und – halten Sie sich fest – Mortadella! Letztendlich heißt das doch, dass die beiden Zutaten nicht wirklich voneinander getrennt werden können oder vielmehr, dass es ohne Mortadella auch keine Tortellini geben kann.

Dennoch kann die scharfe Bologna-Wurst auch von sich behaupten, in Giovanni Boccaccios Klassiker „Decamerone“ von 1350 erwähnt zu werden sowie das Thema des Films „La Mortadella“ (1971) mit Sophia Loren in der Hauptrolle gewesen zu sein. Und die Stadt widmet ihr sogar eine Abteilung im sehr interessanten Industriemuseum. Politische Gegner des in Bologna geborenen damaligen italienischen Premierministers – und ehemaligen Präsidenten der Europäischen Kommission – Romano Prodi nutzten vor ein paar Jahren die einfachen und runden Merkmale der Wurst und verteilten Mortadella mit seinem Gesicht darauf. Mit dieser politischen Satire in der Waagschale der Mortadella und ohne den vornehmen Tortellino herabzusetzen, scheint es also tatsächlich so, als gehöre der Titel „bestes Produktbeispiel aus Bologna“ der Mortadella. In einigen Teilen Italiens wird die Wurst sogar einfach als Bologna bezeichnet.

Auch wenn Sie keine Wurst mehr mit dem Kopf des Premierministers in den Geschäften, Marktständen und Bars in Zentral-Bologna finden werden, bekommen Sie mit Sicherheit sehr viel Mortadella zu Gesicht. Ebenso Teller um Tel-

ler mit gefüllter Pasta – die größeren Tortelloni, die es auch mit anderen Füllungen gibt, sowie die traditionellen Tortellini. Die täglich stattfindenden Lebensmittelmärkte sind eine farbenfrohe Angelegenheit, weniger laut als die Märkte in anderen Städten, aber mit mehr als genug, um die Sinne zu beleben. Die hohen Gemüsetürme sind beispielsweise sehr eindrucksvoll. In Bologna wird Gemüse häufig mit Fleisch oder Semmelbröseln gefüllt als eine Beilage serviert, die nicht weniger sättigt als das Hauptgericht selbst.

In der Tat ist es ziemlich schwierig, ein kalorienarmes Gericht in der traditionellen bolognesischen Küche zu finden. Aus diesem Grund nimmt wahrscheinlich eine große Auswahl gemischter Salate viel Platz auf den Menükarten ein, besonders beim Mittagstisch. Eine traditionelle lokale Zwischenmahlzeit ist crescentine – sehr dünne Quadrate eines pizzähnlichen frittierten Teigs, der mit einer fantastischen Selektion von Salamis und kalten Fleisch- und Käsesorten der Region serviert wird. Dazu gehört auch der köstliche, aber orthografisch anspruchsvolle Weichkäse Squacquerone, der für gewöhnlich mit einer kleinen Schüssel frischer Rucola-Blätter gereicht wird. Trinken Sie dazu eine Flasche von dem regionalen Wein Sangiovese Superiore, der mit seinen Rivalen aus der benachbarten Toskana leicht mithalten kann.



Einkaufen in Bologna

Wenn Ihr Blick in die Schaufenster von Bologna fällt, werden Ihre Geschmacksknospen unter aller Garantie angesprochen werden. Denn sie ist nicht nur eine Stadt voller köstlicher Speisen, sondern weiß sich auch zu präsentieren. Essen einzukaufen, ist hier ein Genuss – ein wahres Fest für alle Sinne.

Delikatessen, Brot und Käse

Etwas, das Sie während Ihres Aufenthalts in Bologna unbedingt probieren müssen, sind die köstlichen selbst gemachten Tortellini. Einer der besten Orte, um sie zu kaufen, ist AF Tamburini (Via Caprarie 1). Die bolognesischen Einwohner, die keine Zeit haben, ihre eigenen herzustellen, sind froh über die frische Ware im Tamburini, denn sie wissen, dass sie der Qualität hier vertrauen können. Der Laden bildet in Sachen Gastronomie und Professionalität so etwas wie eine Legende in Bologna. Das Delikatessengeschäft gehört seit 1932 der Familie Tamburini, als die Brüder Angelo und Ferdinando es übernahmen. Heute ist Giovanni Tamburini der Mann der Stunde. Das ➔





Mortadella ist einer der Exportschlager der Stadt.
Oft wird sie sogar als „Bologna“ bezeichnet



Die bunte Auswahl von
Gemüse ist charakteristisch
für die Märkte

Selbstbedienungs-Restaurant mitten im Laden ist zur Mittagszeit immer überfüllt, und vor nicht allzu langer Zeit wurde eine Abteilung mit Weinbar eröffnet – komplett mit an Seilen baumelnden Schinken. [Mehr Informationen erhalten Sie unter +39 051 234 726 oder auf www.tamburini.bo.it.](#)

Ein anderes Familiengeschäft, in dem frische Pasta eine wichtige Rolle spielt, ist das Paolo Atti (Via Caprarie 7 & Via Drapperie 6). Seitdem Paolo die Bäckerei 1880 eröffnete, die bis heute viele Geschäftsstellen und Produkterweiterungen dazugewonnen hat, gehört sie bereits in fünfter Generation ein und derselben Familie. Damit ist es eines der erfolgreichsten historischen Geschäfte in Bologna. Heutzutage verkauft es neben dem sagenhaften Brot, Keksen und Kuchen auch frische Pasta und verfügt außerdem über eine Delikatessentheke von höchster Qualität. [Telefon +39 051 220 425 / +39 051 233 349 oder Internet www.pao-loatti.com.](#)

Sobald Sie den Brotkauf hinter sich gebracht haben, brauchen Sie natürlich auch den passenden Käse. Al Buon Formaggio (Via San Felice 56) liegt nahe dem Stadtzentrum, inmitten der ungewöhnlichen Boutiquen in der Via San Felice. Hier finden Sie alle erdenklichen Käsesorten der gesamten Halbinsel und darüber hinaus. Eine Spezialität, die sich zu kosten lohnt, ist der strenge und geschmacksintensive formaggio di fossa. Squacquerone auf der anderen Seite ist ein köstlich weicher und aromatischer Käse, der der Romagna entstammt. [Für mehr Informationen wählen Sie +39 051 552 009.](#)

Märkte

Während auf den Märkten von Bologna längst nicht so viel Marktgeschrei herrscht wie auf vielen anderen in Italien, sind sie visuell mehr als ansprechend. Der Mercato di Mezzo, der sich über ein Netzwerk von engen mittelalterlichen Gassen mitten im Zentrum der Stadt erstreckt (Via Drapperie, Vicolo Ranocchi und Via Pescherie Vecchie) erwacht jeden Tag als ein kunterbuntes Wirrwarr an Lebensmittelständen und -ständen. Reihen über Reihen mit glitzernden und saftigen Gemüsesorten und Früchten finden sich neben täglich frischem Fisch, Metzgereien und Käserien, frischer Pasta, Brot und Blumen. Wandern Sie einfach durch die Gassen und machen Sie sich keine Sorgen darüber, sich zu verirren – Sie befinden sich nie mehr als ein paar Meter vom Hauptplatz, der Piazza Maggiore, entfernt.

Alternativ können Sie den riesigen Hallenmarkt Mercato delle Erbe (Via Ugo Bassi 25) aufsuchen, der hier seit 1910 abgehalten wird. Es ist ein toller Ort, um einzukaufen, denn er verfügt über eine besonders große Auswahl an Frucht- und Gemüseständen. Käse-, Brot- und Fleischstände befinden sich in nächster Nähe. Den Fischhändlerständen, auf denen sich die Meeresfrüchte stapeln, ist ein angrenzender Bereich gewidmet. [Kontakt: +39 051 230 186.](#)

Wein und süße Sachen

Nachdem Sie Ihre Füße genug strapaziert haben, sollte Ihnen ein schönes Glas Wein helfen, sich wieder zu erholen. Und Bologna verfügt über viele Etablissements, in denen Sie mehr als genug davon bekommen können. Unter den zentral liegenden Weingeschäften und Weinbars kann Naso e Gola (Via Cesare Battisti 21) sich sehr gut behaupten. Der kleine Laden ist bis zum Rand mit Flaschen gefüllt. Am besten lassen Sie sich beraten oder holen zumindest Hilfe, wenn Sie eine bestimmte Flasche im Auge haben, da es sehr gut möglich ist, dass diese außer Reichweite liegt. Danach ist es an der Zeit, ein oder zwei Gläser zu genießen – vielleicht abgerundet durch einen kleinen Snack. Im hinteren Teil des Geschäfts gibt es mehr Platz, und abends spielt hier manchmal sogar eine Liveband. [Mehr Informationen unter +39 051 268 388.](#)

Sollten Sie sich eine Flasche gekauft haben, erstöbern Sie bei Augusto Pezzoli Enologia (Via S. Stefano 7) alles Erdenkliche, was Sie darüber hinaus für den Weingenuss benötigen. Dieser faszinierende Laden, kurz hinter Bolognas schönstem Platz, der Piazza S. Stefano, wurde 1848 gegründet. Wenn Sie Ihren Wein selbst herstellen, finden Sie hier das ganze Equipment, das Sie dafür brauchen. Der Bestand richtet sich aber nicht nur an Winzer – Sie können hier alles Mögliche kaufen: von Gläsern und Karaffen in allen Formen und Farben

über Korkenzieher, Thermometer und Eingießhilfen bis hin zu Zutaten für selbst gemachte Schnäpse, Konserven etc. Telefon + 39 051 233 823 oder im Internet unter www.paginegialle.it/pezzoli-02.

Wenn Sie kein ausgemachter Weinkenner sind, aber sich gerne etwas gönnen möchten, besuchen Sie das Billi (Via Pietro De Couberdin, 1). Diese Bar mit Kuchenladen am Fuße des Gefälles, das hoch zur Basilika San Luca führt, ist bei vielen Einheimischen der Startpunkt für den traditionellen Sonntagsspaziergang. Kommen Sie und kaufen Sie ein Panspaziale, das immer noch nach dem traditionellen Rezept von 1833 gebacken wird. Den Kuchen, auch bekannt als certosino, gibt es in verschiedenen Größen (12 € für einen 500 g großen Kuchen). Er wird in einer speziellen Geschenkbox gereicht, sodass Sie ihn wunderbar als Souvenir mit nach Hause nehmen können. Wenn Sie sich nicht sicher sind, fragen Sie, ob Sie ein Stück zum Probieren bekommen. Das Billi erreichen Sie unter + 39 051 614 6881.

Ein weiterer guter Ort für Leute mit einer Vorliebe für Süßes ist das Majani (Via de' Carbonesi 5). Bolognas angesehener Schokoladenproduzent verkauft heutzutage in großem Rahmen an kommerzielle Absatzmärkte, aber hier in Bologna ist die historische Schokoladen-Boutique immer noch sehr gefragt. Mit ihren antiken Holzschränken und einer exklusiven, fast museumhaften Atmosphäre lockt sie hartgesottene Schokoladenfans von überall an. Telefon + 39 051 234 302.

Kochkurse

Wenn Sie sich von den angebotenen Waren, die Ihnen auf Ihrer amüsanten Shoppingtour in Bologna begegnet sind, inspiriert fühlen, probieren Sie doch diese Kochschule aus: La Vecchia Scuola Bolognese auf der Via Malvasia 49 ist ein ausgezeichneter Ort, um Ihre Fähigkeiten in der Küche zu verbessern. Die Kurse gibt es in unterschiedlicher Länge – je nachdem, wie viel Zeit Sie mitbringen. Wenn Ihre Zeit begrenzt ist, ist der vierstündige generelle Einführungskurs in die Pastaherstellung wahrscheinlich genau das Richtige für Sie. Für nur 70 € bereitet Ihnen die Belegschaft außerdem ein fantastisches Mittagessen sowie einen herzhaften Pausensnack zu. Sie bekommen ein T-Shirt und ein Cap als Souvenir und erhalten praktische Einblicke in alle Arbeitsschritte, die hinter der Herstellung von traditionell bolognesischen Eiernudeln steckt. Das Wichtigste ist aber die freundliche und lustige Atmosphäre, und es gibt keinen Zweifel an der technischen Versiertheit von Alessandro, Alessandra und Stefania – das Familienteam, das die Kurse gibt. Für mehr Informationen und Buchung wählen Sie + 39 051 649 1576 oder besuchen Sie www.lavecchiascuola.com.

