

75 geniale
Rezepte!AT 5,99 €
CH 10,80 CHF
LU | BE 6,80 €
NL 7,20 €
IT | ES 7,50 €
HU 2,590 HUF

ISSN 2192-2144

Ausgabe 03 · 2019
April/Mai

5,99 EURO

so isst Italien

Für Ihre italienischen Momente

GESCHENKE
ZUM JUBILÄUM10 JAHRE
so isst Italien
Feiern Sie mit uns!

Im Pasta- Paradies

Farfalle in neuen
leckeren Variationen

6 x Pizza in Bestform

So leicht gelingen die
Lieblingsstücke zu Hause

Italienischer Genuss mit Spargel, Kräutern & Co.

Frühlingsküche

ZUM OSTERFEST: Gerichte mit Lammfleisch • Familienbrunch • Festtraditionen in Bella Italia

ITALIEN PUR: Die Küche der Toskana und der Basilikata • Süßes aus Ricotta, Mascarpone etc.

Jetzt aber pronto!

Rezeptideen für
den Feierabend



EINFACH GRANDIOS!
Linguine mit Spargel,
Pancetta und Basilikumöl

PARDO

YACHTS

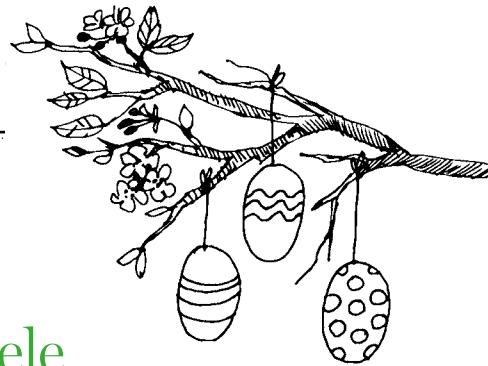


DIAMOND

EDITORIAL



Erleben Sie mit uns viele
frühlingshafte Genussmomente!



Liebe Leserin, lieber Leser,

der Frühling ist da – und mit ihm unsere Jubiläumsausgabe zum 10. Geburtstag der „So is(s)t Italien“! Beides feiern wir mit einer bunten Mischung aus Rezepten, die rundum glücklich machen. Freuen Sie sich beispielsweise auf den Star der Saison – Spargel –, den wir ab Seite 12 in neuen Varianten zubereiten, immer mit einem Hauch Italieni.

Bei unseren Rezepten mit zartem Lammfleisch kommt die ganze Familie am Tisch zusammen. Kein Wunder, denn Kräuter-Lammkarree mit Fenchelgemüse oder Lammhaxen mit gebackenen Kartoffeln und Karotten schmecken nicht nur großen und kleinen Feinschmeckern, sie passen wunderbar zum Osterfest. Sie haben sich schon immer gefragt, wie die Italiener Ostern feiern? Wir verraten es Ihnen ab Seite 36 und zeigen, welches Gebäck dabei nicht fehlen darf.

Was mögen Sie eigentlich lieber, Pasta oder Pizza? Die Meinung der Redaktion ist ganz klar: beides! Daher haben wir in dieser Ausgabe sowohl einige kross gebackene Lieblingsstücke (ab Seite 72) sowie neue Nudelkreationen mit

Farfalle (ab Seite 50) und genial einfache One-Pot-Pasta (ab Seite 80) für Sie zusammengestellt.

Für den süßen Abschluss oder die Kaffeezeit lege ich Ihnen unsere himmlischen Kreationen mit unterschiedlichen Milchprodukten ans Herz: Himbeer-Mascarpone-Kuchen mit Pistazien, cremige Joghurt-Pannacotta mit Karamellsosse und mehr werden Sie garantiert begeistern!

Die „So is(s)t Italien“-Redaktion wünscht Ihnen einen wunderbaren Frühling!

Herzlichst Ihre

Amelie Flum | Chefredakteurin



S. 22 Gratinierte Spargel-Crespele

**Wir feiern 10 Jahre
„So is(s)t Italien“...**

... und möchten uns mit vielen großartigen Geschenken für Ihre Treue bedanken. Blättern Sie also ganz fix auf Seite 56/57, sichern Sie sich Ihr Gratis-Rezeptpaket und nehmen Sie an unserer Jubiläumsverlosung teil. Übrigens: Sollte Ihnen eine Ausgabe in Ihrer Heftsammlung fehlen, können Sie sie ganz einfach (sofern nicht vergriffen) in unserem Shop nachbestellen: www.falkemedia-shop.de



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

Inhalt



REZEPTE

8 Cettinas Welt

Cettina verrät zwei Rezepte, die sie auf einer Reise durch ihre italienische Heimat kennenlernte

12 Spargel auf die italienische Art

Freuen Sie sich auf Crespelle, Pizza, Pasta, Panzanella und vieles mehr mit dem Star der Saison!

26 Unsere besten Lammrezepte

Die kommen zu Ostern wie gerufen: Lammhaxen, Lammfilets & Co. sorgen für festliche Gaumenfreuden

36 Ostertradition in Italien

So begehen die Italiener die Festlichkeiten

38 Geselliger Osterbrunch mit der Familie

Diese Gerichte machen Groß & Klein glücklich

44 Ei, wie fein!

Neue Rezeptideen für leckere Eierspeisen

50 Pasta e Vino: Farfalle

Sechs Pastagerichte mit den dazu passenden Weinen

58 Köstlichkeiten der Toskana

Katie und Giancarlo Caldesi verraten ihre Lieblingsrezepte

66 Pronto, bitte! Eine Mahlzeit in Minuten

Perfekte Rezepte, wenn's mal schnell gehen muss

72 Wer will Pizza?

Klassiker und neue Kreationen, goldbraun und kross gebacken

80 Alle lieben One-Pot-Pasta

In nur einem Topf superschnell zubereitete Nudelgerichte

Titelfoto: Ira Leon (1); Fotos: Ira Leon (3); Alexandra Panella (2); gettyimages/Shailith (1); Cettina Vicenzino (1); Frauke Antholz (1); Katharina Küllmer (1)





Alle lieben
gute Pizza **72**

88 Endlich wieder Rhabarberzeit!

Wir verwandeln die säuerlichen Stangen in süße Lieblinge

92 Frisch aufgetischt!

Sechs Gerichte mit Gemüse, Salat und Kräutern der Saison

100 Himmlische Süßspeisen mit Milchprodukten

Das Beste aus Mascarpone, Ricotta, Buttermilch, Sahne & Co.