Unsere Lieblingsrestaurants in Bologna



Vito

Via Monte Albano, 5 (San Luca)
+39 051 437 711 www.vito.it
Dienstags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 50 €

Entweder Sie fahren mit dem Auto oder Sie betätigen sich sportlich und laufen den steilen überdachten Säulengang zur San Luca, Bolognas Basilika, auf der Hügelspitze hinauf und belohnen sich oben mit einer Pause in diesem einladenden Restaurant mit Bar. Ziehen Sie sich einen Stuhl an das gemütliche offene Feuer, oder entspannen Sie an einem der groben Holztische, um dabei die Menükarte zu studieren. Zu jedem der zahlreichen Gerichte gibt es ein paar Randbemerkungen, die auf die jeweiligen Besonderheiten hinweisen und darauf, welcher Wein oder welches Bier am besten dazu passt. Neben den traditionellen Speisen wie Lasagne (7 €) gibt es auch riesige Pizzen für zwei Personen (17 €), crostini (5,50 €), die nach Malern benannt sind (Tintoretto beispielsweise beinhaltet Ricotta und Pilze), große Salate (8,30 €) und Käse-Wein-Kombinationen (7,30 €) wie Grana Padana und Refosco. Außerdem werden auch Kuchen-Wein-Kombinationen vorgeschlagen – probieren Sie unbedingt den Mandelkuchen.

Ristorante Diana

Via Indipendenza 24
+ 39 051 23 13 02

♥ Essen für 2 Personen ab 60 €

Im Ristorante Diana zaubert Küchenchef Mauro Fabbri bereits seit 20 Jahren köstliche Spezialitäten, die typisch für die Emilia-Romagna sind. Hier werden leckere Antipasti, Tortellini in verschiedenen Variationen, Lasagne, Tagliatelle – alle von der sfoglia Luisa Lolli hergestellt – serviert. Zum Nachtisch lässt man sich hier einen Bologneser Strudel auf der Zunge zergehen. Siehe auch Seite 102/103.



Trattoria Da Vito

Via dei Musolesi, 9
+39 051 349 809
Mittwochs geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 40 €

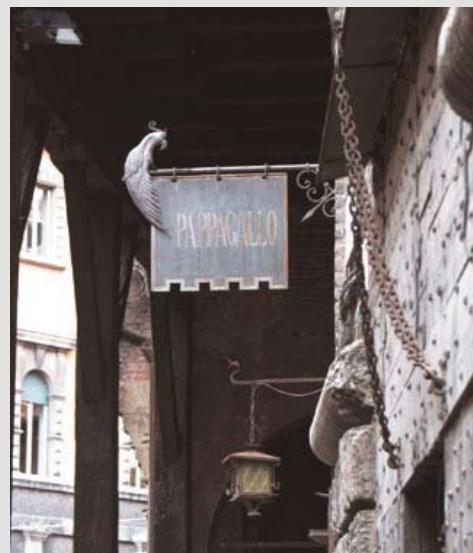
Diese beliebte und bodenständige Trattoria ist in der lokalen Kultur fest verankert und liegt nur wenige Meter außerhalb der Innenstadt. Reservieren Sie im Voraus oder machen Sie sich darauf gefasst, sich in die oftmals sehr lange Schlange hungriger Kunden vor dem Eingang einzureihen. Glücklicherweise hat die Küche abends lange geöffnet, und für das Essen lohnt es sich, zu warten – angefangen beim antipasto des Hauses: ein kalter Fleisch- und Käseteller, der mit einem köstlich warmen Croissant serviert wird. Sie finden hier alle traditionellen Pastagerichte, auch Lasagne (6,50 €) und gramigna alla salsiccia (mit einer Wurstsoße, 5,50 €). Als Hauptgericht sollten Sie stinco di maiale (Schweinshaxe) oder spezzatino (Eintopf mit Bohnen oder Kartoffeln) wählen. Verpassen Sie auch nicht die verdure AOP (aglio [Knoblauch], olio [Öl], peperoncino [Peperoncini]) – ein wundervoll gewürztes Gericht mit gemischtem Gemüse, Knoblauch und Chili-Pfeffer (2,50 €).

Da Bertino

Via Lame, 55
+39 051 522 230
Montagabends und sonntags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 55 €

Diese altmodische familiengeführte Trattoria besteht seit 1957 und ist in Bologna bekannt als der Ort für eine der traditionellen Spezialitäten der Stadt – gemischtes Kochfleisch. Tatsächlich kommt die Mehrzahl der Gäste von Zeit zu Zeit extra für carello dei bolliti con contorno e salsa verde (eine heiße Platte mit gekochtem Fleisch, Gemüse und grüner Soße, 13 €) hierher. Wählen Sie von der Platte, auf der Ihnen eine täglich wechselnde Auswahl an Huhn, Rind, Kalb, Schweinefuß, Zunge etc. angeboten wird. Doch selbst wenn Kochfleisch nicht das Richtige für Sie ist, wird Sie der Rest der Speisekarte mit Sicherheit nicht enttäuschen, auf der auch selbst gemachte tagliatelle alla bolognese (6,50 €), arrosti misti con contorno (gemischtes Bratfleisch mit Gemüse, 13 €) und Omelette (5 €) ihren Platz finden.



Trattoria Annamaria

Via Belle Arti, 17a
+39 051 266 894
Montags und dienstagmittags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 70 €

Gleich um die Ecke von Bolognas Stadttheater im Universitätsviertel liegt diese warme und einladende Trattoria, die von Studenten, Theatergängern und Stars der Bühne gleichermaßen aufgesucht wird. Die Wände sind von Autogrammen berühmter Kunden bedeckt. Noch wichtiger ist, dass Annamarias selbst gemachte Pasta sogar von Traditionalisten als die beste Bolognas bezeichnet wird. Versuchen Sie tortellini (12 €) oder passatelli (9,50 €) in brodo (Brühe), lasagne al forno (11 €) oder die tagliatelle al ragù (10 €). Der Rest der Speisekarte ist nicht weniger reizvoll – zu den Hauptgerichten gehören Lammbraten (agnello al forno, €12) oder Ente (10 €) und selbst gemachte Desserts, beispielsweise das fiordilatte della casa und die zuppa inglese (je 3,50 €). Halten Sie sich dafür auf jeden Fall einen Platz im Bauch frei.

Caminetto d'Oro

Via de' Falegnami, 4
+39 051 263 494 www.caminettodoro.it
Dienstagabends und mittwochs geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 100 €

Das Caminetto d'Oro liegt ganz in der Nähe der Haupteinkaufsstraße, wird von Paolo Carati geführt und ist weit und breit als eines von Bolognas besten Restaurants bekannt. Die Speisekarte ist saisonabhängig und sehr kreativ – mit einer Betonung auf die Qualität der Zutaten und die Ausweitung ihrer Herkunft, sofern möglich. Die Auswahl rangiert von traditioneller Kost, beispielsweise tagliatelle tradizionali alla bolognese con ragù (12 €) bis hin zu köstlichen und einfallreichen Kombinationen wie ravioli alla ricotta di capra con il salame (Ziegenkäse-Ricotta-Ravioli mit Salami, 14 €). Vegetarier werden mit Gerichten wie tortino di patate con funghi porcini (Kartoffel-Steinpilz-Auflauf, 18,50 €) versorgt, und es gibt zusätzlich eine interessante Auswahl an Käse mit abgestimmten Marmeladensorten (12 €).

Pappagallo

Piazza Mercanzia, 3
+39 051 232 807
Sonntags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 120 €

Das Pappagallo befindet sich in einem historischen Palazzo, der nur wenige Meter von den beiden Türmen – den Wahrzeichen der Stadt – entfernt liegt. Es ist eines der exklusivsten Restaurants in Bologna. Sie werden hier mit Sicherheit nur den besten Service und das exquisitestes Essen vorfinden. Auf der Speisekarte steht immer eine gute Auswahl an Fischgerichten sowie die üblichen Favoriten der bolognesischen Küche, beispielsweise tagliatelle al ragù (12 €). Die Antipasti, zu denen manchmal auch Gänseleberpastete (fegato d'oca, 16 €) oder Schwertfisch mit Rucola (pesce spada con rucola, 15 €) zählen, werden wunderschön dekoriert, genau wie die Desserts: zum Beispiel die verführerisch leckere Schokoladen-Joghurt-Mischung, cuore tenero al cioccolato con mousse di yogurt (10 €).



Da Fantoni

Via del Pratello, 11A
+39 051 236 358
Montagabends und sonntags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 40 €

Eine Tour entlang Bolognas zentralen Restaurants ist nicht komplett ohne einen Besuch in der Via del Pratello, auch wenn viele der Tavernen und Gaststätten sich heutzutage mehr dem Trinken als dem Essen verschrieben haben. Die Straße ist ein Magnet für hauptsächlich – aber mitnichten exklusiv – junge Leute, die abends mit ihren Freunden ausgehen möchten. Das Da Fantoni liegt am Anfang der Straße und sieht mit seinen rot-weiß-karierten Tischdecken und den täglich handgeschriebenen Menükarten schon von Weitem wie eine Trattoria aus, die sogleich freundlich und einladend wirkt. Buchen Sie einen Tisch im Voraus, wenn Sie am Abend kommen möchten, denn sonst müssen Sie aller Wahrscheinlichkeit nach warten. Die selbst gemachte Pasta ist eine Spezialität – probieren Sie unbedingt maccheroncini alla norma (Pasta in Auberginen-Soße, 6 €).



Trattoria da Gianni

Via Clavatura, 18
+39 051 229 434
Sonntagabends und montags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 70 €

Die Trattoria da Gianni liegt in einer winzigen Gasse in der Nähe des Hauptplatzes und bietet professionellen Service und großartiges Essen in einer entspannten und freundlichen Atmosphäre. Wählen Sie aus der Karte, die sich nach den Jahreszeiten richtet, aber auch alle typischen bolognesischen Gerichte sowie ein paar interessante Variationen für Sie bereithält. Eine wunderbare Vorspeise ist spuma di mortadella e crostini (eine käsiges Mortadella-Paste mit Toast, 7 €), während taglioline al prosciutto (8 €) eine gute Wahl für den Pastagang darstellen. Beim Hauptgericht können Sie sich mit einer Scheibe der aromatischen lokalen Wurst, die in Balsamicoessig mariniert und dann gegrillt wird (mortadella alla griglia con aceto balsamico, 8 €) ebenfalls für das Mortadella-Thema entscheiden. Dazu passen sehr gut friggione bolognese (in der Pfanne frittierte Tomaten und Zwiebeln, 5 €) als Beilage.



Teresina

Via Oberdan, 4
+39 051 228 985
Sonntags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 70 €

Die schlichte, handgeschriebene Karte vor der Tür vermittelt Ihnen schon einen ersten Eindruck von der angenehmen Atmosphäre, die Ihnen in dieser zentral gelegenen Trattoria entgegen-schlägt. Mit Blick auf die Lieferbarkeit frischer Produkte wird sie täglich geändert. Viele der angebotenen Speisen sind traditionell bolognesisch, dennoch gibt es auch zahlreiche Alternativen und eine große Auswahl an Meeresfrüchten, die täglich aus der naheliegenden Adria bezogen werden. Passatelli in brodo di pesce (Parmesan und Semmelbrösel-Pasta in Fischbrühe, 10 €) stellt beispielsweise eine Abwechslung zu der für gewöhnlich auf Fleisch basierenden Brühe dar. Fleischliebhaber werden von der Schweinshaxe mit Kartoffelpüree beeindruckt sein (stinco di maiale con purè, 13 €), und Vegetarier können sich für die gegrillten Steinpilze (funghi porcini alla griglia, 15 €) entscheiden.

‘’Bologna – auch „la grassa“ genannt – ist stolz auf ihre gastronomische Reputation.’’



Chet Baker

Via Polese, 7A
+39 051 223 795 www.chetbaker.it
Sonntags geschlossen

♥ Essen für 2 Personen ab 75 €

Im Chet Baker trifft der New Yorker Jazzclub auf die traditionelle und einfache bolognesische Trattoria – mit einem Resultat, das sich wirklich sehen lassen kann! Als Jazzclub ist es ein zentraler Ort für die besten Künstler aus den USA und Europa, und als Trattoria hält es die kulinarischen Standards von Bologna eindrucksvoll in die Höhe. Sie können sich entscheiden, ob Sie im Erd- oder im Untergeschoß nahe der Bühne essen möchten – in jedem Fall ist es ratsam, einen Tisch vorzubestellen, wenn ein Programm für den Abend angekündigt ist. Auf der Internetseite finden Sie dazu mehr Informationen. Zu den vielfältigen Pastagerichten (8,50 €) gehören tortelli in brodo und ravioli di zucca con ragù bianco di pancetta (mit Kürbis gefüllte Ravioli in einer Schinkensoße). Stufato di capriolo (Wildreindopf) mit Polenta (20 €) oder gegrilltes Filetsteak mit Balsamicoessig (15 €) sind eine sehr gute Wahl für einen herzhaften Hauptgang.



So schmeckt die **Emilia-Romagna**

Kaum eine andere Region ist so reich an Spezialitäten. Hier sind Parmaschinken, Parmigiano Reggiano und die berühmten Tagliatelle zu Hause.

Piadine

Piadine

35
MINUTEN

FÜR 6 PERSONEN

♥ Vorbereitung 20 Minuten zzgl. Ruhezeit
♥ Kochzeit 15 Minuten

- 500 g Mehl
- 100 g Schweineschmalz
- 15 g Trockenhefe
- 220 ml lauwarme Milch
- Natives Olivenöl extra
- Salz

Nach Wahl

- Parmaschinken
- Mortadella
- Mozzarella
- Parmesan
- Tomate
- Rucola

1 Mehl auf die Arbeitsfläche geben und in der Mitte eine Mulde formen. Schmalz, Hefe, 1 TL Salz und Milch zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen, mit einem feuchten Tuch abdecken und 1 Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2 Den Teig noch mal kurz durchkneten, dann in 6 Portionen teilen und zu dünnen Fladen (ca. 25 cm Durchmesser) ausrollen. Eine Pfanne mit etwas Öl einreiben, diese stark erhitzen, dann die Temperatur etwas runterschalten. Nach und nach die Piadine von beiden Seiten 4–5 Minuten knusprig anbraten. Sollten dicke Blase entstehen, diese anpicken.

3 Piadine auf Teller geben, vierteln und nach Geschmack zum Beispiel mit Parmaschinken, Tomate, Mozzarella und Rucola oder Mortadella und Parmesan belegen.

TIPP: Probieren Sie als dolce eine süße Piadina mit Nougatcreme. Sehr lecker!



Gebratene Weißbrotscheiben mit Parmaschinken

50
MINUTEN

Fritto alla Garisenda

FÜR 6 PERSONEN ♥ Vorbereitung 25 Minuten ♥ Kochzeit 25 Minuten

- 24 Scheiben Kastenweißbrot
- 150 g Parmaschinken
- 150 g Parmesan, in dünnen Scheiben
- 3 Eier, verquirlt
- 150 ml Milch
- 150 g Semmelbrösel
- 100 g Butter

1 Die Brotscheiben von der Rinde befreien. Mit einem kleinen runden Glas Brotkreise von etwa 5 cm ausstechen. Zwischen 2 der Kreise jeweils 1 Scheibe Schinken und etwas Käse legen, sodass nichts davon über die Ränder hinausragt. Die Brotscheiben fest zusammendrücken, kurz in die Milch, danach in die verquirlten Eier tauchen und in den Semmelbröseln wenden. Ein weiteres Mal in die Eier tunken und in den Semmelbröseln wenden. Die Ränder fest zusammendrücken.

2 Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Brote darin von beiden Seiten knusprig anbraten. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und servieren.



Kalbsschnitzel nach Bologneser Art

Cotolette alla bolognese

45
MINUTEN

FÜR 4 PERSONEN ❤️ Vorbereitung 20 Minuten ❤️ Kochzeit 25 Minuten

- 4 dünne Kalbsschnitzel
- 4 Scheiben Parmaschinken
- 80 g Parmesan, in dünnen Scheiben
- 1 Ei
- Etwas Mehl
- 100 g Semmelbrösel
- 100 g Butter
- 150 ml passierte Tomaten
- 100 g Fleischbrühe
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Das Ei in einer flachen Schale mit einer Prise Salz verquirlen. Die Schnitzel ggf. etwas flach klopfen, salzen, pfeffern, in Mehl wenden, dann in das Ei tauchen und anschließend in den Semmelbröseln wenden. Diese gut andrücken.

2 Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Schnitzel darin von beiden Seiten goldbraun und knusprig anbraten. Das

Fleisch in einem Schmortopf nebeneinander anordnen, jeweils mit einer Scheibe Parmaschinken und Parmesanscheiben belegen.

3 Passierte Tomaten und Fleischbrühe vermischen, pfeffern und in den Topf zu dem Fleisch geben. Abdecken und ca. 15 Minuten bei schwacher bis mittlerer Hitze garen, bis der Käse geschmolzen ist. Umgehend servieren.



Tagliatelle-Torte

Torta di tagliatelle

100
MINUTEN

FÜR 6-8 PERSONEN ❤️ Vorbereitung 60 Minuten ❤️ Backzeit 40 Minuten

Für den Teig

- 300 g Weizenmehl zzgl. Mehl für die Form
- 2 Eigelb
- 150 g Butter zzgl. Butter für die Form
- 1 EL Marsala
- 100 g Zucker

Für die Füllung

- 100 g Mandeln, geschält, geröstet
- 100 g Zucker
- 6 EL Bittermandellikör

Für die Tagliatelle

- 100 g Weizenmehl
- 1 Ei

1 Das Mehl für den Teig aufhäufen, in der Mitte eine Mulde formen. Die restlichen Teigzutaten (bis auf Mehl und Butter für die Form) hineingeben und kurz durchkneten. Auf die Größe der gewünschten Tortenform ausrollen.

2 Mandeln fein hacken, mit 1 EL Bittermandellikör und dem Zucker für die Füllung vermischen.

3 Für die Tagliatelle das Mehl mit dem Ei lange und gründlich verkneten. Den Teig hauchdünn ausrollen und in feine Streifen schneiden.

4 Den Backofen auf 150 Grad/Gas Stufe 2 vorheizen. Die Tortenform mit Butter einfetten und bemehlen, den Teig hineinlegen. Die Mandelmasse darauf verteilen, die Tagliatelle locker darüberlegen. Die Torte etwa 40 Minuten backen, mit dem restlichen Bittermandellikör beträufeln und servieren.

TIPP: Wenn Sie keine geschälten Mandeln bekommen, können Sie diese auch ganz leicht selbst von der Schale entfernen. Dazu die Mandelkerne kurz in kochendes Wasser geben. Dann herausnehmen und ganz einfach aus der Schale herauspressen.

Balsamico

Aceto

Der dunkelbraune Weinessig aus der Emilia-Romagna schmeckt nicht nur hervorragend zum Salat, er peppt auch Pasta, Fleisch, Fisch und Süßspeisen gekonnt auf.



Auberginensalat mit Balsamico

Insalata di melanzane all'aceto balsamico

FÜR 2 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten
♥ Backzeit 20 Minuten

30
MINUTEN

- 2 Auberginen, ungeschält, gewürfelt
- 250 g Kirschtomaten, halbiert
- 2 EL natives Olivenöl extra

Für das Dressing

- 1 Zwiebel, geschält, fein gewürfelt
- 4 EL Aceto Balsamico
- 1/2 TL flüssiger Honig
- 1 TL Senf
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Wasser
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Die Auberginen in eine Schüssel geben, salzen, pfeffern und 2 EL Olivenöl zugeben, alles gut vermischen. Ein Backblech mit Papier auslegen und die Auberginenstücke darauf verteilen. In den Ofen geben und 15–20 Minuten backen, bis sie leicht gebräunt sind. Nach 10 Minuten die Kirschtomaten ebenfalls auf das Backblech legen.

2 Währenddessen alle Zutaten für das Dressing vermischen. Auberginen und Tomaten aus dem Ofen nehmen und mit dem Dressing vermischen. 30 Minuten ziehen lassen und servieren.



Foto: Frauke Antholz



In Balsamico geröstete Bratwurst

Salsiccia arrosto all'aceto balsamico

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten
♥ Kochzeit 35 Minuten

45
MINUTEN

- 8 Bratwürste (oder Salsiccia)
- 3 rote Paprika, entkernt, in Stücke geschnitten
- 3 rote Zwiebeln, geschält, in Spalten geschnitten
- 2 EL Aceto Balsamico
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 250 g Kirschtomaten
- Einige Zweige Thymian
- 1 EL flüssiger Honig

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Zwiebeln und Paprika in eine ofenfeste Form legen, mit Olivenöl und Balsamico beträufeln und gut würzen. 10 Minuten rösten.

2 Würste, Kirschtomaten und Thymian mit in die Form legen, mit Honig beträufeln und für ca. 25 Minuten in den Ofen geben. Zwischendurch die Würste einmal wenden, sodass sie golden und knusprig werden. Mit etwas knusprigem Brot servieren.



Fotos: Frauke Antholz



Balsamico-Bratkartoffeln

Patate arrosto all'aceto balsamico

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten
♥ Kochzeit 20 Minuten

30
MINUTEN

- 1 kg kleine, festkochende Kartoffeln
- 1 TL flüssiger Honig
- 5 EL Aceto Balsamico
- Blätter von 1/2 Bund Basilikum, gehackt
- Natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Kartoffeln in Salzwasser kochen, schälen und abkühlen lassen. Honig und Balsamico in einem Topf erhitzen und 1 Minute einkochen lassen.

2 Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Kartoffeln darin goldbraun anrösten, salzen und pfeffern. Die Balsamico-Mischung dazugeben und die Kartoffeln darin schwenken. Gehackten Basilikum darüberstreuen, erneut durchschwenken und mit Gemüse nach Wahl und/oder Fleisch, zum Beispiel Lamm, servieren.

15
MINUTEN

Balsamico-Sahne-Farfalle

Farfalle con panna ed aceto balsamico

FÜR 2 PERSONEN

♥ Vorbereitung

5 Minuten

♥ Kochzeit

10 Minuten

- 250 g Farfalle
- 1 rote Paprikaschote, entkernt, gewürfelt
- 1 EL Aceto Balsamico
- 1 EL Sahne
- 1 Zwiebel, geschält, gewürfelt
- Natives Olivenöl extra
- Salz und Cayennepfeffer

1 Die Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen.

2 In der Zwischenzeit Paprika- und Zwiebelwürfel bei mittlerer Hitze in etwas Olivenöl anbraten. Mit Balsamico ablöschen und etwas einreduzieren lassen. Sahne zugeben, kurz köcheln lassen, mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

3 Die Pasta abgießen und mit der Soße vermischen. Auf Teller verteilen und sofort servieren.





35
MINUTEN

Rinderfilet mit Balsamico-Pilzen

Filetto di manzo con funghi all'aceto balsamico

FÜR 2 PERSONEN

♥ Vorbereitung

15 Minuten zzgl.

Marinieren

♥ Kochzeit

20 Minuten

- 400 g Rinderfilet
- Nadeln von 1 Zweig Rosmarin, gehackt
- 1 Knoblauchzehe, geschält, zerdrückt
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Butter
- 200 g gemischte Pilze nach Wahl
- 200 ml Rinderfond
- 1 TL Aceto Balsamico
- Meersalz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Das Fleisch mit 1 EL Olivenöl, Rosmarin und Knoblauch einreiben und für mindestens 1 Stunde, am besten aber über Nacht, in den Kühlschrank stellen. Das Fleisch herausnehmen und warten, bis es Raumtemperatur erreicht hat.

2 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Eine ofenfeste Pfanne erhitzen, bis sie ganz heiß ist. Den Großteil an Knoblauch und Rosmarin vom Fleisch abtupfen, mit Meersalz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer würzen. Von allen Seiten scharf anbraten, bis das Fleisch dunkel ist, insgesamt ca. 5 Minuten. Die Pfanne in den Ofen stellen und das Fleisch 10 Minuten lang garen, bis es medium ist. 15 Minuten stehen lassen, den austretenden Saft aufbewahren.

3 Während das Fleisch ruht, die Pilze sautieren. Dazu 1 EL Butter und das restliche Öl in einer Pfanne erhitzen, dann die Pilze und reichlich Salz und Pfeffer hineingeben. Goldbraun anbraten und in eine Schüssel geben.

4 Den Fond in die Pilzpfanne geben und zu 2/3 reduzieren lassen. Die Pilze und den Balsamico hineingeben, dann die restliche Butter zufügen und darin schmelzen. Den Fleischsaft ebenfalls zugeben, nach Geschmack würzen und warm halten. Das Rindfleisch in dicke Scheiben schneiden, Pilze und Soße darübergeben und nach Wahl mit Kartoffeln oder Reis servieren.



Hühnchen in Balsamico-Orangen-Rosmarinsoße

Pollo all'aceto balsamico, arancia e rosmarino

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten
♥ Kochzeit 20 Minuten

30
MINUTEN

- 4 Hühnerbrustfilets
- 2 EL Olivenöl
- 3 EL Aceto Balsamico
- 150 ml frisch gepresster Orangensaft
- 150 ml Hühnerbrühe
- 2 TL Rosmarinnadeln, gehackt
- 1 TL brauner Zucker
- 1 Butterflocke
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zum Garnieren

- Orangenstücke
- Frische Rosmarinzweige

1 Die Fleischstücke zwischen 2 Klarsichtfolienstücke legen und mit einer Pfanne flach klopfen. Aus der Folie nehmen und von beiden Seiten pfeffern. Das Öl in einer Pfanne bei mittlerer Temperatur erhitzen, dann die Hühnchen 5 Minuten lang anbraten, zwischendurch einmal wenden.