110 Vier Variationen: Bärlauch

Wir servieren Suppe, Brötchen, selbst gemachte Pasta und Pesto

SERVICE

23 Weinratgeber: Weinbegleitung zu Spargelgerichten

24 Ratgeber: Spargel

35 Ratgeber: Lammfleisch

56 Jubiläumsverlosung

84 La dolce vita

106 Ratgeber: Milchprodukte

STANDARDS

3 Editorial

6 Rezeptfinder

108 Rätsel/Impressum

114 Vorschau



8

Cettina Vicenzino in Matera



50
Farfalle in neuen
Kombinationen



58 Die Küche der Toskana



100
Himmlisches mit
Milchprodukten

Alle Rezepte dieser Ausgabe

UNSER MENÜVORSCHLAG FÜR EINEN GENUSSVOLLEN FRÜHLING

VORSPEISE



48 Pochiertes Ei auf Ciabatta mit geräucherter Forelle

HAUPTGERICHT



32 Erbsenfusilli mit gebratenem Lammspieß

NACHSPEISE



105 Buttermilch-Zitroneneis mit Granatapfelfsöße

ZWISCHENDURCH *nel mentre*



S. 11 Bruschette aus Matera



S. 19 Weiße Spargelpizza mit geräuchertem Lachs



S. 20 Spargelküchlein mit Lachsfilet und Limettencreme



S. 21 Panini mit Kalbfleisch und mariniertem Spargel



S. 41 Pancetta-Kartoffelbrot | Kräuter-Spargel-Dip



S. 43 Bunte Gemüse-Frittata



S. 47 Zweierlei gefüllte Eier | Eier im Hackfleischmantel



S. 48 Spinat-Ziegenkäse-Tartelettes mit Wachteli



S. 63 Toskanische Gemüseflans mit Pecorinosoße



S. 64 Crostini mit Ricotta, Feigen und Honig



S. 76 Mini-Dinkelpizza mit Pancetta



S. 77 Weiße Pizza mit Spinat und Gorgonzola



S. 78 Bunte Gemüsepizza mit Safrancreme und Hähnchen



S. 78 Low-Carb-Pizza mit Parmaschinken und Rucola



S. 92 Eingelegte Radieschen



S. 93 Frittata mit San-Daniele-Schinken & Brunnenkresse



S. 111 Bärlauch-Brötchen



S. 112 Selbst gemachte Bärlauch-Tagliatelle



S. 112 Bärlauch-Pesto mit Zitrone & Pecorino



S. 22 Panzanella mit Spargel, Kirschtomaten & Basilikum



S. 22 Gratinierte Spargel-Crespelle



S. 18 Gebratener Spargel mit Kabeljau & Pinienkern-Butter



S. 19 Linguine mit Spargel, Pancettasoße & Basilikumöl



S. 20 Spargelragout mit Hackbällchen & Kartoffelwürfeln



S. 31 Lammfilets mit Pistaziendekor & Radicchio-Ravioli



S. 31 Lammfilets mit Pistaziendekor & Radicchio-Ravioli



S. 31 Lammhaxen mit gebackenen Kartoffeln & Karotten



S. 32 Kräuter-Lammkarree mit Fenchelgemüse



S. 33 Rigatoni mit Lammhackbällchen in Tomatensoße



S. 34 Lammragout mit Pastinaken-Sellerie-Stampf



S. 42 Frühlingsauflauf mit Linguine und Tomaten



S. 43 Lachs-Sahne-Gratin



S. 50 Farfalle-Blumenkohl-Gratin



S. 51 Farfalle mit Pesto und Schweinemedaillons



S. 52 Farfalle in Kräuter-Tomatensauce mit Garnelen



S. 53 Hähnchen-Involtini auf Farfalle mit Spinat



S. 54 Farfalle mit Zucchini und Bärlauch



S. 55 Lauwarmer Pastasalat mit gedünsteten Zwiebeln



S. 64 Hähnchenpfanne mit Salbei und Zwiebeln



S. 64 Linguine mit Krebsfleisch und Sahne



S. 65 Schweinefilet mit toskanischer Kräutermischung



S. 66 Tomatensüppchen mit Petersiliencroûtons



S. 67 Kabeljau mit Zitrone auf Ofengemüse



S. 68 Gebratene Süßkartoffeln mit Hackbällchen



S. 69 Gnocchi mit Zuckerschoten in Parmesanoße



S. 70 Penne mit gebratenem Chicorée und Pancetta



S. 77 Pizza Margherita



S. 81 Pasta mit Rinderfilet und Garnelen



S. 82 Hähnchen-Nudeln | Spargel-Pasta mit Kerbel



S. 94 Kohlrabi-Quiche mit Zwiebeln und Fontina



S. 95 Farfalle mit Rucola-Ricotta-Pesto



S. 104 Süße Cannelloni mit Ricotta-Mohn-Füllung



S. 111 Bärlauch-Süppchen mit Petersiliencroûtons

NACHSPEISEN & GETRÄNKE *dolce & bevande*



S. 37 Ostertaube



S. 41 Marzipantörtchen mit Eierlikörcreme



S. 42 Osterzopf | Himbeer-Spritz mit Thymian



S. 43 Kerniges Schlemmermüsli



S. 71 Espressocreme mit karamellisierten Mandeln



S. 78 Süße Pizza mit Schokoladencreme und Beeren



S. 90 Rhabarber-Marzipan-Auflauf



S. 90 Rhabarber-Profiteroles | Rhabarber-Mousse



S. 91 Rhabarber-Crostata mit Erdbeeren



S. 96 Schichtdessert mit Rhabarber & Amarettini



S. 97 Cremiges Minzeis mit Schokoladensplittern



S. 103 Vanille-Quark-Waffeln mit Rhabarberkompost



S. 105 Himbeer-Mascarpone-Kuchen mit Pistazien



S. 105 Joghurt-Pannacotta mit Karamellsoße

GUTEN APPETIT! *Buon appetito!*

DIE HOHE BACKKUNST
Cettina (r.) und die
Bäckersfamilie Perrone
von „Pane & Pace“ in
Matera in der Basilikata





CETTINAS WELT

Unterwegs in der Basilikata

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

TEXT, REZEPTE & FOTOS | CETTINA VICENZINO

Die Eröffnungsfeier für Matera als Kulturhauptstadt Europas für das Jahr 2019 fand am 19. Januar statt. Bereits im Jahr 2015, als ich für mein Kochbuch „Italia“ diese Stadt in der eher unbekannten Region Basilikata besucht habe, wurde die Ernennung durch die Europäische Kommission vorgefeiert.

Als ich mich in Richtung der sehr belebten Piazza Vittorio Veneto begab, auf der ein Antikmarkt stattfand, hörte ich einen Mann in die Menge rufen: „Politiker mögen keine Kunst, deshalb ist es gut, dass wir Kulturhauptstadt geworden sind!“ Eine Gruppe lucanischer Zuhörer nickte. Die Menschen in der Basilikata nennen ihre Region am liebsten „Lucania“. So hieß sie in der Antike, bevor die Römer sie eroberten und Kaiser Augustus sie mit Kalabrien einte und ihr den Namen Basilicata (im Italienischen mit c statt k) gab. Erst im Faschismus bekam sie erneut den Namen Lucania. Obwohl die Region heute wieder Basilicata heißt, bevorzugen die „Lucani“, wie sich die Bewohner nennen, den antiken Namen.

Einer von ihnen ist Tonino Nobile, den ich als Ersten von „Pane & Pace“, dem Unternehmen der alteingesessenen Bäckersfamilie Perrone, dem „Antico forno a legna di Lucia Perrone & C. S.n.c.“, kennenlerne. Er ist der kreative Kopf hinter dem Konzept „Pane & Pace“ (Brot & Frieden). Die Familie Perrone backt schon seit über einem Jahrhundert in Matera Brot. Neben den besonderen Felsenhöhlen, den „Sassi di Matera“, gibt es hier nämlich auch ein ganz spezielles Brot. Das Brot von Matera, das 2008 das IGP-Siegel erhielt und somit unter geschützter geografischer Angabe produziert wird, ist riesengroß und ungewöhnlich hoch. Die Herstellung beruht auf einem archaischen Handwerk, und auch heute noch wird es in seiner uralten Form mit einem Drang in die Höhe gefertigt.



RELIÖSE MALERIEN treffen auf die Moderne (l.)
DAS STÄDTEBILD in der Basilikata ist noch heute von Armut geprägt (o.)
ALTES HANDWERK von Santino Perrone (u.)



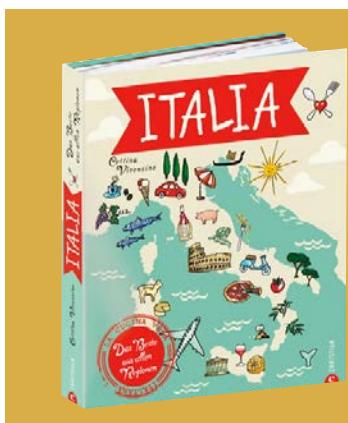
Schneidet man das Brot in Scheiben, entsteht eine Herzform, von einer dunkelbraunen, knusprigen Kruste umrandet, mit einer weichen strohgelben und mit unregelmäßig großen Poren versehenen Krume. Auch die Zutatenliste ist einfach und unverfälscht, wie so vieles in Matera und der ganzen Basilikata. So einfach die Rezepte auch sein mögen, die wenigen Produkte, die hier verwendet werden, sind von höchster Qualität und von großartigem Geschmack, weshalb die Basilikata mittlerweile auch als Geheimtipp für Feinschmecker gilt.

Für die zwei nachfolgenden typisch, traditionellen Rezepte aus der Basilikata, der „Fedda rossa“, eine Bruschetta aus Matera, und dem „Purea di fave con cicoria selvatica“, einem Dicke-Bohnen-Püree mit Wilden Zichorien, ist es daher wichtig, nicht bei der Qualität der Zutaten zu sparen.



DICKE-BOHNEN-PÜREE

mit Wilden Zichorien



REDAKTIONSTIPP

Diese und viele weitere Rezepte finden Sie im Buch „Italia – Das Beste aus allen Regionen“ von Cettina Vicenzino. Dafür ist die Autorin und Fotografin, selbst gebürtige Sizilianerin, in ihr Heimatland gereist und hat sich in allen 20 Regionen die besten Rezepte verraten lassen. **Christian Verlag, 29,99 Euro**

Dicke-Bohnen-Püree mit Wilden Zichorien

Purea di fave con cicoria selvatica

FÜR 4 PERSONEN

1 kg Wilde Zichorie (alternativ Löwenzahn oder Spinat)
1 Zwiebel
1 Stange Staudensellerie
1 kleine Karotte
 etwas natives Olivenöl extra
350 g getrocknete dicke Bohnen ohne Schale
2 große Kartoffeln
 1-2 Knoblauchzehen
 etwas getrockneter Peperoncino
 einige geröstete Brotscheiben zum Servieren
 etwas Salz

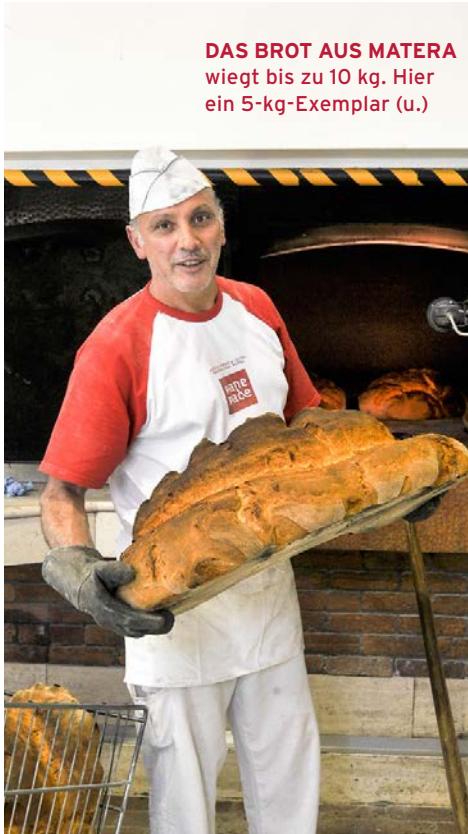
1 Die Wilden Zichorien waschen, putzen und die Blätter vom unteren Drittel der Stiele befreien. In reichlich kochendem Salzwasser 20–25 Minuten zugedeckt garen. Dann das Wasser abgießen, die Zichorien etwas abkühlen lassen und die Restflüssigkeit ausdrücken. Das ausgetretene Wasser auffangen.

2 Zwiebel schälen, Staudensellerie und Karotte putzen. Alles fein hacken und kurz in etwas Olivenöl in einem Topf andünsten. Die Bohnen dazugeben und drei Daumen hoch mit Wasser bedecken. Die Kartoffeln schälen, in Stücke schneiden und auch dazugeben. Alles so lange kochen, bis die Bohnen weich sind. Ggf. etwas warmes Wasser nachgießen.

3 Den weich gegarten Bohnen-Gemüse-Mix mit 1 EL Olivenöl in einen Mixer geben und fein pürieren. Wenn das Püree zu fest ist, etwas Garwasser von den Wilden Zichorien dazugeben. Das Püree mit Salz abschmecken.

4 Knoblauch schälen und sehr fein hacken. In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen, den Knoblauch darin andünsten und die blanchierten Zichorien darin schwenken. Mit Peperoncino und eventuell Salz abschmecken. Das Gemüse mit dem Bohnenpüree auf einem Teller anrichten, mit reichlich Olivenöl beträufeln und mit geröstetem Brot servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden



DAS BROT AUS MATERA
wiegt bis zu 10 kg. Hier
ein 5-kg-Exemplar (u.)



Bruschette aus Matera

Fedda rossa

FÜR 4 PERSONEN

- 4 Knoblauchzehen**
- 4 große Scheiben Brot aus Matera (alternativ Ciabatta oder anderes Weißbrot)**
- 8 Kirschtomaten**
- etwas natives Olivenöl extra zum Beträufeln**
- etwas getrockneter Oregano**
- etwas Salz**

1 Den Knoblauch schälen. Die Brotscheiben von beiden Seiten rösten (vorzugsweise auf einem Rost über offenem Feuer). Jede Scheibe von einer Seite mit 1 Knoblauchzehe einreiben.

2 Die Tomaten waschen, trocken tupfen und halbieren. Die Brote damit entweder einreiben oder belegen. Die Bruschette mit etwas Olivenöl beträufeln, dann mit Oregano und Salz bestreuen und sofort servieren.

TIPP: Einige Materaner befeuchten die Brotscheiben, nachdem sie sie angeröstet haben. Eine Angewohnheit derer, die nicht mehr so gut zubeißen können.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten**

FEDDA ROSSA

Das, was man im Rest der Welt Bruschetta nennt, ist in Matera die „fedda rossa“, was so viel wie „rote Brotscheibe“ bedeutet. Die Bewohner von Matera lieben diese sehr einfache Speise so sehr, dass sie ihrer „fedda rossa“ ein eigenes Fest gewidmet haben. Seit 30 Jahren wird am 31. Juli im Stadtteil La Martella das Fest „la Sagra della Fedda Rossa“ organisiert. Kein Bewohner aus Matera lässt sich dieses Ereignis entgehen, da dieses Gericht fast schon Teil der eigenen Identität ist.





WEISSE SPARGELPIZZA

mit geräuchertem Lachs
und Mandeln

Rezept auf Seite 19



Perfekte Kombination

Lachs, Spargel und Meerrettich passen geschmacklich gut zueinander. Geben Sie für noch mehr Pfiff daher Sahneerrettich oder frischen Rettich in die Creme, bevor Sie diese auf dem Boden verteilen.

Italienischer

Spargel-Genuss

Hier warten edle Kreationen
mit **feinstem Spargel** auf Sie!
Ob weiß oder grün – unsere
Gerichte lassen die Herzen von
Spargelfans höherschlagen

FOTOS & STYLING | IRA LEONI



LINGUINE

mit grünem Spargel, Pancettasoße
und Basilikumöl

Rezept auf Seite 19



SPARGELKÜCHLEIN
mit Lachsfilet und Limettencreme

Rezept auf Seite 20

Cremig & würzig

Lieblingskombination



SPARGELRAGOUT
mit Hackbällchen und
gebratenen Kartoffelwürfeln

Rezept auf Seite 20

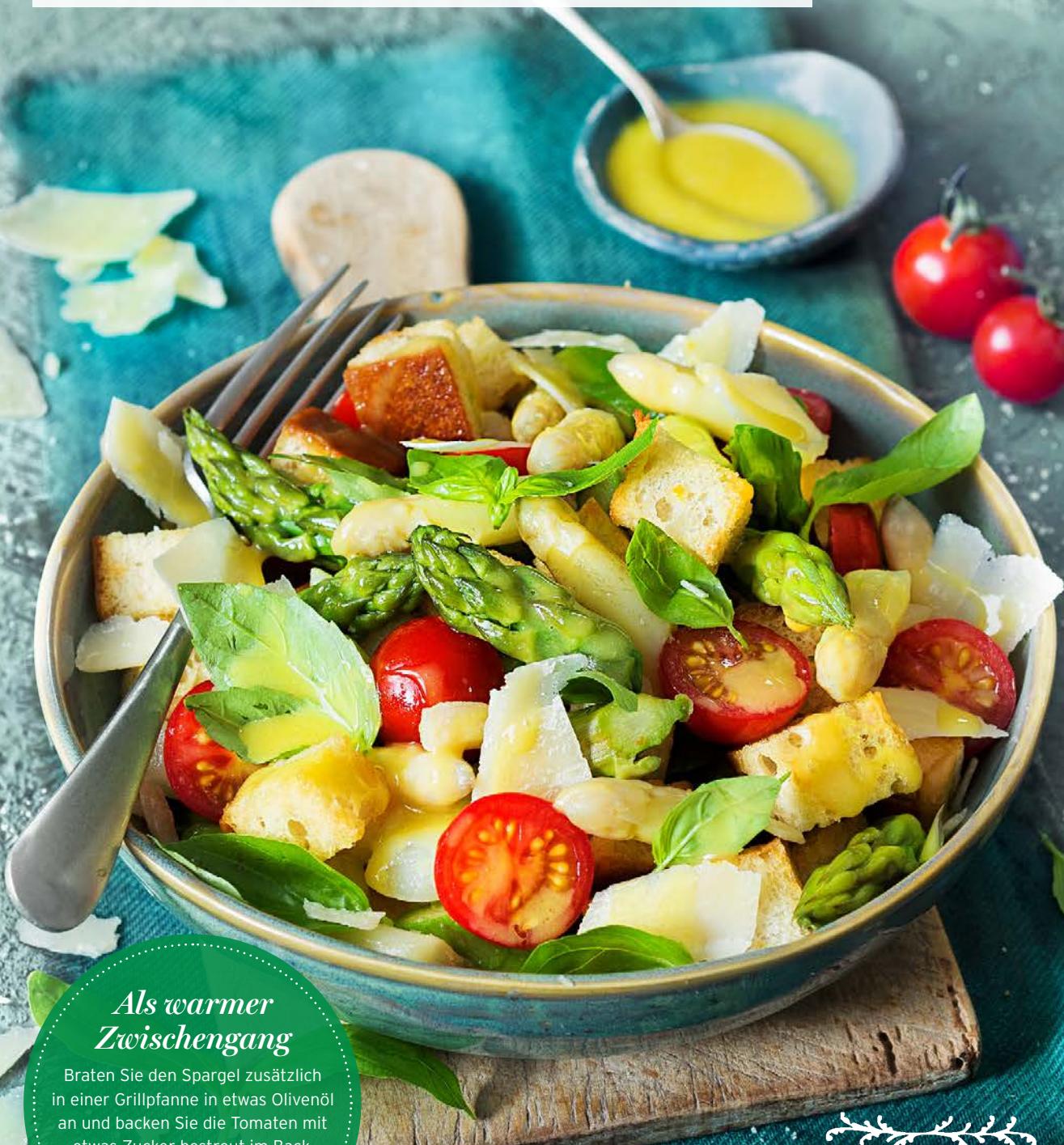


**Vegetarische
Variante**

Für vegetarische Gemüsebällchen einen Stampf aus Blumenkohl und Pastinake kochen, mit Haferflocken, Ei und Mehl zu einem formbaren Teig kneten. Dann portionsweise panieren und in Öl ausbacken.

Kross & knackig

Frischer Sattmacher



*Als warmer
Zwischengang*

Braten Sie den Spargel zusätzlich in einer Grillpfanne in etwas Olivenöl an und backen Sie die Tomaten mit etwas Zucker bestreut im Backofen. Die warmen Komponenten dann zum Schluss auf den Salat geben.

PANZANELLA
mit Spargel, Kirschtomaten
und Basilikum

Rezept auf Seite 22



GRATINIERTER SPARGEL-CRESPELLE

Rezept auf Seite 22





Für alle Soßenliebhaber

Wem die Butter als Soße nicht ausreicht, macht eine cremige Soße zu Fisch und Spargel. Dafür eine Mehlschwitze mit Fond sowie Kapernwasser ablöschen. Einkochen lassen, würzen und Kapern unterrühren.

Gebratener Spargel mit Kabeljau und Pinienkern-Kapern-Butter

Asparagi in padella e merluzzo con salsa di burro, capperi e pinoli

FÜR 4 PERSONEN

- 800 g Kabeljaufilet**
- 2 EL natives Olivenöl extra**
- je 500 g grüner und weißer Spargel**
- 4 EL kalte Butter**
- 4 EL Pinienkerne**
- 2 EL Kapern in Lake (Glas), abgetropft**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Kabeljaufilet waschen und trocken tupfen, dann in 4 gleich große Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne in heißem Olivenöl bei mittlerer Hitze von beiden Seiten braten. Zwischendurch wenden. Im Innern darf der Fisch ruhig noch etwas glasig sein.

2 In der Zwischenzeit den Spargel waschen und von holzigen Enden befreien. Den weißen Spargel komplett, den grünen Spargel im unteren Drittel schälen. Beide Spargelsorten schräg in ca. 6 mm breite Scheiben schnei-

den. Den Spargel in einer weiteren Pfanne in 1 EL Butter unter gelegentlichem Wenden anbraten. Er darf ruhig etwas Farbe annehmen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Pinienkerne dazugeben und kurz mitbraten, dann übrige Butter und Kapern dazugeben.

3 Kabeljau und gebratenen Spargel auf Teller verteilen und alles mit der Pinienkern-Kapern-Butter beträufeln. Das Gericht sofort servieren. Dazu passt geröstetes Ciabatta.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten

Weiße Spargelpizza mit geräuchertem Lachs und Mandeln

Pizza bianca con asparagi, salmone affumicato e mandorle



FÜR 4–6 PERSONEN

- 1/2 Würfel Hefe**
300 g Mehl
6 EL natives Olivenöl extra
je 500 g grüner und weißer Spargel
150 g Crème fraîche
1 Bund gemischte Kräuter
25 g gehackte Mandelkerne
250 g heiß geräuchertes Lachsfilet (Stremellachs)
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Hefe zerbröckeln und in 200 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mit Mehl, 1 TL Salz und 1 EL Öl zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Diesen mit einem Küchenhandtuch abdecken und ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

2 Inzwischen den Spargel waschen. Den grünen Spargel im unteren Drittel, den weißen Spargel komplett schälen. Die Stangen von den holzigen Enden befreien und schräg in dünne Scheiben schneiden. 2 l Salzwasser aufkochen. Den weißen Spargel ca. 2 Minuten und den grünen Spargel ca. 1 Minute darin garen. Anschließend abgießen, abtropfen und etwas abkühlen lassen.

3 Die Crème fraîche in einer Schüssel mit Salz und Pfeffer würzen, dann beiseitestellen. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und in ein hohes, schmales Gefäß geben. Übriges Olivenöl und Mandeln dazugeben und alles fein

pürieren. Den Kräuter-Mix mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken.

4 Den Hefeteig erneut durchkneten und weitere 30 Minuten abgedeckt ruhen lassen. Den geräucherten Lachs in Stücke zerlegen. Den Backofen auf 250 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig auf zwei mit Backpapier belegten Backblechen dünn ausrollen und mit der Creme bestreichen. Spargel und Lachsstücke darauf verteilen und die Pizzen im vorgeheizten Ofen in 8–12 Minuten goldbraun und knusprig backen. Die beiden Spargelpizzen mit dem Kräuter-Pesto beträufeln, dann in beliebig große Stücke schneiden und sofort servieren.