2 2 EL Balsamico über dem Fleisch verteilen, Orangensaft und Brühe in die Pfanne geben, Rosmarin und Salz darüberstreuen. Das Ganze zum Kochen bringen, die Temperatur herunterschalten und 5 Minuten köcheln, bis das Fleisch zart ist, die Soße immer wieder über das Fleischträufeln, zwischendurch einmal wenden.

3 Zucker, Butter und den restlichen Essig unterrühren, einige Minuten brutzeln, bis die Soße schön glänzend ist.

4 Die Hühnchen auf Teller geben, die Soße darüber verteilen, mit Orangenstückchen und Rosmarinzweigen dekorieren und zum Beispiel mit etwas Reis und/oder grünem Salat servieren.

Foto: Frauke Antholz





In Balsamico eingekochter Lachs mit Zuckerschoten

*Salmone marinato
all'aceto balsamico*

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten zzgl. Marinieren
♥ Kochzeit 10 Minuten

20
MINUTEN

- 500 g Lachsfilet, ohne Haut
- 3 EL Aceto Balsamico
- 1 EL Sojasoße
- 3 EL brauner Zucker
- Saft und Abrieb von 1/2 Limette
- 2 EL Koriandersamen, leicht zerdrückt
- 2 kleine Schalotten, geschält, in dünne Scheiben geschnitten
- 200 g Zuckerschoten

1 Balsamico, Sojasoße, brauen Zucker, Limettenabrieb und Koriandersamen in einer Schüssel verrühren, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Den Fisch in eine flache Schale geben und mit der Hälfte der Marinade begießen. Für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.

2 Die Schalotten 30 Minuten lang in dem Limettensaft ziehen lassen. Die Zuckerschoten 1–2 Minuten in Salzwasser blanchieren, dann in Eiswasser abkühlen. Abgießen, trocken tupfen und auf Tellern arrangieren.

3 Den Lachs 6–7 Minuten grillen, bis er fast durch ist. Den Fisch in Stücke teilen und auf die Zuckerschoten geben, die Schalotten darüber verteilen. Die restliche Marinade darüberträufeln und servieren.



Geröstete Schalotten mit Oliven, Lorbeer und Balsamico

Scalogni arrosto con olive, alloro ed aceto balsamico

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 15 Minuten
♥ Kochzeit 30 Minuten

45
MINUTEN

- 500 g Schalotten
- 4 Lorbeerblätter
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 2 EL Aceto Balsamico
- 1 Handvoll schwarze Oliven, entsteint
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Ofen auf 200 Grad/Gas Stufe 6 vorheizen. Die Schalotten mit kochendem Wasser übergießen, 5 Minuten stehen lassen, abgießen und schälen.

2 Die Schalotten in eine flache, ofenfeste Form legen und alle anderen Zutaten bis auf die Oliven dazugeben. Alles gut vermischen.

3 30–35 Minuten (ohne Deckel) im Ofen backen, zwischen durch einmal durchmischen und die Oliven zugeben. Mit knusprigem Brot und/oder Fleisch nach Wahl, zum Beispiel Schweinefilet, servieren.

Fotos: Frauke Antholz

70
MINUTEN

Balsamico-Linsen mit Salsiccia

Lenticchie all'aceto balsamico con salsiccia

FÜR 4 PERSONEN
♥ Vorbereitung

20 Minuten

♥ Kochzeit

50 Minuten

- 300 g Salsiccia
- 150 g braune Linsen
- 3 Frühlingszwiebeln, gewaschen, in Ringe geschnitten
- 150 g Kirschtomaten, geviertelt
- 2 Knoblauchzehen, geschält, fein gehackt
- 1 Karotte, geschält, gewürfelt
- 2 Stangen Staudensellerie, geschält, gewürfelt
- 1 rote Zwiebel, geschält, in Ringe geschnitten
- 2 EL Tomatenmark
- 1 kleine rote Chilischote, entkernt, in Ringe geschnitten
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 1/8 l trockener Weißwein
- 1/2 l heiße Gemüsebrühe
- 2 EL Aceto Balsamico
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 2 EL Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Frühlingszwiebeln, Karotte, Sellerie, Zwiebel, Kirschtomaten, Knoblauch und Chili hineingeben und anbraten. Tomatenmark zugeben und vermischen. Die Linsen zugeben, verrühren, Wein und Brühe zugießen. Bei schwacher Hitze ca. 40 Minuten köcheln, bis die Linsen al dente sind.

2 In der Zwischenzeit die Salsiccia häuten und in kleine Stücke schneiden. 1 EL Olivenöl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Die Wurst und die Zwiebel darin goldbraun anbraten.

3 Wenn die Linsen al dente sind, den Balsamicoessig unterrühren. Das Ganze mit der Salsiccia vermischen, nach Geschmack salzen und pfeffern und servieren.

TIPP: Salsiccia ist eine pikant gewürzte italienische Wurst. Je nach Region wird sie aus verschiedenen Fleischsorten und verschiedenen Kräutern hergestellt. Erhältlich ist sie im italienischen Feinkostladen oder z. B. unter www.gustini.de.





Rote Bete mit Balsamico und Ziegenkäse

Barbabietola all'aceto balsamico e pecorino

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten zzgl. Kühlzeit
♥ Kochzeit 5 Minuten

15
MINUTEN

- 300 g gekochte Rote Bete aus dem Glas (nicht die in Essig eingelegten)
- 3 EL Aceto Balsamico
- 2 EL natives Olivenöl extra
- Nadeln von 2 Zweigen Rosmarin
- 1 Knoblauchzehe, geschält, gehackt
- 80 g krümeliger Ziegenkäse
- 1 TL Sesamkörner (in einer Pfanne ohne Öl geröstet)
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Rote-Bete-Kugeln je nach Größe halbieren oder vierteln. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Rote Bete, Knoblauch und Rosmarin zugeben und für 2-3 Minuten sautieren.

2 Den Balsamico zugeben, würzen und 1-2 Minuten weiter köcheln, bis die Flüssigkeit sirupartig geworden ist.

3 Die Rote Bete in eine Schüssel geben, abdecken und kühl stellen. 30 Minuten vor dem Servieren aus dem Kühlschrank nehmen, den Ziegenkäse darüberkrümeln, die Sesamkörner darauf verteilen und servieren.

Weisse Schoko-Basilikum-Creme mit Balsamico-Erdbeeren

Crema di cioccolato e basilico con fragole all'aceto balsamico

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 20 Minuten zzgl. Kühl- und Ziehzeit
♥ Kochzeit 10 Minuten

30
MINUTEN

- 250 ml Sahne
- 1 Bund Basilikum, Blätter und Stiele zerkleinert
- 300 g weiße Schokolade von guter Qualität, fein gehackt
- 50 g brauner Zucker
- 2 EL Aceto Balsamico
- 250 g Erdbeeren, halbiert

Zum Dekorieren

- Einige Basilikumblätter

1 Die Sahne in einen Topf geben, die zerkleinerten Basilikumblätter und -stiele zugeben. Das Ganze bei mittlerer Hitze köcheln, von der heißen Herdplatte nehmen und 5 Minuten ziehen lassen. Basilikum entfernen und die Sahne erneut aufkochen lassen.

2 Die Sahne vom Herd nehmen und sofort die gehackte Schokolade hineingeben. Einige Minuten stehen lassen, damit die Schokolade schmelzen kann, im Kühlschrank auskühlen lassen, dann das Ganze cremig rühren. Die Mischung in 4 Serviergläser füllen und mindestens 1 Stunde kalt stellen.

3 Zucker, Balsamico und 2 EL Wasser in einem kleinen Topf bei mittlerer Temperatur erhitzen, kontinuierlich rühren, bis der Zucker sich aufgelöst und die Mischung sich zur Hälfte reduziert hat und ein klebriger Sirup entstanden ist (ca. 5 Minuten). Die Mischung abkühlen lassen und über die Erdbeeren geben. 1 Stunde ziehen lassen.

4 Die Balsamico-Erdbeeren auf die Creme setzen, mit Basilikum dekorieren und servieren.

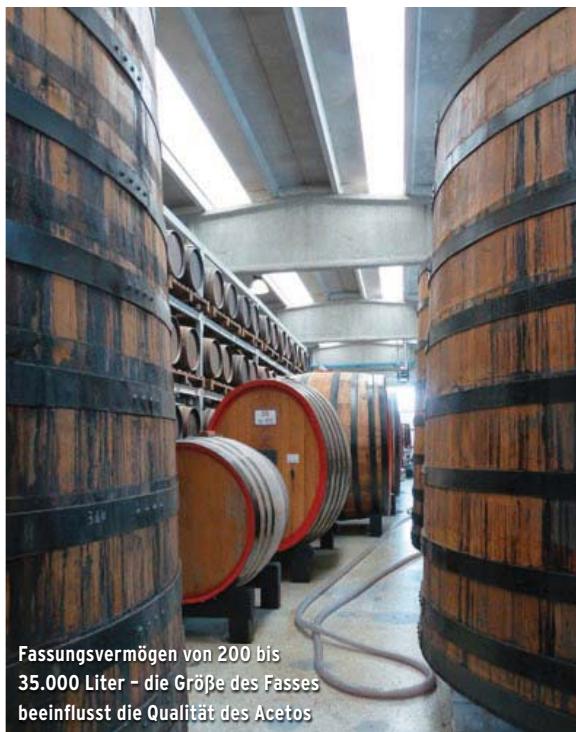


Das Schwarze Gold

von Modena

Obwohl er bereits seit Hunderten Jahren hergestellt wird, entwickelte sich der Aceto Balsamico di Modena erst in den 1980ern zum Exportschlager. Lesen Sie, wie aus einer Medizin des italienischen Adels ein echter Schatz für alle Genießer dieser Welt wurde.





Italien, ein Land voller Stolz auf die eigene Tradition, Kultur und Kulinarik. Nur mit dem Geschäftssinn soll es zuweilen hapern. Anders ausgedrückt, sah man scheinbar im Land des Weines die Rebe vor lauter Trauben nicht. Genauer gesagt, was man mit der Weinfrucht noch so alles Schmackhaftes herstellen kann. Anders ist es nicht zu erklären, dass der weltweite Siegeszug des Aceto Balsamico di Modena aus

der Emilia-Romagna erst in den 1980ern begann. Nachdem vor 30 Jahren das Schwarze Gold von Modena auch außerhalb Italiens entdeckt worden war, wurde im Eiltempo die Produktion der steigenden Nachfrage mit immer besseren Produkten angepasst. Heute machen Italiener, Deutsche oder Engländer schon längst nicht mehr nur ihren Salat mit „Aceto“ an, sondern wissen mit dem Balsamessig auch Gemüse, Käse, Fleisch und sogar Süßspeisen zu verfeinern.



Das Weinblatt-System

Um die unterschiedlichen Qualitäten des nach traditionellem Verfahren produzierten Aceto Balsamico Tradizionale di Modena (nur mit Traubenmost und Weinessig) auf dem Markt einheitlich bewerten zu können, hat die Vereinigung der italienischen Balsamicoverkoster (Assaggiatori Italiani Balsamico, AIB) ein Weinblatt-System mit verschiedenfarbigen Signeten eingeführt.

Ein Weinblatt – Der Typische: Harmonisch säuerlich im Geschmack, eignet sich hervorragend für Salatdressings im täglichen Gebrauch.

Zwei Weinblätter – Der Reife: Der weichere und weniger scharfe Geschmack ist ideal zum Abrunden von Marinaden und warmen Gemüsegerichten und Grilladen.

Drei Weinblätter – Der Feine: Harmonisch rund und vollmundig würzig, verfeinert er gebratenes Fleisch und Fisch sowie warme Soßen.

Vier Weinblätter – Der Edle: Sein vollendetes Geschmack ist das Ergebnis erlesener Trauben und einer langen Reifung. Ideal für exklusive Rezepte mit Früchten, Eis oder Parmesan.