TIPP: Diese Pizza ist als Vorspeise gedacht. Für ein Hauptgericht für 4 Personen einfach die Zutaten verdoppeln.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten**
zzgl. 60 Minuten Ruhezeit

**TITEL-
REZEPT**

Linguine mit grünem Spargel, Pancettasoße und Basilikumöl

Linguine con asparagi verdi, pancetta e olio al basilico



FÜR 4 PERSONEN

- 12 Pancetta-Scheiben**
1/2 Bund Basilikum
5 EL natives Olivenöl extra
1 Schalotte
200 ml trockener Weißwein
200 g Sahne
200 ml Gemüsebrühe
500 g grüner Spargel
400 g Linguine
etwas frisch geriebene Muskatnuss
4 EL frisch geraspelter Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. 6 Pancetta-Scheiben darauflegen, mit einem weiteren Bogen Backpapier belegen und mit einem weiteren Blech beschweren. Die Pancetta-Scheiben im vorgeheizten Ofen in ca. 10 Minuten kross backen. Anschließend aus dem Ofen nehmen, auskühlen lassen und grob zerbröckeln. Inzwischen das Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und mit 4 EL Öl fein pürieren.

2 Für die Soße die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden. Die übrigen Pancetta-Scheiben in kleine Stücke schneiden. Übriges Öl in einem Topf erhitzen und die Schalotte darin glasig dünsten. Pancetta dazugeben und kurz mitdünsten. Alles mit dem Wein ablöschen und diesen bei mittlerer Hitze auf die Hälfte einkochen lassen.

3 Sahne und Brühe dazugeben und die Soße cremig einkochen lassen. In der Zwischen-

zeit den Spargel waschen, dann von den holzigen Enden befreien und im unteren Drittel schälen. Von den Spargelstangen mit einem Sparschäler der Länge nach vom abgeschnittenen Ende bis zur Spargelspitze feine Streifen abziehen.

4 Die Linguine nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. In der letzten Minute der Kochzeit auch die Spargelstreifen mitgaren. Die Soße durch ein Sieb in einen weiteren Topf gießen, damit die Pancettastücke zurückbleiben. Die Soße mit dem Stabmixer schaumig mixen, dann mit etwas Muskat sowie Salz und Pfeffer würzen.

5 Linguine und Spargel abgießen und auf Teller verteilen. Die Pancettasoße darüberträufeln, dann Pancettachips und Parmesanraspel daraufstreuen. Das Gericht mit dem Basilikumöl beträufeln und sofort servieren.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten**

Spargelküchlein mit Lachsfilet und Limettencreme

Tortine agli asparagi con salmone e crema al lime



FÜR 8 STÜCK

2 EL natives Olivenöl extra
6 Blätter Filoteig (Kühlregal)
je 150 g grüner und weißer Spargel
150 g Lachsfilet
250 g Ricotta
150 g Schmand
1 Bio-Limette (abgeriebene Schale und Saft)

2 Eier
etwas **Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 8 Mulden eines Muffinblechs mit etwas Olivenöl einfetten. Die Filoteigblätter jeweils vierteln. Alle Teigviertel mit etwas Olivenöl bestreichen und jeweils 3 Teigstücke leicht versetzt aufeinanderlegen. Die gefetteten Mulden mit je 1 Teigstück auslegen.

2 Den Spargel waschen und von holzigen Enden befreien. Den weißen Spargel komplett, den grünen Spargel im unteren Drittel schälen. Beide Spargelsorten in ca. 4 cm lange Stücke schneiden und 4 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Anschließend abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

3 Das Lachsfilet waschen und trocken tupfen, dann in ca. 1 cm große Würfel schneiden. Diese leicht salzen und pfeffern.

4 In einer Schüssel Ricotta und Schmand mit Limettenschale und -saft sowie Eiern verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die blanchierten Spargelstücke und die Lachs-würfel vorsichtig unterheben. Die Masse auf den Filoteig geben und die Spargelküchlein ca. 30 Minuten im vorgeheizten Ofen backen, bis die Masse gestockt und der Fisch gar ist. Die Küchlein mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden.

5 Die Spargelküchlein heiß oder lauwarm abgekühlt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten

Spargelragout mit Hackbällchen und gebratenen Kartoffelwürfeln

Asparagi con polpette e cubetti di patate arrostiti



FÜR 4 PERSONEN

FÜR DIE HACKBÄLLCHEN

500 g gemischtes Hack
1 Ei
2 EL Semmelbrösel
1 TL mittelscharfer Senf
1 TL Tomatenmark
2 EL Rapsöl
etwas **Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

AUSSERDEM

je 500 g grüner und weißer Spargel
1 EL Instant-Gemüsebrühepulver
800 g kleine festkochende Kartoffeln
3 EL Butter
3 EL Mehl
100 g Sahne

etwas **frisch geriebene Muskatnuss**

1-2 EL Bio-Zitronensaft
4-5 Blätter Bärlauch
1/2 Bund Schnittlauch
1 Beet Kresse
etwas **Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Das Hackfleisch in einer Schüssel mit Ei, Semmelbröseln, Senf und Tomatenmark vermengen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Masse Bällchen formen, diese in einer Pfanne in heißem Öl in ca. 10 Minuten goldbraun braten, dann aus der Pfanne nehmen.

2 Den Spargel waschen. Den weißen komplett, den grünen im unteren Drittel schälen. Die Stangen von den holzigen Enden befreien und in mundgerechte Stücke schneiden. In einem Topf 2 l Wasser mit dem Brühepulver aufkochen. Den weißen Spargel 8 Minuten, den grünen 5 Minuten darin garen. Den Spargel abgießen, dabei den Sud auffangen. Spargel abtropfen lassen.

3 Die Kartoffeln schälen, waschen und in ca. 2 x 2 cm große Würfel schneiden.

1 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln unter regelmäßigerem Wenden bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Mit Salz und Pfeffer würzen.

4 2 EL Butter in einem Topf erhitzen. Das Mehl dazugeben und darin anschwitzen. 500 ml des aufgefangenen Spargelsuds und die Sahne angießen. Die Soße unter Rühren aufkochen und mit Muskat, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Unter Rühren ca. 5 Minuten sanft köcheln lassen.

5 Die Kräuter waschen und trocken tupfen. Den Bärlauch in Streifen und den Schnittlauch in Röllchen schneiden. Die Kresse vom Beet schneiden. Die Hälfte der Kräuter unter die Soße rühren.

6 Die gebratenen Hackbällchen und den gegarten Spargel in die Soße geben und alles kurz darin erhitzen. Das Spargelragout mit den gebratenen Kartoffelwürfeln auf Teller verteilen, alles mit den übrigen Kräutern bestreuen und das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 100 Minuten

Panini mit Kalbfleisch und mariniertem Spargel

Panini con carne di vitello e asparagi marinati

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN SPARGEL

1 TL Fenchelsaat
2 Pfefferkörner
100 ml heller Balsamicoessig
4 EL Zucker
1 TL Salz
500 g grüner Spargel

AUSSERDEM

etwas Friséesalat
4 Ciabatta-Brötchen
4 EL natives Olivenöl extra
2 Kalbsschnitzel
100 g Frischkäse
4 EL rotes Pesto
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den marinierten Spargel Fenchelsaat und Pfefferkörner grob mörsern und in einen Topf geben. Essig, Zucker und 1 TL Salz dazugeben und die Mischung aufkochen. Den Spargel waschen und von holzigen Enden befreien, dann im unteren Drittel schälen und in ca. 5 cm lange Stücke schneiden. Diese in den kochenden Sud geben und 4 Minuten sanft köcheln lassen. Den Topf dann vom Herd nehmen und den Spargel abgedeckt über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

2 Am nächsten Tag den marinierten Spargel aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. Den Friséesalat verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Ciabatta-Brötchen quer aufschneiden und die Schnittflächen mit 2 EL Olivenöl beträufeln. Die Brötchenhälften mit

der Schnittfläche nach unten in einer heißen Grillpfanne anrösten.

3 Die Kalbsschnitzel waschen und trocken tupfen, dann jeweils halbieren und von beiden Seiten in einer Pfanne in 2 EL heißem Olivenöl anbraten. Salzen und pfeffern.

4 Die Ober- und Unterhälften der gerösteten Ciabatta-Brötchen mit Frischkäse bestreichen. Die Unterhälften mit Friséesalat belegen, darauf jeweils 1 Stück Fleisch geben und dieses mit dem Pesto beträufeln. Den marinierten Spargel aus dem Sud heben und daraufgeben. Den Brötchendeckel aufsetzen und die Panini sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten
zzgl. 8 Stunden Kühlzeit



Grüsse aus Mailand

Belegen Sie den Burger mit Piccata milanese. Dafür Schnitzel erst in Mehl wenden, dann durch einen Mix aus verquirtem Ei und frisch geriebenem Parmesan ziehen und in heißem Fett goldbraun braten.

Panzanella mit Spargel, Kirschtomaten und Basilikum

Panzanella con asparagi, pomodorini e basilico



FÜR 4 PERSONEN

1 Ciabatta
10 EL natives Olivenöl extra
je 400 g weißer und grüner Spargel
4 EL heller Balsamicoessig
1 EL Senf
1 EL Honig
10 Kirschtomaten
1 Bund Basilikum

50 g Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Das Ciabatta in mundgerechte Würfel schneiden und auf das Blech geben. 5 EL Olivenöl darüberträufeln, salzen, pfeffern und vorsichtig vermengen. Die Ciabattawürfel im vorgeheizten Ofen in ca. 10 Minuten goldbraun und knusprig backen.

2 Inzwischen den Spargel waschen und von den holzigen Enden befreien. Den weißen Spargel komplett, den grünen Spargel nur im unteren Drittel schälen. Beide Spargelsorten in mundgerechte Stücke schneiden und in reichlich kochendem Salzwasser je nach Dicke

ca. 6 Minuten blanchieren. Dann abgießen, abschrecken und abtropfen lassen.

3 Für das Dressing Balsamico, Senf, Honig und 5 EL Olivenöl in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Den Parmesan in grobe Späne hobeln.

4 Spargel, kross gebackene Ciabattawürfel, Kirschtomaten und Basilikum in einer großen Schüssel vermengen. Den Salat auf Teller verteilen, mit Dressing beträufeln und mit Parmesanspänen bestreut servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

Gratinierte Spargel-Crespelle

Crespelle agli asparagi gratinate



FÜR 4 PERSONEN

FÜR DIE CRESPELLE
1/2 Bund Kerbel
150 ml Mineralwasser
100 g Mehl
1 Prise Salz
2 Eier
etwas Sonnenblumenöl zum Braten

AUSSERDEM

1 kg weißer Spargel
1 Knoblauchzehe
200 g Ziegenfrischkäse
1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale)
4 mittelgroße Strauchtomaten
2 EL natives Olivenöl extra
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für die Crespelle den Kerbel waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und mit der Hälfte des Mineralwassers pürieren. In einer Schüssel Mehl, Salz, Eier, Kerbel-Mix und übriges Mineralwasser zu einem glatten Teig verrühren. Diesen abgedeckt bei Zimmertemperatur 30 Minuten ruhen lassen.

2 Inzwischen für die Soße die Butter in einem kleinen Topf schmelzen lassen. Das Mehl dazugeben und unter Rühren anschützen. Die Milch dazugießen und die Soße unter Rühren bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten sanft köcheln lassen. Den Fontina-Käse reiben und unterrühren. Die Soße mit Muskat, Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken und warm halten.

3 Spargel waschen, von den holzigen Enden befreien und schälen, dann 8 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren. Anschließend abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Den Knoblauch schälen und hacken. In einer Schüssel Ziegenfrischkäse, Zitronenschale und Knoblauch verrühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Tomaten waschen, vom Stielansatz befreien und entkernen, dann fein würfeln.

4 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Auflaufform mit Olivenöl fetten und beiseitestellen. Aus dem Teig nacheinander in einer heißen Pfanne in Öl 4 Pfannkuchen (Crespelle) braten.

5 Alle 4 Crespelle jeweils mit 1/4 der Ziegenfrischkäsemasse bestreichen und mit je 1/4 der blanchierten Spargelstangen belegen. Alles aufrollen. Etwas Béchamelsoße in die vorbereitete Auflaufform geben und die 4 gefüllten Spargel-Crespelle darauflegen. Übrige Soße und Tomatenwürfel darauf verteilen und alles ca. 10 Minuten im Ofen gratinieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 75 Minuten

FÜR DIE BÉCHAMEL SOSSE

30 g Butter
40 g Mehl
500 ml Milch
150 g Fontina-Käse
etwas frisch geriebene Muskatnuss
1 Prise edelsüßes Paprikapulver
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



DIE BESTEN WEINE

Begleitung zu Gerichten mit edlem Spargel

Mit dem passenden Wein setzen Sie einem leckeren Essen das i-Tüpfelchen auf.

Unser Weinexperte Sergio Camerini verrät Ihnen, welche Weine besonders gut mit unseren Spargelgerichten von den vorangegangenen Seiten harmonieren



Endlich – wir atmen voller Freude ein und aus. Die Luft ist noch frisch, aber herrlich sauber und voller Düfte. Der Himmel ist wieder blau. Rotkohl, Sauerkraut und Geschmortes liegen hinter uns. Der Winter ist vorbei. Die andere Seite der Medaille: Wir sind wieder ein Jahr älter geworden. Na und?! Die Alternative wollen wir uns gar nicht vorstellen, jetzt, wo das volle Leben sprießt.

Es ist wieder Zeit für das edelste Gemüse, den Spargel. Seien Sie clever und warten Sie, bis die rechte Zeit ist. Diese Prämisse gilt – wenn Sie so wollen – für vieles mehr. Und jetzt sollten wir uns der Auswahl passender Weine zu den Spargelgerichten widmen, die wie immer mit viel Gusto und Fantasie von der Redaktion entwickelt wurden.

Zu den Linguine mit grünem Spargel, Pancettasoße und Basilikumöl würde ich zu gerne einen jungen, frischen Barbera d'Asti trinken. Die Kirscharomen und die leichte Säure sowie Mineralität machen diese

Kombination aufregend und interessant. Ansonsten empfehle ich einen trockenen Weißchen – der passt immer.

Zur weißen Pizza mit Spargel und Lachs passt ebenfalls die Vielfalt der weißen Rebsorten – Grillo, Catarratto, Inzolia usw. Die zwei Sommersaisons in Mondello 1964/65 lassen mich einfach nicht los.

Im Conegliano-Gebiet nahe Verona, rund um die Treviso-Stadt gelegen, wächst die Garganega-Traube. Sie beschert uns frische, ausgewogene

Genießen Sie feine Spargelgerichte mit herrlich frischen Tropfen!

gene Weine mit Wiesenblumen-Düften und wird Ihnen viel Vergnügen zum Panzanella mit Spargel, Kirschtomaten und Basilikum bereiten.

Die gratinierten Spargel-Crespele verlangen nach einem vollmundigen Weißwein mit Charakter und Weichheit am Gaumen! Meine Präferenz wäre ein im Barrique ausgebauter Traminer aus Südtirol.

Für den passenden Wein zum gebratenen Spargel mit Kabeljau und Pinienkern-Kapern-Butter begeben wir uns in Richtung Napoli, in das im Norden des Vesuv-Vulkans gelegene Weinanbaugebiet Kampaniens. Auf gut 500 Metern über dem Meer wächst die Rebsorte Falanghina. Der Wein offenbart ein Bouquet von weißen Pfirsichen und Düften der mediterranen Macchia. Aus den Colli Orientali im Friaul hingegen kommt die Rebsorte Ribolla Gialla. Wer sich das Gericht Spargelküchlein mit Lachsfilet und Limettencreme ausgedacht hat, konnte nicht wissen, dass dieser Wein dazu „geboren“ wurde – phänomenal, fantastisch, das passt. Zu den Panini mit Kalbfleisch und mariniertem Spargel empfehle ich unbedingt einen Vermentino aus Ligurien, einem Terrassenanbaugebiet 300–400 Meter über dem Mittelmeer, im Hinterland am Fuße der südlichen Alpen gelegen. Mehr geht nicht!

Und was passt zum Spargelragout mit Hackbällchen? Für diese geballte Geschmacksfülle bietet sich mit seiner leichten Säure und der betörenden Kräuternote ein Gavi di Gavi aus dem DOC-Gebiet im Süd-Piemont an. Oder ein guter reifer Rosé aus der apulischen Aglianico-Traube. Wer mich kennt, weiß, dass ich Letzteren schlürfen würde.

Ihnen einen schönen Frühling!

Ciao, alla prossima!
Ihr Sergio Camerini





ANBAU & ERNTE

Spargel ist ein echtes Frühlingsgemüse, das unter aufgehäuften Erdwällen angebaut wird. Seine Saison beginnt Mitte April und endet in Deutschland traditionell am 24. Juni, dem Johannistag. Hierzulande ist der weiße Spargel, auch Bleichspargel genannt, sehr beliebt. Er ist weiß, solange er geerntet wird, wenn die Köpfe die Erde noch nicht durchbrochen haben. Wird er später gestochen, entsteht eine violette Färbung. Grüner Spargel hingegen wächst über der Erde, weshalb er sich aufgrund von Photosynthese grün verfärbt. Infolge der einfacheren Ernte ist grüner Spargel leichter verfügbar als der weiße.

SPARGEL RATGEBER

Wir geben Ihnen hilfreiche Tipps und verraten Tricks, damit Sie für die Zubereitung von erntefrischem Spargel gewappnet sind



AUFBEWAHRUNG

Frischen Spargel können Sie einige Tage im Gemüsefach Ihres Kühlschranks aufbewahren. Wickeln Sie ihn dazu vorher in ein feuchtes Küchenhandtuch, so trocknet er bei der Lagerung nicht aus. Sie können Spargel auch ganz wunderbar einfrieren. Dafür den Spargel waschen, schälen, putzen und ungekocht und portionsweise in Tüten verpackt in den Tiefkühlschrank geben. So bleibt er ca. 6 Monate frisch.

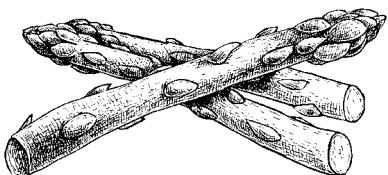
ZUBEREITUNG

Im Gegensatz zu grünem Spargel muss weißer Spargel gründlich geschält werden. Da der Spargel unter der Erde wächst, ist die Schale sehr hart und der untere Teil des Spargels oft holzig. Neben dem Schälen des kompletten Spargels empfiehlt sich daher, das untere Drittel komplett wegzuschneiden. Weißer Spargel braucht im Vergleich zu seinem grünen Verwandten recht lange, bis er gegart ist. Garen Sie ihn in siedendem Salzwasser je nach Dicke ca. 10 Minuten.



AUS SCHALE WIRD SUPPE

Kochen Sie für eine kräftig nach Spargel schmeckende Suppe die Spargelschalen ca. 30 Minuten (nicht länger, sonst kann der Sud leicht bitter werden) in siedendem Salzwasser. Etwas Zucker und 1/2 Bio-Zitrone intensivieren das Aroma. Den Spargelsud abseihen und als aromatische Basis für klare und cremige Spargelsuppen verwenden.



GESCHMACK

Weißer Spargel hat einen milden Geschmack und ein besonders feines Aroma. Für manchen Gusto weist er eine leicht bittere Note auf. Gegart hingegen schmeckt er leicht süßlich und zergeht butterzart auf der Zunge. Weißer Spargel passt wunderbar zu Schinken, Fleisch und Fisch. Aber auch vegetarisch zubereitet ist er ein Genuss. Grüner Spargel schmeckt etwas intensiver und mehr nach Gemüse, zudem ist er gesünder, da er durch das Wachsen an der Erdoberfläche wichtige Inhaltsstoffe entwickelt. Er harmoniert wunderbar mit Tomaten und anderen fruchtigen und säuerlichen Komponenten sowie kräftigen Aromen.

Urlaubsoasen FÜR GENIESSEN.

PASSION FOR WINE & NATURE

In Südtirols erstem Weinhotel kommen die Wein- & Feinschmecker zusammen.

Als Gründerhotel der Vinum Hotels Südtirol garantieren wir einen genussreichen Urlaub rund um das Thema Wein, Natur und Wellness. Ab April 2019 überraschen wir unsere Gäste mit neuen stilischen Suiten, einer Lounge-Wiese, einer neuen Außen-Sauna und vieles mehr.



Hotel DER WEINMESSER
Familie Kohlgruber, Schennaerstraße 41
I 39017 Schenna (BZ), T +39 0473 945660
info@weinmesser.com, www.weinmesser.com
MwSt.-Nr. IT02540100217

Dine & Wine

Degustationsmenü mit passender Weinbegleitung. Unser Angebot gilt unabhängig von der Aufenthaltsdauer, ab € 52,- p. P.