Wohlschmeckende Medizin als Mitgift

Wie der süßsaurere Essig einmal entstand, ist nicht genau überliefert. Vermutlich wurde der erste Balsamico zufällig aus einem Rest Traubenmost hergestellt, nachdem man ihn in einem Gefäß monatelang vergessen hatte. Bereits die alten Römer hatten Most aus lange gekochten Trauben zum Süßen von Speisen verwendet. In historischen Aufzeichnungen wurde der „viel gelobte Essig“ erstmals im Jahr 1046 in der Biografie der Markgräfin Mathilde von Canossa erwähnt. Man sagte dem süßen Trank mit dem goldbraunen Teint nicht nur einen hervorragenden Geschmack, sondern auch eine heilende Wirkung nach. Die schöne Renaissancefürstin Lucrezia Borgia soll Anfang des 16. Jahrhunderts Aceto Balsamico geschlürft haben, um sich von den Schmerzen der Niederkunft zu erholen, während Herzog Franz IV. von Modena stets einige Ampullen mit sich führte, um die Beschwerden zu lindern, die ihm ein Magengeschwür bereitete. Bis ins 20. Jahrhundert blieb der Balsamessig ein Privileg des Adels und Bestandteil herrschaftlicher Tafeln – vor allem in der Region Emilia-Romagna. In Aussteuerlisten des 19. Jahrhunderts ist immer wieder „Aceto“ zu finden. Und noch heute ist es bei Hochzeiten wohlhabender emilianischer Familien Brauch, der Braut eine Bottiglietta Aceto Balsamico Tradizionale di Modena als Mitgift zu übereignen.

Die dunkle, sirupartige Flüssigkeit, die heute beim Italiener auf dem Tisch neben der Flasche nativem Olivenöl steht, darf allerdings weder mit dem Aceto Balsamico Tradizionale verglichen noch so benannt werden. Denn auf „Tradizionale“ folgte „Industriale“ – erst die industrielle Herstellung machte den Siegeszug des Schwarzen Golds von Modena möglich. Während vom Aceto Balsamico Tradizionale di Modena durch die noch



immer einzigartige Herstellung auf den Dachböden herrschaftlicher italienischer Villen (siehe Kasten) jährlich nur 10.000 Liter auf den Markt kommen, liegt die industrielle Produktion des „Consorzio Aceto Balsamico di Modena“ bei etwa 65 Millionen Liter. Folglich veränderten sich durch die Kommerzialisierung auch Geschmack und Konsistenz. Will ein Feinschmecker keinerlei künstliche Zusatzstoffe in seinem Aceto haben, ist beim Kauf ein genauer Blick auf das Etikett Pflicht. Denn das von der EU seit 2009 schützende I.G.P.-Signet „Indicazione Geografica Protetta“ des Konsortiums der Balsamicoproduzenten aus Modena bescheinigt lediglich die Herkunft aus der Emilia-Romagna. Zusätze zu den traditionellen Inhalten – dunkler, gekochter Traubenmost und klarer Weinessig – sind durchaus erlaubt. So enthält der Aceto Balsamico di Modena im Supermarkt häufig unter anderem die Lebensmittelfarbe E150 und erfüllt nicht immer den vom Konsortium festgelegten Mindestsäuregehalt von sechs Prozent – ist aber auch entsprechend günstiger.

Von der ursprünglichen Herstellung bis zur Gewürzsoße

Doch auch der Unterschied im Geschmack ist eindeutig. Und so lassen die Gaumen echter Feinschmecker auf die „Aceto“-Sorten, die nach traditionellem Verfahren und ohne jegliche Zusatzstoffe hergestellt werden, nichts kommen. Dieser Aceto Balsamico di Modena wird ausschließlich mit spätgelesenen Trauben aus der Emilia-Romagna hergestellt – meistens Trebbiano, durchtränkt von der Sonne Italiens und den Aromen des Bodens. Nach der Ernte werden die Trauben schonend gepresst. Ein Verschnitt aus eingekochtem und konzentriertem Traubenmost und parallel hergestelltem Weinessig wird in Holzfässern gelagert. Seine schwarze Farbe erhält der zusatzstofffreie Aceto Balsamico di Modena übrigens durch das Einkochen des Mosts von hellen Trauben. Ist der Balsamicoessig hell, wurde der Traubenmost lediglich konzentriert und darf nur „Condimento Bianco Modena“ genannt werden. Eine Gewürzsoße also, die sich unübersehbar von der ursprünglichen Herstellung des Aceto Balsamico verabschiedet hat. Beim traditionellen Produktionsverfahren bestimmen der Mostgehalt, die Größe des Fasses und die Dauer der Reifung darin die Qualität des fertigen Produkts: Je höher der Mostgehalt (bis zu 50 Prozent), kleiner das Fass und länger der Entstehungsprozess, desto erlesener der Geschmack. Um die unterschiedlichen Qualitäten auf dem handelsüblichen Markt einheitlich bewerten zu können, hat die Vereinigung der italienischen Balsamicoverkoster (Assaggiatori Italiani Balsamico, AIB) vier Kategorien eingeführt. Der nach traditionellem Verfahren gereifte Aceto Balsamico di Modena wird dazu optisch sowie nach Geruch und Geschmack getestet, zusätzlich chemisch analysiert und anschließend in einem Bewertungssystem von ein bis vier Weinblätter kategorisiert. Doch Vorsicht: In einer jüngst unterzogenen Prüfung der Stiftung Warentest (Heft 07/2011) „veredeln“ sich auch industriell hergestellte Acetos einiger deutscher Discounter mit dem Blättersystem. Hin und wieder aufgedruckte Sterne, die das Alter oder eine hohe Qualität des Acetos vorgeben sollen, sind ein weiterer Versuch, den Käufer von einem vermeintlich hochwertigen Produkt zu überzeugen.

Der noch junge Siegeszug des Schwarzen Golds von Modena wird dennoch weitergehen. Mittlerweile sind auch die Amerikaner auf den Geschmack der sauren Süße gekommen, die nur in der Emilia-Romagna produziert werden darf. Vor nicht allzu langer Zeit wurden in New York 100-ml-Fläschchen des hausgemachten Tradizionale für 400 Dollar gehandelt, mittlerweile sind allerdings auch die hochwertigen Produkte aus industrieller Herstellung in den obligatorischen 250-ml-Flaschen zum bezahlbaren Kurs bis an den Big Apple gelangt. An die Hauptab-

Aceto Balsamico Tradizionale di Modena

Er gilt als König des Essigs: Aceto Balsamico Tradizionale di Modena. So wie der „Tradizionale“ seit dem 19. Jahrhundert von Dutzenden wohlhabenden Familien rund um Modena hergestellt wurde, produziert ihn die Familie Ortalli heute noch: In einem mindestens zwölf Jahre dauernden Reifeprozess auf den Dachböden familieneigener Villen. Diese harmonische Entstehungsweise aus Trauben, Holz, Wärme, Kälte, Luft und Zeit ist das Geheimnis seines unverwechselbaren süßsauren Geschmacks. Bevor die alkoholische Gärung einsetzt, werden 70 Liter Traubenmost stundenlang geköchelt. Das Wasser entweicht, und der Zucker konzentriert sich, bis schließlich 30 Liter übrig bleiben, die in ein großes Fass abgefüllt werden. Dort lagert er eine Weile. Ein eigens ausgebildeter „Maestro di Aceto“ begleitet den Reifeprozess und entscheidet über den weiteren Ablauf, denn Jahre später werden 20 Liter von dem geköchelten Most in das erste einer Batterie von sieben kleineren Fässern verschiedener Holzsorten gefüllt, die ganz nach alter Tradition unter dem Dach einer Ortalli-Villa aufgestellt sind. Hier ist es im Sommer heiß und im Winter kalt. Die Temperaturschwankungen kommen dem Geschmack des Tradizionale zugute. Jahr um Jahr, manchmal in noch viel längeren Abständen, wandert die sich immer stärker konzentrierende Flüssigkeit literweise von Fass zu Fass, vermischt sich mit dem dortigen Inhalt und nimmt die verschiedenen Holzaromen auf. Der Reifeprozess wird von strengen Kontrollen des Konsortiums begleitet. Die Herstellung erfolgt nach strikt festgelegten Regeln. Zu guter Letzt werden jährlich drei Liter hoch konzentrierter Aceto Balsamico Tradizionale di Modena aus dem kleinsten Fass der Batterie entnommen und in die typisch bauchigen Fläschchen zu 100 ml abgefüllt. Lediglich 10.000 Liter des raren Extraks kommen so jährlich auf den Markt. Von 70 Euro aufwärts gibt es den Aceto Balsamico Tradizionale di Modena der Familie Ortalli im Handel – je nach Alter.



satzmärkte des „Consorzio Aceto Balsamico di Modena“, Italien und Deutschland, werden die Verkaufszahlen jenseits des Atlantiks so schnell jedoch nicht heranreichen. Hierzulande lassen insbesondere praktische Sprühverschlüsse oder moderne Aceto-Mixturen mit Zitronen-, Himbeer- oder Orangearoma die Konsumenten neugierig ins Supermarktregal greifen. Solche vermeintlichen Modifizierungen oder geschmacklichen Exkursionen würden südlich der Alpen allerdings keine Abnehmer finden. Italien ist eben ein Land voller Stolz auf die eigene Kulinarik, Kultur und Tradition – auch wenn sie noch so jung sein mag.

Olaf Ernst



Ein Handwerk mit Leidenschaft

Luisa Lolli hat ihre Liebe zur Pasta zum Beruf gemacht.

Sie rückt die weiße Haube zurecht und krempelt sich die Ärmel ihres Kittels hoch. Dann nimmt sie ein großes Holzbrett, streut etwas Mehl darauf und verteilt es auf ihrer Arbeitsfläche. Luisa Lolli stammt aus Bologna und ist eine echte sfogliina. So bezeichnet man in Italien die Frauen, die die Pasta frisch und in Handarbeit zubereiten. Seit ihrem neunten Lebensjahr beherrscht Luisa die Kunst des Pastamachens. Das ist eine Tradition, die von Generation zu Generation weitervererbt wird und die in der Emilia-Romagna so ziemlich jede Frau beherrscht. Aber nicht jede macht ihr Können oder ihr Hobby auch zum Beruf. Luisa Lolli hingegen schon. Zuerst war sie als Schneiderin tätig, doch irgendwann stellte sie fest, dass sie ihre Liebe zur Pastafertigung gut auch zum Beruf machen könnte. Seit 21 Jahren ist sie nun im Restaurant „Diana“ in Bologna für das Zubereiten frischer Pasta zuständig. Dort bereitet sie große Nudeln und kleine, gefüllte, gedrehte, gerollte. An die zehn Kilo Mehl verarbeitet sie pro Tag, das sind bis zu 200 Portionen, die sie täglich ihren Gästen serviert. In einer Stadt wie Bologna, in der die Bewohner für ihr gutes Essen und damit anspruchsvolle Gaumen bekannt sind, kommt maschinell hergestellte Pasta so gut wie gar nicht auf den Tisch.

Luisa Lolli schüttet einen Haufen Mehl auf das präparierte Holzbrett und formt in der Mitte eine kleine Mulde. Dann nimmt sie drei Eier und schlägt sie eines nach dem anderen hinein. Blitzschnell wird alles verknetet, und nach kurzer Zeit entsteht ein geschmeidiger, glatter Teig. Dann greift sie zu dem langen, schlanken Nudelholz und beginnt, den Teig zu rollen. Immer wieder und in alle Richtungen, so lange, bis daraus ein dünner, langer Lappen wird. Jetzt muss er erst einmal 20 Minuten unter einem Küchenhandtuch ruhen. „Gerade mache ich Tagliatelle“, erklärt sie, „dafür muss der Teig zwar dünn, aber nicht unbedingt hauchdünn sein. Wenn ich aber zum Beispiel Ravioli mache, sollte er wesentlich dünner sein, da er zusammengeklappt wird.“

Nachdem der Teig ausgiebig geruht hat, rollt ihn die sfogliina auf und schneidet die entstandene Rolle in einem Abstand von ungefähr einem Zentimeter durch. Heraus kommen einzelne Tagliatelle, die sie mit einer lockeren Bewegung aus dem Handgelenk zu kleinen Nestern formt. Auf dem Herd steht schon das kochende Salzwasser bereit, in dem die Nudeln nun für ein bis zwei Minuten al dente gekocht werden. Zufrieden reibt sich die 62-Jährige die Hände und macht sich daran, den Teig für die nächste Pasta zu kneten.

Der Pasta-soßen-König

Mauro Fabbri ist bekannt für sein köstliches Ragù alla Bolognese.

Wo Luisa Lolli ist, ist auch Mauro Fabbri nicht weit. Der Koch des Restaurants „Diana“ in Bologna zaubert die passenden Soßen zu der frischen Pasta der sfogliina. Zu den Tagliatelle empfiehlt er eine Bolognese, und das ist gut so, denn Mauro Fabbri wird bei seinen Gästen und Kollegen für sein köstliches Ragù alla Bolognese geschätzt. „Die Leute essen Bolognese sehr häufig zusammen mit Spaghetti. Dabei macht man das eigentlich gar nicht“, erklärt der Koch. „Das röhrt wohl daher, dass Spaghetti noch immer die bekannteste Pasta-Art sind und Bolognese die bekannteste Soße, also hat man sie kombiniert. Eigentlich sollte man aber viel lieber Tagliatelle dafür nehmen, so schreibt es nämlich die Tradition vor.“ Er gibt einen Spritzer Öl in die heiße Pfanne und schwenkt sie kurz. „Ein anderer Fehler, den die Leute machen, ist, dass sie viel zu viel Soße nehmen. Ein bis zwei Esslöffel reichen völlig aus. Schließlich wollen wir Pasta mit Soße essen und nicht umgekehrt.“

Wir haben Mauro Fabbri so lange weichgekocht, bis er uns sein Rezept für das Ragù alla Bolognese verraten hat. Ob er uns wirklich jedes Detail genannt hat, wissen wir nicht genau, sicher aber ist: Es schmeckt köstlich.



Fotos: Frauke Antholz



Mauro Fabbri's Rezept für das Ragù alla Bolognese

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung 10 Minuten ♥ Kochzeit 190 Minuten

- 400 g Rinderhackfleisch (auf keinen Fall Schwein, da es zu trocken wird)
- 100 g Bauchspeck, klein gewürfelt
- 150 g Suppengrün, klein gewürfelt
- 100 g Tomatenmark
- 1/2 Glas Rotwein
- Natives Olivenöl extra
- 1/4 Muskatnuss, gerieben
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Parmesan (optional)

1 Den gewürfelten Bauchspeck und das Suppengrün in einer Pfanne mit Olivenöl erhitzen. Hackfleisch hinzufügen und anbraten. Wenn es anfängt zu köcheln, Wein hinzugießen, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und ca. 5 Minuten durchkochen.

2 Tomatenmark hinzufügen und alles mit Wasser bedecken. Auf der kleinsten Stufe ca. 3 Stunden köcheln lassen.

3 Mit al dente gekochten Tagliatelle servieren, nach Geschmack frischen Parmesan darüberstreuen.

TIPP: Italiener essen ihre Tagliatelle niemals mit Messer oder Löffel. Eine Gabel reicht völlig aus. Und auf keinen Fall vorher klein schneiden!

Lambrusco

– eine entdeckte Perle

Der rote Perlwein wird in bekannten Weinführern vermehrt mit Höchstnoten ausgezeichnet, doch noch immer hat er in Deutschland mit seinem Fusel-Image zu kämpfen.

Bei dem Wort „Lambrusco“ rümpfen viele die Nase, da sie sofort den roten Fruchtwein vor Augen haben, der eher an einen süßen Saft als an einen guten Wein erinnert. Bilder aus der Jugendzeit, in der man sich mit dem einen oder anderen Gläschen unschöne Kopfschmerzen zugezogen hat, folgen sogleich.

Dabei ist der qualitativ gute, trockene Lambrusco längst auf der Überholspur, nur wird er leider noch oft mit dem billigen, süßen Export-Pendant in Verbindung gebracht, und es ist unglaublich schwer, das Image des bekanntesten Weines aus der Emilia-Romagna aufzubessern. 2010 vergab der Weinführer „Gambero Rosso“

erstmalig drei Gläser – die Höchstnote – an gleich zwei Lambruscos: den Lambrusco di Sorbara Vecchia Modena Premium des Weingutes Chiarli aus Modena und an den Lambrusco Reggiano „Concerto“ von Medici Ernelli. Wenn das keine Aussage ist!

Weltweite Lambrusco-Woche

Anders als Rotwein wird der dunkelrote Perlwein mit dem beerigen Aroma gut gekühlt serviert und ist der ideale Begleiter zu Parmesan, Parmaschinken und Salami, aber auch zu anderen Gerichten macht er sich hervorragend.

Grund genug für die itchefs – eine Vereinigung italienischer Köche weltweit – sich in diesem Jahr dem Thema Lambrusco zu widmen

und ein Rezept zu kreieren, das mit dem Perlwein harmoniert. Eine Woche lang (vom 23.5. bis zum 29.5.2011) wurde in vielen italienischen Restaurants auf der ganzen Welt die Wiedergeburt des Lambrusco zelebriert. Auf der Speisekarte im Stuttgarter Restaurant San Pietro fand man zu dieser Zeit eine Dessertkreation zu genau diesem Thema. TV-Koch Sante de Santis servierte Polentaküchlein an einem Lambrusco-sorbet und Sultanakompott mit gerösteten Pinienkernen, dazu gab es natürlich den einen oder anderen Tropfen guten Lambrusco zu genießen.



Für die Polenta

- 200 g Polenta
- 70 g Zucker
- 1 Lorbeerblatt
- 30 g Butter
- 250 ml Wasser
- 250 ml Milch
- Grobes Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 250 ml Sirup (Zucker und Wasser in gleicher Menge, bei niedriger Hitze zu Sirup verarbeiten)
- 1 Zimtstange
- 1 Sternanis
- 3 Wacholderbeeren
- Etwas Zitronensaft

Für das Kompott

- 200 g weiche Sultaninen
- 50 g Pinienkerne
- 4 TL Zucker
- 2 TL Wasser
- 1 EL Rotweinessig

Für das Sorbet

- 1 Glas Lambrusco von guter Qualität
- 1 Eiweiß, geschlagen

Santes Rezept

Polentaküchlein an einem Lambrusco-sorbet und Sultanakompott mit gerösteten Pinienkernen

FÜR 4 PERSONEN

1 Für die Polenta zunächst alle Zutaten bis auf die Polenta in eine tiefe Pfanne geben und vermischen. Wenn die Temperatur knapp über 50 Grad ist, die Polenta untermengen. Die Temperatur etwas erhöhen und kontinuierlich rühren – erst mit einem Schneebesen, dann mit einem Holzlöffel, bis die Masse halb fest ist. Zu 1,5 cm dicken Rechtecken formen und auf Raumtemperatur abkühlen lassen.

2 Für das Sorbet Lambrusco, Zimt, Anis und Wacholderbeeren bei ca. 70 Grad einkochen, durch ein Sieb passieren und in einer Eismaschine abkühlen lassen. Wenn der Lambrusco Raumtemperatur erreicht hat, das geschlagene Eiweiß und den Sirup unterheben. Zitronensaft zugeben und aus der Eismaschine nehmen, sobald das Sorbet fertig ist. Das Sorbet in den Tiefkühler stellen.

3 Für das Kompott die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl rösten. Alle anderen Zutaten bis auf die Sultaninen dazugeben und bis ca. 150 Grad erhitzen. Dann die Sultaninen zugeben und bei ca. 160 Grad leicht karamellisieren. Abkühlen lassen und von Zeit zu Zeit mit einem Holzlöffel umrühren, bis die Flüssigkeit cremig wird. Das immer noch warme Kompott auf die Polenta geben und 10 Minuten ruhen lassen, dann die Polenta rautenförmig schneiden und auf 4 Teller verteilen. Das Sorbet zugeben und servieren.



VIER
PFLAUMEN-
VARIATIONEN

Softiges Steinobst

Ob roh, in Süßspeisen oder zu Herhaftem
– Pflaumen machen gerne eine gute Figur.





40
MINUTEN

Schweinefilet-Spieße mit Pflaumensoße

Spiedini di maiale alle prugne

FÜR 2 PERSONEN

♥ Vorbereitung

10 Minuten

♥ Kochzeit

30 Minuten

- 4 kräftige Stiele Rosmarin
- 500 g Schweinefilet
- 20 g Butter
- 300 g Pflaumen
- 6 Schalotten, geschält, geviertelt
- 2 TL eingelegter grüner Pfeffer
- 6 EL Rotweinessig
- Etwas Zucker
- 2 TL heller Soßenbinder
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Rosmarinnadeln vom Stiel zupfen. Filet trocken tupfen und in kleine Medaillons schneiden. Jeweils einige Medaillons auf einen Rosmarinzweig stecken. Mit Salz, Pfeffer und einigen Rosmarinnadeln würzen. Butter in einer Pfanne erhitzen. Spieße darin unter Wenden ca. 10 Minuten braten.

2 Pflaumen säubern und halbieren. Steine entfernen, Pflaumen in Spalten schneiden. Spieße aus der Pfanne nehmen und warm stellen.

3 Schalotten im Bratfett glasig dünsten. Pflaumen und 3 grünen Pfeffer zugeben. Rotweinessig und 100 ml Wasser dazugießen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen, ca. 10 Minuten garen. Soße nochmals aufkochen lassen, Soßenbinder unter Rühren einstreuen. Spieße mit der Pflaumensoße anrichten und servieren. Dazu passt Polenta oder ein knuspriges Ciabatta.



35
MINUTEN

Kaiserschmarren mit Pflaumenkompott

Frittata dolce con composta di prugne

FÜR 2 PERSONEN ♥ Vorbereitung 15 Minuten ♥ Kochzeit 20 Minuten

• 250 g Pflaumen	• 15 g + 4 TL Zucker
• 1 EL Rosinen	• 1 TL + 30 g Butter
• 3 Eier	• 1 TL Öl
• 1 Pkt. Vanillezucker	• 2 EL Puderzucker
• 1 Prise Salz	• 1/2 Zimtstange
• 1/8 l Milch	• 1/2 TL Speisestärke
• 60 g Mehl	

1 Pflaumen waschen, trocken tupfen, halbieren und entsteinen. Pflaumen, 1/8 l Wasser, 3 TL Zucker und die Zimtstange aufkochen, 2–3 Minuten köcheln. Stärke und etwas kaltes Wasser glatt rühren und zu den Pflaumen geben. Unter Rühren aufkochen und 1–2 Minuten köcheln. Zimtstange entfernen. Kompott abkühlen lassen.

2 Rosinen waschen und abtropfen lassen. Eier trennen. Eigelb, Vanillezucker, Salz und 2/3 der Milch verquirlen. Mehl nach und nach zufügen und mit dem Rest Milch unterrühren. Eiweiß steif schlagen, dabei 15 g Zucker einrieseln lassen. Eischnee vorsichtig unter den Teig heben.

3 1 TL Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen. Teig vom Rand nach innen rund eingießen, sodass in der Mitte ein kleines Loch bleibt. Rosinen auf den Teig streuen. Bei schwacher Hitze goldgelb backen. 30 g Butter in das Loch geben und schmelzen lassen.

4 Schmarren mit einem Pfannenwender vierteln, wenden und von der anderen Seite ebenfalls goldgelb backen. Dann mit 2 Gabeln in Stücke teilen. 1 TL Zucker darüberstreuen und unter Schwenken etwas karamellisieren lassen. Schmarren anrichten, dick mit Puderzucker bestäuben und mit dem Pflaumenkompott servieren.

Fotos: Frauke Antholz



30
MINUTEN

Gebackene Pflaumen mit Ziegenkäse

Prugne cotte con pecorino

FÜR 4 PERSONEN

♥ Vorbereitung
20 Minuten
♥ Backzeit
10 Minuten

- 10 rote Pflaumen
- 300 g Ziegenweichkäserolle
- 2 Schalotten, geschält, gewürfelt
- 2 EL Aceto Balsamico
- Nadeln von 1/2 Zweig Rosmarin
- 2 EL Zucker
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Pflaumen waschen, halbieren, entsteinen und in 1 Spalten schneiden. Schalotten mit den Pflaumen mischen, Balsamico, Rosmarin, Zucker, Salz und Pfeffer zugeben. Alles vermengen und 10 Minuten durchziehen lassen.

2 Den Ofen auf 180 Grad/Gas Stufe 4 vorheizen. Die Pflaumen in eine Auflaufform schichten, den Ziegenkäse darüberbröseln. 10 Minuten backen, bis der Käse leicht geschmolzen ist.

TIPP: Dazu passen Geflügel, Wild oder Kalb sehr gut.

65
MINUTEN

Pflaumenkuchen

Torta di prugne

FÜR 6-8 PERSONEN

♥ Vorbereitung
30 Minuten zzgl.
Ruhezeit
♥ Backzeit
35 Minuten

- 1 kg Pflaume
- Für den Teig
- 250 g Mehl
- 125 g Butter
- 1 Ei
- 70 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 1/2 Pkt. Backpulver
- 1 Pkt. Vanillezucker

Für die Streusel

- 50 g Mehl
- Etwas Zucker
- Ca. 30 g Marzipan
- 1/2 TL Zimt
- 35 g Butter

1 Für den Teig Mehl mit Backpulver mischen, in eine Schüssel geben, Zucker, Salz, Vanillezucker und Ei dazugeben, Butter in Flöckchen darauf verteilen. Alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten und zugedeckt 1/2-1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

2 In der Zwischenzeit die Pflaumen waschen, halbieren und entsteinen.

3 Eine Springform einfetten, den Teig ausrollen und Boden und Rand der Springform mit dem Teig auslegen. Den Teigboden mehrmals einstechen und die Pflaumen darauf verteilen.