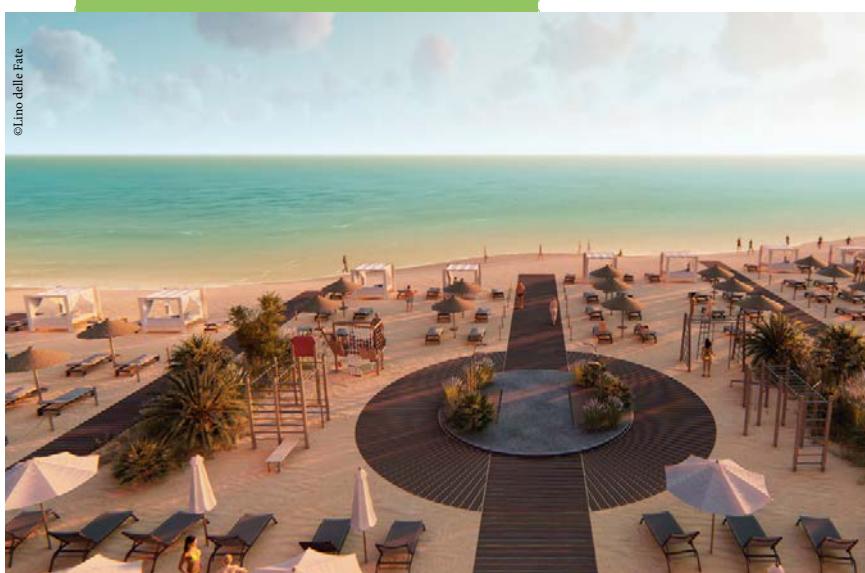


Schenna • Südtirol



Venetien • Italien

©Lino delle Fate



Umweltbewusster Urlaub für Naturliebhaber.

Urlaubsreif? Der nächste Sommer liegt zwar noch in weiter Ferne, der nächste Urlaub muss aber nicht fern sein. Gönnen Sie sich eine Auszeit vom Alltag im Lino delle Fate Eco Village Resort in Bibione, das im Mai 2019 eröffnet wird.

Eingebettet in ein 250.000 m² großes, autofreies Areal mit mediterraner Vegetation erwartet Sie höchster Wohnkomfort in heimeligen Suiten, Bungalows und Appartements. Ein 400 m entfernter Privatstrand, beheizte Pools sowie ein Kinderanimationsprogramm mit lehrreichen Aktivitäten in der Natur bieten Spaß ohne Ende. Weinverkostungen, Ausflüge ins Grüne und zu den Kunst- und Kulturschätzen der Region sowie unzählige Aktivmöglichkeiten sorgen für unvergessliche Erlebnisse an der traumhaften Küste Venetiens.

Senden Sie Ihre Urlaubsanfrage an die Europa Tourist Group, zu dem das umweltfreundliche Lino delle Fate Resort gehört, und freuen Sie sich auf vielfältige Erlebnisse und umfassende Erholung im Einklang mit der Natur!

Lino delle Fate Resort
Via Lattea, I 30028 Bibione (VE)
offers.linodellefateresort.com

Anfrage und Buchung via Europa Tourist Group
T +39 0431 430144, hotel@etgroup.info
MwSt.Nr. IT 00880040274



LINO delle FATE
ECO VILLAGE RESORT
★★★★



Lammhaxe

Dieses Teilstück besitzt einen relativ hohen Bindegewebsanteil und ist dabei sehr mager. Haxe im Ganzen eignet sich sowohl zum Braten als auch zum Schmoren im Backofen.



Unsere besten LAMM- REZEPTE

Saftig, zart und dabei unglaublich aromatisch - das können nur unsere **feinen Ideen für Lammfleisch** sein: Freuen Sie sich auf Haxe, Lammlachs, Karree, Filet und köstliche Hackbällchen!

FOTOS & STYLING | IRA LEONI



LAMMHAXEN
mit gebackenen Kartoffeln
und Karotten

Rezept auf Seite 31

ERBSENFUSILLI
mit gebratenem Lammspiss

Rezept auf Seite 32



Lammlachs

Dieses edle Stück ist sehr zart und eignet sich wunderbar zum Grillen und Braten. Es handelt sich hierbei um den herausgelösten Kernmuskel des Lammrückens.



Das schmeckt auch
KINDERN



KRÄUTER- LAMMKARREE *mit Fenchelgemüse*

Rezept auf Seite 32



Lammkarree

Aus dem Rücken wird u. a. das Lammkarree gewonnen. Signifikant sind die Rippenknochen, zwischen denen es sich in die einzelnen Lammstielkotelets teilen lässt.



Lammfilet

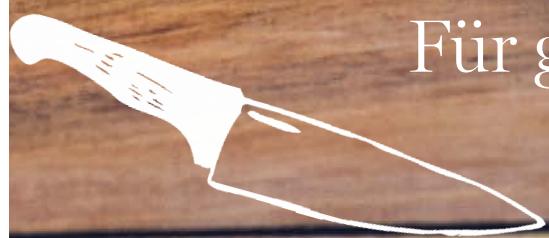
Ebenfalls aus dem Rücken geschnitten, handelt es sich beim Filet um ein Teilstück des Lendenkoteletts. Dieser Muskel wird selten benutzt, weshalb das Filet so zart ist.



LAMMFILETS mit Kräuter-Pistazien-Kruste, Radicchio-Ravioli und Fenchelgemüse



Für ganz besondere
ANLÄSSE



Lammfilets mit Kräuter-Pistazien-Kruste, Radicchio-Ravioli und Fenchelgemüse

Filetto di agnello in crosta di pistacchi ed erbe, ravioli al radicchio e finocchi

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DIE RAVIOLI

200 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
2 Eier
1 TL natives Olivenöl extra
80 g Radicchio
100 g Frischkäse
etwas **Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

FÜR DIE LAMMFILETS

2 Stiele Thymian
600 g Lammfilet
2 EL natives Olivenöl extra
2 Stiele Petersilie
25 g Pistazienkerne
25 g Semmelbrösel
50 g weiche Butter
2 EL Senf
etwas **Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

AUSSERDEM

2 Stiele Estragon
800 g Fenchel
3 EL Butter
1 Stiel Thymian

1 Mehl, Eier, Öl, 1/2 TL Salz und 1 TL kaltes Wasser verkneten. Radicchio putzen, vierteln und vom Strunk befreien, dann in feine Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern. Den Frischkäse mit Radicchio vermengen, salzen und pfeffern. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche 2 mm dick ausrollen. Aus der Hälfte des Teigs mit einem Teigrädchen Quadrate (ca. 5 x 5 cm) ausschneiden. Die Füllung auf den Quadraten verteilen, übrigen Teig darauflegen und ausradeln. Ränder andrücken und verschließen.

2 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Lammfilets trocken tupfen, mit

Salz, Pfeffer und Thymian würzen und in erhitzen Öl anbraten. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und hacken. Pistazien, Semmelbrösel und Petersilie fein mixen und mit Butter vermengen. Lammfilets mit Senf bestreichen, in einer Auflaufform mit der Pistazienmischung bestreichen und 10–15 Minuten im Ofen garen. Estragon waschen und trocken tupfen. Die Blättchen fein schneiden. Fenchel putzen, halbieren, vom Strunk befreien und in kleine Stücke schneiden. Fenchel und Estragon in 2 EL erhitzen Butter 10–12 Minuten dünsten.

3 Die Ravioli 5–7 Minuten in kochendem Salzwasser garen, dann abgießen und abtropfen lassen. Thymian waschen und trocken schütteln. Übrige Butter mit Thymianblättchen und etwas Salz erhitzen, die Ravioli damit beträufeln. Lammfilets, Fenchel und Ravioli auf Tellern anrichten und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten

Lammhaxen mit gebackenen Kartoffeln und Karotten

Stinco di agnello con patate e carote al forno



FÜR 4 PERSONEN

4 Lammhaxen (à ca. 400 g)
1 Stange Staudensellerie
1/2 Stange Lauch
6 Karotten
3 Knoblauchzehen
6 EL natives Olivenöl extra
2 EL Tomatenmark
300 ml trockener Rotwein
300 ml Lammfond
3 Zweige Rosmarin
1 Lorbeerblatt
6 mittelgroße festkochende Kartoffeln
etwas **Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Die Haxen waschen und trocken tupfen, dann mit Salz und Pfeffer einreiben. Sellerie, Lauch und Karotten waschen und putzen, Karotten schälen. 2 Karotten (die übrigen bis zur Verwendung beiseitelegen) sowie Sellerie und Lauch in Stücke schneiden. Die Knoblauchzehen ungeschält andrücken.

2 Den Backofen auf 160 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 2 EL Olivenöl in einem ofenfesten Bräter erhitzen. Die Haxen darin bei großer Hitze rundherum scharf anbraten, dann herausnehmen und das vorbereitete Gemüse sowie den Knoblauch im Bratfett anbraten. Tomatenmark dazugeben und anrösten, dann alles mit Wein und Fond ablöschen. Haxen sowie 1 Zweig Rosmarin und das Lorbeerblatt in den Bräter geben und alles mit einem ofenfesten Deckel zugedeckt 2 Stunden im vorgeheizten Ofen schmoren. Die Haxen zwischendurch einmal wenden.

3 Ein Backblech bereitstellen. Kartoffeln schälen und in Spalten schneiden. Übrige Karotten der Länge nach vierteln. Beides

auf das Backblech geben, dabei Platz für die Lammhaxen lassen. Das Gemüse salzen, pfeffern und mit den Nadeln der übrigen 2 Rosmarinzweige bestreuen, dann alles mit 4 EL Olivenöl beträufeln.

4 Den Bräter nach 2 Stunden aus dem Ofen nehmen und die Temperatur auf 200 °C erhöhen. Die Lammhaxen aus dem Sud heben und auf das Blech neben das Gemüse setzen. Das Blech in den vorgeheizten Ofen geben. Gemüse und Fleisch 30–40 Minuten backen. Das Gemüse sollte goldbraun sein. Die Haxen zwischendurch wenden. Mit Alufolie abdecken, sollten sie drohen, zu dunkel zu werden.

5 Inzwischen den Sud aus dem Bräter durch ein Sieb in einen weiteren Topf abgießen, sodass Kräuter und Gemüse zurückgehalten werden. Den Sud bei großer Hitze einkochen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gebackenes Gemüse und Lammhaxen mit dem Sud beträufeln und auf dem Blech servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 3,5 Stunden

Erbsenfusilli mit gebratenem Lammfleisch

Fusilli ai piselli con spiedino di agnello



FÜR 4 PERSONEN

4 Stiele Thymian
2 Knoblauchzehen
4 EL natives Olivenöl extra
1/2 Bio-Zitrone (abgeriebene Schale und Saft)
2 Lammfleischstücke
1 Schalotte
1 EL Butter
400 g TK-Erbsen
250 ml heiße Gemüsebrühe
400 g Fusilli
150 g Mascarpone
1 EL frisch geriebener Parmesan
2 Stiele Petersilie zum Garnieren
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Knoblauch schälen und hacken. Das Olivenöl und Zitronensaft in einer flachen, länglichen Schale mit Thymian und Knoblauch verrühren.

2 Das Lammfleisch waschen und trocken tupfen, dann der Länge nach in jeweils 2 Streifen schneiden. Die 4 Fleischstreifen wellenförmig auf 4 lange Holzspieße stecken. Die Spieße salzen, pfeffern und in die Marinade legen. Abgedeckt über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen.

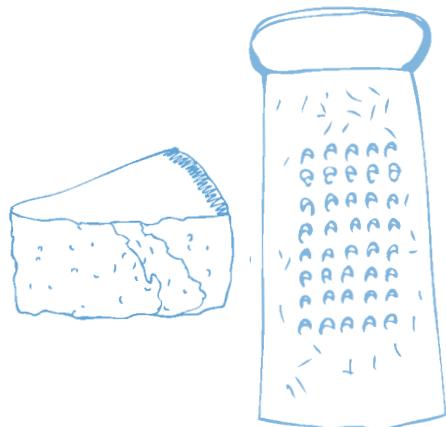
3 Die Schalotte schälen und in feine Würfel schneiden, dann in einem Topf in der Butter glasig dünsten. Die gefrorenen Erbsen dazugeben und mit der Brühe ablöschen. Alles bei mittlerer Hitze 10 Minuten sanft köcheln lassen. In der Zwischenzeit die Fusilli nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

4 Mascarpone zu den Erbsen geben und die Mischung mit dem Stabmixer pürieren. Nach Belieben durch ein feines Sieb passieren,

dann Parmesan unterrühren und die Soße mit Salz, Pfeffer und nach Belieben mit etwas Zitronenschale abschmecken.

5 Die marinierten Lammfleische aus der Marinade heben und bei großer Hitze in einer heißen Pfanne scharf anbraten. Das Fleisch darf im Innern noch rosa sein. Fusilli abgießen und tropfnass mit der Erbsensoße vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen und jeweils 1 Spieß darauf anrichten. Das Gericht mit Petersilie garniert sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten zzgl. 8 Stunden Kühlzeit



Kräuter-Lammkarree mit Fenchelgemüse

Carré di agnello alle erbe e finocchi



FÜR 4 PERSONEN

1,2 kg Lammkarree, küchenfertig
4 EL natives Olivenöl extra
1 Bio-Orange
4 Stiele Petersilie
2 Stiele Minze
4 Fenchelknollen
1 gelbe Paprikaschote
1 Ciabatta
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 120 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lammkarree unzerteilt waschen und trocken tupfen, dann mit Salz und Pfeffer würzen, mit 2 EL Olivenöl einreiben und in einer heißen Pfanne rundherum scharf anbraten. Das Fleisch aus der Pfanne nehmen und in eine Auflaufform setzen. Im vorgeheizten Ofen ca. 35 Minuten garen.

2 In der Zwischenzeit die Orange waschen und trocken reiben. Die Schale der halben Frucht abreiben, dann den Saft der ganzen Frucht auspressen. Petersilie und Minze waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, hacken und mit der abgeriebenen Orangenschale vermischen. Die Kräutermischung beiseitestellen.

3 Die Fenchelknollen waschen. Das Fenchel grün abschneiden, grob hacken und bis

zum Servieren beiseitelegen. Die Fenchelknollen halbieren, vom Strunk befreien und in Streifen schneiden. Das übrige Öl in einem Topf erhitzen und den Fenchel darin bei mittlerer Hitze andünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann mit Orangensaft ablöschen und ca. 5 Minuten sanft köcheln lassen. Die Paprikaschote waschen, putzen und in kleine Würfel schneiden.

4 Das Lammkarree aus dem Ofen nehmen und in der Kräutermischung wenden, dann zwischen den Knochen in einzelne Kotelets schneiden. Diese mit dem Fenchelgemüse auf Tellern anrichten und mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen. Das Gericht mit den Paprikawürfeln bestreuen und sofort servieren. Das Ciabatta dazuservieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten



Lammhack

Meist aus Keule oder Lende hergestellt, ist Hackfleisch vom Lamm schmackhaft und saftig. Lammhack eignet sich auch als würziges Ragout für Pasta oder Lasagne.

Rigatoni mit Lammhackbällchen in Kräuter-Tomatensoße

Rigatoni con polpettine di agnello al sugo di pomodoro ed erbe

FÜR 4 PERSONEN

- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Rosmarin
- 4 Stiele Oregano
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 850 g geschälte Tomaten (Dose)
- 1 Schalotte
- 500 g Lammhack
- 1 Ei
- 3 EL Semmelbrösel
- 400 g Rigatoni
- 150 g Schafskäse, grob zerbröckelt
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für die Tomatensoße die Zwiebel schälen und in Würfel schneiden. Knoblauchzehen schälen und hacken. Die Hälfte des Knob-

lauchs für die Zubereitung der Hackbällchen beiseitelegen. Rosmarin und Oregano waschen und trocken schütteln. Die Nadeln bzw. Blättchen abzupfen und hacken.

2 1 EL Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und 1 gehackte Knoblauchzehe darin glasig dünsten. Die Kräuter dazugeben und kurz mitdünsten, dann alles mit den geschälten Tomaten ablöschen. Diese mit dem Kochlöffel grob zerdrücken. Die Soße mit Salz und Pfeffer würzen und bei mittlerer Hitze ca. 10 Minuten köcheln lassen.

3 Schalotte schälen und fein würfeln. In einer Schüssel Lammhack mit Schalotte, dem restlichen Knoblauch, Ei und Semmelbröseln vermengen. Die Masse kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Aus der Hackmasse etwa walnussgroße Bällchen formen.

4 Das übrige Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Hackbällchen darin bei mittlerer Hitze rundherum braten, bis sie goldbraun und durchgegart sind. Inzwischen Rigatoni nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

5 Die Kräuter-Tomatensoße erneut mit Salz und Pfeffer abschmecken und die Hackbällchen hineingeben. Die Rigatoni abgießen und kurz abtropfen lassen, dann auf Teller verteilen. Hackbällchen und Tomatensoße daraufgeben und alles mit dem Schafskäse bestreut sofort servieren.

TIPP: Wer keinen Schafskäse mag, kann das Gericht natürlich auch mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 55 Minuten



Lammragout

Schulter, Brust, Bauch und Hals eignen sich besonders gut für Eintöpfe und Gulasch. Das magere Fleisch ist recht durchwachsen und wird erst beim Schmoren schön zart.

Lammragout mit Pastinaken-Sellerie-Stampf

Spezzatino di agnello con purè di pastinache e sedano rapa

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DAS RAGOUT

- 600 g Lammgulasch
- 2 EL natives Olivenöl extra
- 2 Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 100 g Staudensellerie
- 600 ml Lammfond
- 200 ml trockener Rotwein
- 2 Lorbeerblätter
- 2 Wacholderbeeren
- 200 g Kichererbsen (Dose)
- 4 Frühlingszwiebeln
- 2 Stiele Zitronenmelisse
- 1-2 EL Honig
- etwas Speisestärke zum Abbinden, nach Belieben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DEN STAMPF

- 500 g Pastinaken
- 500 g Knollensellerie
- ca. 100 ml Milch
- 2 Stiele Petersilie, gehackt
- etwas frisch geriebene Muskatnuss

5 g getrocknete Steinpilze

40 g Butter

etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für das Ragout das Fleisch trocken tupfen und in einem Bräter im heißen Öl anbraten. Zwiebeln und Knoblauch schälen, Zwiebeln würfeln und den Knoblauch zerdrücken. Den Staudensellerie waschen, putzen und in Scheiben schneiden, dann mit Zwiebeln und Knoblauch zum Fleisch geben und ebenfalls gut anbraten. Lammfond und Rotwein angießen, Lorbeerblätter und Wacholderbeeren dazugeben. Alles aufkochen und bei mittlerer Hitze abgedeckt 40–50 Minuten schmoren.

2 Die Kichererbsen in ein Sieb abgießen, gründlich abspülen und abtropfen lassen. Die Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in Ringe schneiden. Zitronenmelisse waschen und trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.

3 Für den Stampf Pastinaken und Sellerie schälen, waschen, in Stücke schneiden und in kochendem Salzwasser 20 Minuten garen.

4 Kichererbsen und Frühlingszwiebeln zum Lammragout geben und kurz miterhitzen. Das Ragout mit Zitronenmelisse und Honig abschmecken, nach Belieben mit etwas in kaltem Wasser angerührter Speisestärke abbinden und mit Salz und Pfeffer würzen.

5 Die Pastinaken-Sellerie-Mischung abgießen. Die Milch im selben Topf erhitzen. Das abgegossene Gemüse zur Milch geben und grob zerstampfen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, die Petersilie unterrühren. Getrocknete Steinpilze mit einer Küchenschere klein schneiden und in einer Pfanne in 1 TL Butter ca. 3 Minuten dünsten. Übrige Butter untermischen, kurz miterhitzen, mit Salz und Pfeffer würzen.

6 Das Lammragout und den Pastinaken-Sellerie-Stampf auf Teller verteilen. Alles mit der Steinpilzbutter beträufeln und das Gericht sofort servieren.

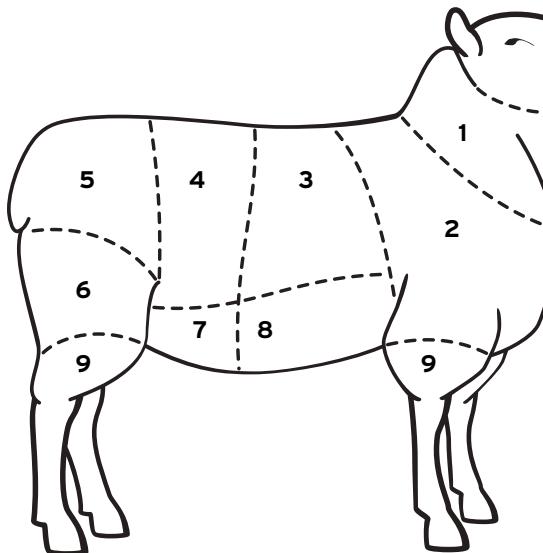
TIPP: Anstelle von Gemüestampf können Sie auch Pasta zum Ragout servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten

Lammfleisch RATGEBER

Die einzelnen Teile des Lamms eignen sich **für unterschiedliche Zubereitungsarten**.