4 Für die Streusel alle Zutaten miteinander verkneten und diesen Teig in Streuseln auf den Pflaumen verteilen. Den Kuchen im vorgeheizten Ofen (180 Grad Umluft/Gas Stufe 4) ca. 35 Minuten backen.

La bella vita

Ein Stück
Italien zum
Stöbern,
Schwelgen
und Staunen

Und warum Pasta doch nicht dick macht ...

Julia Stary aus dem „So is(s)t Italien“-Team ist ein großer Italienefan und hat neben vielen Urlauben sogar ein ganzes Au-pair-Jahr in Rom verbracht. In „La bella vita“ berichtet sie uns von ihren einschneidenden Erlebnissen.



Julia Stary



Den armen Alleskönnern aus Italien wird so manches Fettpolster, das wir mit uns herumtragen, in die Schuhe geschoben, aber haben Farfalle, Penne und Tagliatelle diese Vorwürfe wirklich verdient?

Ich muss gestehen, so schnell wie ich die italienische Sprache erlernte, so schnell wuchs auch mein Körperumfang. Innerhalb von drei Monaten legte ich sechs Kilo zu und merkte dies erst, als ich beim Lesen meinen Kopf nicht mehr auf meine Brust legen konnte, da das Doppelkinn im Weg war. Mein Verdacht stand schnell fest: die Pasta. Natürlich war ich so fair, ihr nicht alleine die Schuld an der Misere zu geben, die mangelnde Bewegung dürfte ihr Übriges getan haben.

Voller Tatendrang setzte ich mich also abends an den gedeckten Tisch meiner Gastfamilie und lehnte selbstbewusst il primo ab. Etwas beleidigt füllte Luigi, mein Gastvater, dem Rest der Familie auf. An seinem unruhigen Blick merkte ich schon, dass ihm die Situation nicht ganz gefiel – wenn es ums Essen geht, kennt er wenig Kompromisse. So probierte ich in einem Jahr in Italien so viele Dinge wie in meinem ganzen Leben zuvor noch nicht. Eigentlich aß ich mein Steak gerne well done, Luigi hielt dies jedoch für Verschwendug, und ich musste es medium essen, eine Offenbarung, für die ich ihm immer dankbar sein werde, mittlerweile esse ich es sogar englisch. Diese Kompromisslosigkeit spiegelte sich nun auch in seinen Blicken wider. Wie konnte ich es nur wagen, seine Pasta abzulehnen?! Und dann folgten seinen Blicken auch schon Worte: „Eh ma scusa Giulia, perché non mangi?“ („Entschuldige, Julia, aber warum isst du nicht?“), dabei fuchtelte er verzweifelt mit den Händen. Ich erklärte ihm meine missliche Lage und dass ich die Pasta im Verdacht hatte, mich zu meinen Kilo gebracht zu haben. Sein Gesichtsausdruck wurde immer fassungsloser und sein Kopfschütteln immer stärker. „La pasta non ti fa ingrassare!“ („Die Pasta macht dich nicht

Julias Lieblingspastarezept:

Pasta al cavolfiore

♥ FÜR 4 PERSONEN

- 400 g Pasta nach Wahl
- 2 Knoblauchzehen, geschält, gehackt
- 50 g Kapern
- 1 Bund glatte Petersilie
- 1 Blumenkohl
- Pecorino, gerieben
- Natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Blumenkohl putzen, ca. 5 Minuten blanchieren und abtropfen lassen. Anschließend

in Röschen zerteilen, dickere Stiele dabei kreuzweise einschneiden. Zusammen mit dem Knoblauch in einem Topf oder einer hohen Pfanne in etwas Öl anbraten. Die Kapern dazugeben und kurz mitbraten.

2 In der Zwischenzeit die Pasta nach Packungsanweisung al dente kochen.

3 Kurz vor Ende der Garzeit des Blumenkohls die Petersilie und 1–2 TL Pecorino dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken, mit der Pasta vermischen, mit Pecorino bestreuen und servieren.



dick!“) Das war sein Standpunkt, und diesen vertrat er auch, bis seine Frau ihn darauf hinwies, dass auch er ein paar Kilo weniger vertragen könnte.

Einen Tag später wurde ein riesiges Paket zu uns geliefert. Luigi hatte sich die italienische Version von SlimFast bestellt. Ich machte mich natürlich darüber lustig, aber Luigi vertrat nun das Abnehmprodukt genauso stark wie zuvor die Pasta. Genau eine Woche hielt die Euphorie an, in der Luigi sich dem Abnehmprogramm widmete und ich mich auf den Hometrainer der Familie schwang, dann saßen wir wieder am gedeckten Tisch, es gab pasta al cavolfiore (Nudeln mit Blumenkohl), meine Lieblingspasta, und ich dachte mir – du bist jetzt nur ein Jahr in Italien, dem Land des guten Essens und des guten Weins, verzichten kannst du auch noch später, aber jetzt haust du rein. Luigi jedoch wollte seine Vorsätze nicht ganz aufgeben und aß einfach von den Tellern seiner Kinder mit.

Im weiteren Verlaufe des Jahres kamen noch zwei Kilo für mich hinzu, aber sie waren es wert! Zurück in Deutschland, verschwanden sie in kürzester Zeit zum Glück auch wieder.

Als ich vor ein paar Wochen meinen Römern einen Besuch abstattete und mich an die Zeiten meiner Völlerei zurückinnerte, fiel mir Folgendes auf: Nach einer herzlichen Begrüßung und dem Kennenlernen des neuen Au-pair-Mädchen ging es auch schon schnell zu Tisch, wie fast immer gab es als primo Pasta, dann Salat und Fleisch und frischen Büffelmozzarella, dazu noch Ciabatta und allerlei Antipasti, die auf dem Tisch standen. Beim Verteilen der Pasta fiel es mir dann wie Schuppen von den Augen: Luigi verteilte die Pasta, und wie immer war eine Portion zu viel (man kocht ja lieber etwas mehr als zu wenig), und wer bekam den Rest? Das Au-pair-Mädchen! Nein, danke? Gibt es nicht! Willst du dir keine missgünstigen Blicke zuziehen – dann iss! Die Pasta an sich war also gar nicht schuld, sondern die Menge, die ich aß.



So finden Sie sich bei Ihrem nächsten Italienbesuch zurecht:

<i>Il coltello</i>	Das Messer
<i>La forchetta</i>	Die Gabel
<i>Il cucchiaio</i>	Der Löffel
<i>Il piatto</i>	Der Teller
<i>Il bicchiere</i>	Das Glas
<i>(Non) ti piace</i>	Magst du es (nicht)?
<i>Che cosa mangiamo oggi?</i>	Was essen wir heute?
<i>Vuoi qualcosa da bere?</i>	Möchtest du etwas trinken?
<i>La cucina</i>	Die Küche
<i>L'acqua minerale</i>	Das Mineralwasser
<i>La spremuta d'arancia</i>	Der frisch gepresste Orangensaft
<i>cucinare</i>	kochen
<i>Quando mangiamo?</i>	Wann essen wir?
<i>Il tavolo</i>	Der Tisch
<i>La sedia</i>	Der Stuhl
<i>Ho fame.</i>	Ich habe Hunger.
<i>Ho sete.</i>	Ich habe Durst.
<i>La colazione</i>	Das Frühstück
<i>Il pranzo</i>	Das Mittagessen
<i>La cena</i>	Das Abendbrot

Luigis Gerüchteküche

In Luigis Restaurant „Mamma Mia“ geht es heiß her.
Ständig erfährt er von seinen Gästen wieder etwas Neues
oder versorgt sie mit munteren Geschichten aus seinem Leben.



Ein guter Parmesan braucht 12 bis 36 Monate für den Reifeprozess. Je älter, desto intensiver und kräftiger ist sein Geschmack. Nach 12 Monaten prüft ein Fachmann mit einem speziellen Hammer jeden einzelnen Käse. Wir Italiener kaufen gerne Parmesan, der mindestens zwei Jahre gelagert wurde. Er hat bereits seinen vollen, intensiven Geschmack entwickelt, ist aber noch nicht ganz so teuer. Insgesamt gibt es ihn in drei verschiedenen Reifegraden: 18, 24 und 36 Monate. Hier noch ein kleiner Tipp von Parmigiano-Kenner Luigi: Wenn Sie an dem Käse so kleine weiße Flecken finden, brauchen Sie sich keine Sorgen zu machen, das sind nur Salzkristalle.

Wer kennt ihn nicht, den kleinen frechen Pinocchio, seine wilden Abenteuer und seinen Erschaffer, den Holzschnitzer Geppetto? Pinocchio ist die wohl berühmteste Märchenfigur Italiens. Der kleine Frechdachs, der das Lügen nicht lassen konnte und stets mit einer immer länger werdenden Nase bestraft wurde, entsprang 1881 Carlo Collodis Fantasie. Sein Buch begeisterte nicht nur die kleinen bambini, sondern auch viele Erwachsene, denn auf den zweiten Blick ist die Geschichte gespickt mit vielen Lebensweisheiten.

Geht es um Nationalstolz, sind wir Italiener ganz groß, aber es ist noch nicht lange her, da herrschte ein starkes Konkurrenzdenken zwischen den Nord- und den Südtaliniern. Die Südtaliniener betitelten die Norditaliener als „polentoni“, was so viel wie „langsame Menschen“ bedeutet. Es kann aber auch eine stichelnde Bemerkung über die einseitige Essgewohnheit der Nordlichter sein, die dazu neigten, viel Polenta zu verzehren. Im Gegenzug schimpften die Norditaliener die im Süden als „terroni“, was sich auf die häufigen Erdbeben im Süden beziehen soll.

Kennen Sie das kleine italienische Dorf Viganella? Viganella ist das sonnenärmste Dorf Italiens, es liegt umgeben von steilen Bergen in einem Tal in der Region Piemont und sieht daher ganze 83 Tage im Jahr kein Sonnenlicht. Vom 12. November bis zum 1. Februar schafft es die Sonne nicht über die Hügel und wirft somit keinen Strahl in die kleine Gemeinde. Um der Dunkelheit entgegenzuwirken, ließ das 200-Seelendorf einen Spiegel auf einem der Berge anbringen und fängt somit Lichtstrahlen ein, die in das Dorf gespiegelt werden. Ihr Fest am 2. Februar zur Rückkehr der Sonne wollen die Bewohner jedoch weiterhin feiern.

Die Via Appia Antica ist eine der ältesten und wichtigsten Fernstraßen des Antiken Rom. Sie erleichterte den Handel mit Waren aus den umliegenden Provinzen und ermöglichte schnelle Truppenbewegungen. Der heute noch sichtbare Teil der Via Appia Antica beginnt bei der Porta San Sebastiano. Die Straße ist gesäumt von imposanten Resten beeindruckender Aquädukte. Links und rechts der Straße stößt man immer wieder auf Grabmäler alter römischer Familien, die hier, außerhalb der Stadtmauern, ihre Toten begraben. Wenn Sie das nächste Mal nach Rom kommen, besuchen Sie doch die Via Appia. Auch wir Italiener machen gerne Ausflüge dorthin. Man kann sie mit dem Fahrrad oder zu Fuß erkunden.



Impressum

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

Verlag

falkemedia Kochmedien GmbH
An der Halle 400 #1 · 24143 Kiel
Tel. +49 (431) 200 766-0
Fax +49 (431) 200 766-50
E-Mail: info@so-isst-italien.de
www.so-isst-italien.de

Herausgeber

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

Chefredaktion

Kathrin Hoberg (k.hoberg@soisstitalien.de)

Redaktion (redaktion@so-isst-italien.de)
Gennaro Contaldo, Friederike Schultz, Hanna
Kirstein, Telsche Peters, Michael Baumgärtner,
Julia Stary, Valeria Vairo, Olaf Ernst

Lektorat

Cathrin Kockel (www.textfachfrau.de)
Kerstin Klostermann

Fotografen

Frauke Antholz (www.fraukeantholz.de)
Mario Mataissa, Mike Cooper



Grafik und Bildbearbeitung

Mareike Hansen, Marleen Osbahr, Sven T. Möller



Titelgestaltung

Mareike Hansen



Abonnementbetreuung

abo@so-isst-italien.de, Tel. (0781) 639 45 62,
falkemedia Aboservice, Postfach 114,
77649 Offenburg

Anzeigen

Julia Buchholz (j.buchholz@falkemedia.de)
Ines Heinrich (i.heinrich@falkemedia.de)



Marketing

Jessica Timm (j.timm@falkemedia.de)

Anzeigenpreise

nach Preisliste 1/2011, gültig ab 01.01.2011
j.buchholz@falkemedia.de

Produktionsmanagement

Impress Media, www.impress-media.de

Bezugsmöglichkeiten

Abonnement, Zeitschriftenhandel, Buchhandel,
Bahnhöfe, Flughäfen

Einzelpreis: 4,90 Euro

Jahresabonnement: 24,90 Euro

Europäisches Ausland zzgl. 6,00 Euro

In den Preisen sind die Mehrwertsteuer und
Zustellung enthalten. Bezogen auf 6 Ausgaben
im Jahr. Der Verlag behält sich die Erhöhung der
Erscheinungsfrequenz vor.



Manuskriteinsendung

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



Urheberrecht

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



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

Haftungsausschluss

Für Fehler in Text, in Schaltbildern, Aufbauskizzen usw., die zum Nichtfunktionieren oder evtl. Schäden von Bauelementen führen, wird keine Haftung übernommen.

Bei falkemedia erscheinen außerdem die
Publikationen LandGenuss, Mac Life, MAC easy,
DigitalPHOTO, iPad Life, BÜCHER, Digital-
PHOTO Photoshop, BEAT und KIELERLEBEN.

© falkemedia, 2011 | www.falkemedia.de
ISSN 2192-2144

Teile von „So is(s)t Italien“ sind Lizenzinhalte
des englischen Magazins „TASTE ITALIA“ von
Anthem Publishing



„So is(s)t Italien“-Genuss-Rätsel

ital. Rinderschinken	▼	Gegner Luthers	Behauptung	▼	ital. Fischspeise (sardischer Kaviar)	▼	Ordensoberer, Stellv. des Abts	Titel von islamischen Gelehrten	▼	Berg in den Kottischen Alpen	▼	ital.: Früchte
Rückfahrt, -sendung	►	▼	▼					Vorsilbe: klein	►			
unverfälscht	►				altröm. Monatsmitte	►			12	lat.: Erde		Stockwerk
►	1				Ufermauer			Kurzform von Charlotte	►		▼	
enthalt-samer Mensch		kirchlich, heilig	►		▼					dt. kath. Kirchenmusiker †	►	8
►						►	►					
ital. Stadt in Kampanien (... Inferiore)		unangenehm, peinlich	►	ägyptische Pyramidenstadt	9	▼				Schubfach		Vervielfältigung
►	4	▼			chem. Lösungsmittel			Ausdehnung nach unten	►	▼		
glutflüssiges Tiefengestein	heiß leuchten		volkstümliche ital. Gaststätte	Vulkan auf Sizilien	►	▼				naturliche Erdabtragung		einer der 7 Hügel Roms
kleine ital. Klößchen	▼		▼			5		einflägiger Mensch (südd.)	►	▼		
span. weibl. Pluralartikel				Bodenfläche	►	►			10			
Verbrechen	►			▼			Friedensnobelpreisträger 2007	►	neu auftauchender Stern	►	flüssiges Fett	
►	7				▼					getroffener Kegel beim Bowling		nach Art von (franz.)
verschiedenartig		nordital. Fluss	►	6			opiumhaltiges Arzneimittel	►	2	▼		
►					kleine ital. Nudelpasteten	►						11
linker Nebenfluss des Po		niedere Wasserpflanze	►	3				ehem. UN-Generalsekretär (Kofi)				

Lösung:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Gewinnen Sie eine von vier Tajines

Die Tajine ist ein Topf aus glasierter Keramik mit einem speziell geformten Deckel, der wie ein Spitzhut aussieht. Dadurch lässt er den Dampf und die Aromen zirkulieren und hält selbst beim Servieren noch sehr lange warm. Die Keramik sorgt für mildes Garen. Gleichwohl heißen alle Rezepte, die in solch einem Topf gekocht werden, „Tajine“. Man kann sie auch als schöne Tischdekoration für Früchte verwenden. Aufgrund des hohen Deckels ist es sogar möglich, Brot darin frisch zu halten oder bei Gesellschaften die Tajine im Freien als Eiskühler zu nutzen. Wir verlosen 4 Tajines von Emile Henry® in der Farbe Feige.

Teilnehmen können Sie unter [www.soisstitalien.de/genussraetsel](http://soisstitalien.de/genussraetsel). Einsendeschluss ist der 21. September 2011. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Der Geschmack der Erinnerungen

R sapore dei ricordi

Küche ist Kultur. Sie lässt uns andere Völker verstehen: ihren Geschmack, ihre Geschichte. Aber die Zutaten, die Art, sie zu kombinieren und zuzubereiten, sind nicht alles, die Küche erzählt auch wunderschöne persönliche Geschichten. Wir begegnen Menschen aus Italien, die uns ein Rezept verraten, aber nicht nur das – sie gewähren uns auch einen kleinen Einblick in ihr Leben und erlauben uns so, ein Stück echtes Italien zu genießen.



Von Valeria Vairo

Dieses Mal lassen wir uns von einem Mann überraschen und kulinarisch verwöhnen.

„Eigentlich stimmt es überhaupt nicht, dass italienische Männer nicht kochen können!“, erklärt uns Mario (45) aus Rom. Mario wohnt seit 15 Jahren in Deutschland. Er gibt aber zu, dass er, als er noch in Italien lebte, nie gekocht hat.

„Ja, als ich noch bei meinen Eltern wohnte, wurde ich schon verwöhnt. Wenn ich nach der Schule erst mal auf den Bolzplatz zum Fußballspielen wollte, lief das immer gleich ab: Ich rief meine Mamma aus einer Telefonzelle an der Bushaltestelle an – damals gab es ja noch keine Handys – und rief ins Telefon: „Butta la pasta che arrivo!“ („Wirf die Nudeln ins Wasser, ich komme gleich!“) Schließlich wollte ich nicht aufs Essen warten, wenn ich nach Hause kam, da ich sehr hungrig war. Wenn ich dann heimkam, stand die Pasta al dente schon auf dem Tisch!“

Oh, oh, das klingt aber ein bisschen nach einem „cocco di mamma“ (Muttersöhnchen), denke ich, sage aber nichts, denn schließlich kocht Mario für mich – und ich möchte ihn nicht verärgern. „Stimmt, ich war wirklich wie ein König“, ergänzt er, als ob er meine Gedanken lesen kann: „Zum Beispiel war es immer eine Tragödie, wenn ich nach Hause kam und meine Mutter statt der geliebten Pasta zum Beispiel dieses Gericht zubereitet hatte, das ich gerade für Sie mache: Artischocken auf römische Art. Ich habe geschimpft und war total böse!“ „Wie? Sie haben geschimpft?“, frage ich ein bisschen kritisch – schließlich fühle ich mich dem weiblichen Geschlecht gegenüber solidarisch. „Ja, beim Essen war ich ein kleiner Despot und mein Vater auch – die arme Mamma durfte es nicht wagen, einen Wunsch von uns nicht zu erfüllen. Es war also ein Muss, dass sie nur das kochte, was wir essen wollten. Und wir, wie viele andere Männer auch,

wollten nichts Neues ausprobieren. Wir wollten immer nur einen leckeren, betörend riechenden, dampfenden Pastateller!“, erklärt Mario. Und während er diesen letzten Satz sagt, wandert sein Blick weit weg – und seine Gedanken auch.

„Passen Sie auf mit dem Messer!“, rufe ich ihm zu, um ihn wieder aus seinen Träumereien zu holen. Außerdem schneidet er sich beinahe in den Finger, während er die Artischocken mit dem Messer von ihrem „Bart“ – so sagt man in Italien – befreit. „Danke, jetzt haben Sie mein Leben gerettet“, seufzt er ironisch. Ich habe eigentlich eher meine Geschichte gerettet, denke ich, denn was wäre daraus geworden, wenn ich meinen Koch plötzlich ins Krankenhaus hätte begleiten müssen? Mario erzählt weiter: „Aber jetzt, seit ich in Deutschland bin, ist alles ganz anders. Das Kochen weckt in mir Erinnerungen an und Gefühle aus Italien. Ich liebe Artischocken! Und da sie jetzt schwieriger zu bekommen sind, sind sie noch wertvoller für mich. Ich kuche sie oft und gerne.“ Meine Augen wandern gedankenverloren auf seine Finger – vielleicht um Schnittnarben zu suchen.

Zusammen mit Mario begebe ich mich auf eine emotionale Reise in seine geliebte Heimatstadt: „Rom ist die schönste Stadt der Welt!“, sagt er und ist davon vollkommen überzeugt. Er hackt die Petersilie und bereitet die Artischocken vor, ich sehe ihm dabei lieber nicht mehr auf die Hände. „Ich habe mich beim Kochen noch nie verletzt!“, sagt er, und ich frage mich erneut, ob er meine Gedanken lesen kann.

„Man könnte den Artischockenstamm auch dranlassen und die Artischocke kopfüber in den Kochtopf legen. Aber ich mache es lieber so, ohne den Stamm, und lege sie richtig herum in den Kochtopf.“ Und während er die Artischocken bearbeitet, erzählt er weiter: „In meiner Zeit an der Uni hatte ich einen roten Vespone, einen Motorroller. Das ist in Rom die einzige Möglichkeit, irgendwo rech-

zeitig anzukommen. Mit dem Auto ist es bei diesem Verkehr praktisch unmöglich!“ Wegen der Farbe seines Vespane wurde Mario von seinen Freunden „Barone Rosso“, der „Rote Baron“, genannt. Mario konnte sich mit seinem Vespane zwischen den Fahrspuren durchschlängeln: „Und das sogar ohne Helm! Bitte, wie könnte man denn den jungen Frauen mit dem Ding auf dem Kopf schöne Augen machen?“, lächelt er mich an. Mir wird klar, dass Mario einen sehr fleißigen und aufmerksamen Schutzengel haben muss – der offenbar auch beim Kochen auf ihn aufpasst.

„Dieses Freiheitsgefühl ... Mit der Vespa in Trastevere über die Piazza Navona oder die Piazza di Spagna zu fahren, dabei den Wind, der in der Sommerhitze etwas Abkühlung brachte, in den Haaren zu spüren ... Ja, das waren schöne Zeiten!“ Unser Koch schwelgt weiter in Erinnerungen: „Ja, damals hatte ich wunderschöne lockige Haare!“

Ich bin etwas verwundert, Mario sieht mir direkt in die Augen. Habe ich vielleicht etwas zu offensichtlich auf seine Glatze gestiert?

Die Artischocken sind fast fertig. „Meine Freunde und ich haben uns immer auf der Piazza Navona getroffen – mit unseren Motorrollern, zu jeder Zeit! Im Sommer, im Winter ... Ja, in Rom ist es nicht wie hier, dort ist der Winter mild und angenehm.“

„So, bitte sehr!“ Mario reicht mir den Teller mit seinen Artischocken auf römische Art. Ich bin ein bisschen verunsichert, ich habe schon schönere Gerichte gesehen. „Probieren Sie nur, sie schmecken besser, als sie aussehen!“, sagt Mario und scheint wieder meine Gedanken erraten zu haben. Ich probiere sie, er hat recht: „Mmmmmh!“, sage ich und schmunzele: „Ich spüre sogar den Wind Roms in meinen Haaren.“ Mario schaut mich stolz an und lächelt zurück.

Artischocken auf römische Art

von Mario aus Rom

FÜR 4 PERSONEN

- 4 Artischocken (Typ „romanesco“)
- Saft von 1 Zitrone
- 1 Bd glatte Petersilie, fein gehackt
- Einige Minzeblätter, fein gehackt
- 2 Knoblauchzehen, geschält, gehackt
- Parmesan, in kleinen Stücken
- 1/2 Tasse Wasser
- Natives Olivenöl extra
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die äußersten, harten Artischockenblätter abzupfen. Den Stamm abschneiden, die Artischocken waschen und schälen. Dann das Heu entfernen, ohne dass die Artischocken dabei kaputtgehen. Den Zitronensaft mit etwas Wasser vermengen, die Artischocken hineinlegen, damit sie nicht dunkel werden.

2 Die oberen Blattspitzen der Artischocken abschneiden, die Blätter etwas öffnen und den Knoblauch sowie die Petersilie, die Minze und jeweils ein Stückchen Parmesan hineinstreuen. Die Artischocken dann mit den Blättern nach oben in einen Kochtopf legen, erst das Wasser und anschließend das Olivenöl hinzugeben. Salzen und pfeffern.

3 Den Topf abdecken und das Ganze zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und 12–14 Minuten köcheln lassen. Es sollte nur noch wenig Flüssigkeit übrig bleiben. Anschließend lauwarm servieren.



Vorschau

DIE NÄCHSTE
AUSGABE LIEGT AB
30. Sept.
FÜR SIE ÜBERALL
IM HANDEL



Lasagne-Variationen

Genießen Sie mit uns die geschichtete Pasta aus dem Ofen auf völlig neue Arten. Sogar eine süße Schlemmerei ist mit von der Partie – seien Sie gespannt!



Geliebte Pizza

Der knusprig-krosse Klassiker in neuen, unwiderstehlichen Variationen. Da ist für jeden etwas dabei.