Wir zeigen, welches Stück zu welchem Gericht passt, und geben Ihnen hilfreiche Tipps an die Hand



- 1 Hals und Nacken
- 2 Schulter
- 3 Kotelett/Rippe
- 4 Lendenkotelett
- 5 Kotelett
- 6 Bein
- 7 Flanke
- 8 Brust
- 9 Vorder- und Hinterbein/Keule

WAS LANGE WÄHRT

Das Fleisch aus der Schulter, auch Bug oder Schaufel genannt, kann entweder im Ganzen, oder ausgelöst als Rollbraten zubereitet werden. Zum Schmoren eignen sich außerdem das stark marmorierte Nackenfleisch, die Haxe, oder die relativ magere Keule, die am Knochen gegart werden sollte. Je nach Größe des Fleischstücks garen Keule und Braten **pro Kilogramm ca. 60 Minuten bei 170–180 °C** im Backofen. Eine Lammhaxe benötigt bei gleicher Temperatur bis zu 2 Stunden.

Das Fleisch sollte sich leicht vom Knochen lösen lassen – dann ist es zart und richtig schön mürbe. Um auf Nummer sicher zu gehen, sollten Schulter, Keule und Nacken eine Kerntemperatur von **mindestens 75 °C** erreicht haben, denn erst ab dieser Temperatur werden Muskeln und Sehnen weich.



FÜR SOSSENFREUNDE

Für eine kräftige Soße sollten Sie zunächst das rundherum gewürzte Fleischstück scharf in einem Bräter in Öl anbraten. Das Fleisch dann aus dem Bräter nehmen und beiseitestellen. In den Bratenansatz kommen nun Knochen und Suppengemüse. Alles sehr scharf anbraten, mit Tomatenmark tomatisieren und mit einem kräftigen Rotwein und Fond ablöschen. Das Fleisch wieder in den Bräter geben und alles sanft im Ofen schmoren. Das Ergebnis: Wunderbar zartes Fleisch und eine kräftige Soße, die nur noch mit Salz, Pfeffer und anderen Gewürzen abgeschmeckt werden muss.

ROSA GEBRÄTEN

Zum Kurzbraten eignen sich besonders die zarten und mageren Rückenteile. Hieraus werden das ca. 60 g schwere Filetstück sowie Koteletts geschnitten. Die Koteletts aus dem Rippenteil sind stärker marmoriert als Lendenkoteletts und somit etwas saftiger. Auch das Lammkarree sowie der nahezu sehnensfreie Lammlachs stammen aus dem Rücken. Karree, Lachs und Filet haben mit **maximal 58 °C** ihren optimalen Gargrad erreicht. Auch das durchwachsene Nackenstück eignet sich zum Kurzbraten. Es kann als Steak, ähnlich wie beim Schwein, zubereitet werden. In ihre einzelnen Rippen zerteilt, schmeckt auch die Lammbrust gebraten oder gegrillt ganz wunderbar.

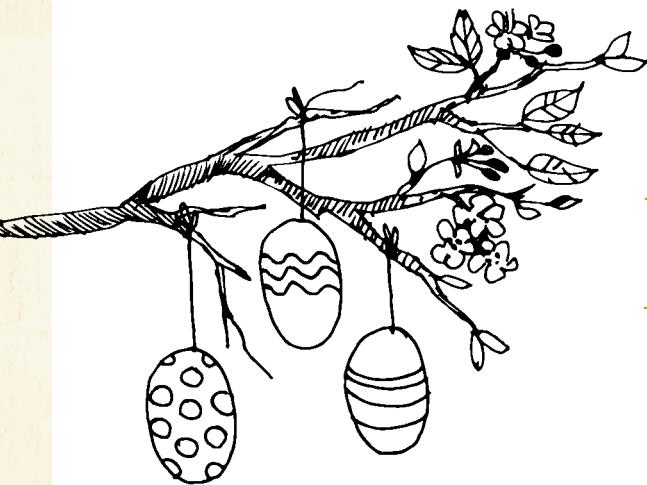
SO EIN HAMMEL!

Heute werden Lämmer ab dem 4. Monat geschlachtet. Da sich der intensive Hammelgeschmack erst ab Monat 10 entwickelt, ist es mittlerweile nicht mehr nötig, das Fleisch in Rotwein oder Milch einzulegen, da es schön zart ist und relativ neutral schmeckt.

DIE RICHTIGE WÜRZE

Zu Lamm passen Pfefferminze, Knoblauch, Thymian und Rosmarin ganz wunderbar. Das Lamm kann auch vor dem Garen mit Knoblauch und Zwiebel gespickt werden, dafür einfach Stücke davon zwischen die einzelnen Muskelpartien stecken.





Ostertradition in Italien Buona Pasqua!

Wir verraten Ihnen, wie unsere italienischen Nachbarn die Ostertage verbringen und welches traditionelle Gericht dabei nicht fehlen darf



IN VOLLER BLÜTE
Um die Osterzeit bricht
der Frühling herein (l.)
FAMILIENPICKNICK
am Ostermontag ist
Tradition (r.)



Trauerprozession

In Gedenken an die Kreuzigung Jesu tragen Männer an Karfreitag schweigend und trauernd bis zu 100 Kilogramm schwere, lebensgroße Passionsfiguren auf ihren Schultern durch die heimischen Straßen. Dieser Trauermarsch kann bis zu 20 Stunden dauern.



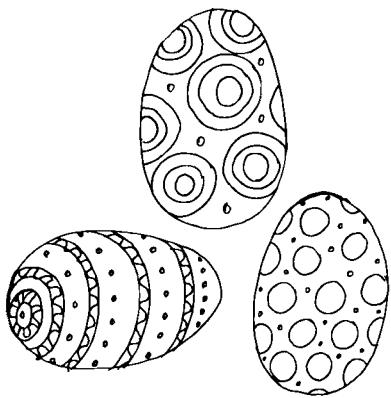
OSTERN, „PASQUA“, wird jährlich auch bei unseren Nachbarn in Italien ausgiebig gefeiert, allerdings mit anderen Bräuchen und eigenen traditionellen Gerichten.

Anders als bei uns ist der **KARFREITAG** („Venerdì Santo“) in Italien kein Feiertag. Jedoch beginnen an diesem Freitag die Osterferien in vielen Orten mit einer Trauerprozession, um an den Leidensweg Christi zu erinnern. Es gibt in allen Regionen Italiens - von den nördlichsten Teilen bis hin zur Südspitze - mehr als 3000 dieser symbolischen Inszenierungen, mal mehr, mal weniger dramatisch. Anlässlich der allgemeinen Trauer wird an Karfreitag nur etwas Leichtes, vorzugsweise Fisch, gegessen. Leckereien wie Süßigkeiten werden an diesem Tag meistens ausgeschlagen und gelten als unpassend.

Nach dem andächtigen Karfreitag und dem **SAMSTAG**, der ebenfalls kein richtiger Fei-

ertag ist, folgt die eigentliche Festlichkeit in der Nacht auf Ostersonntag mit einem sehr feierlichen großen Gottesdienst.

Am Morgen des **OSTERSONNTAGS** gibt es ein reichhaltiges Frühstück mit einigen erntefrischen Frühlingsboten und köstlichen Schokoladenostereiern, alles feierlich geschmückt mit Blumen und Pfirsichbaumzweigen. Anders als bei uns sind diese Eier riesengroß und mit einer Überraschung in Form eines kitschigen Geschenks gefüllt. Nach der Heiligen Messe „*Urbi et Orbi*“ auf dem Petersplatz in Rom, der entweder persönlich beigewohnt wird oder die in der Liveübertragung verfolgt wird, gibt es ein ausgiebiges Mittagessen. Zu diesem Essen wird, ähnlich wie in Deutschland, gerne Osterlamm gereicht. Zum Nachtisch gibt es traditionell eine „*Colomba*“, das ist ein luftiger Kuchen mit Mandeln, der in Form einer Taube gebacken wird. Im Süden Italiens gibt es zudem einen



Ostersymbole

Auch in Italien spielen Eier zu Ostern eine tragende Rolle. Bereits in vorchristlicher Zeit galten sie als Fruchtbarkeitssymbol, und sie stehen für das sich erneuernde Leben. Zudem gilt das Ei als Frühlingsbote, denn nach der langen Winterzeit beginnen die Hühner wieder mit dem regen Eierlegen. Auch in der Natur beginnt die lang ersehnte Frühlingsblüte, und alles erwacht aus dem vermeintlichen Winterschlaf. Ganz nach Tradition segnet ein Priester die Eier, die anschließend auf dem Esstisch ausgebreitet werden und andere Speisen umrahmen. Durch die Christianisierung rückte aber die Taube als Symbol für Jesus Christus in den Vordergrund.



URBI ET ORBI vorm Petersdom in Rom (I.)
COLOMBA PASQUALE
Der traditionelle Osterkuchen in Form einer Friedenstaube (r.)



Kulinistik

Ostertaube

Colomba pasquale



FÜR 1 KUCHEN

1/2 Würfel Hefe
100 g Zucker
100 ml lauwarme Milch
550 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 Prise Salz
1 Bio-Orange
150 g weiche Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten
5 Eigelb
130 g Orangeat
2 Pck. Vanillezucker
1 Ei
60 g Hagelzucker
50 g Mandelkerne
etwas Puderzucker zum Bestäuben

vom Rand bestäuben. Den Vorteig zugedeckt an einem warmen Ort 15 Minuten ruhen lassen. Inzwischen die Orange heiß abwaschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Orangenschale, Butter, Eigelb, Orangeat und Vanillezucker zum Vorteig geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen zugedeckt weitere 60 Minuten ruhen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.

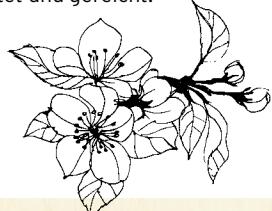
2 Eine Colomba-Form mit Butter fetten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche erneut kurz durchkneten und gleichmäßig in die Form verteilen, dann zugedeckt weitere 30 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen. Den Backofen auf 180°C Ober-/Unterhitze vorheizen.

3 Ei und Hagelzucker verquirlen und den Kuchen damit bestreichen. Den Kuchen mit Mandeln bestreuen und im vorgeheizten Ofen in 35–40 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäubt servieren.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten**
zzgl. 75 Minuten Ruhezeit

Reiskuchen, denn auch Reis hat eine bedeutende Symbolik für Leben und Fruchtbarkeit. Ganz nach dem Motto „Natale con i tuoi, pasqua con chi vuoi“ - „Weihnachten mit der Familie, Ostern mit wem du willst“ wird das Osterfest in Italien gern in einem großen Kreis und sehr ausgiebig mit guten Freunden und der Familie gefeiert, oft begleitet von freudiger Musik und ausgelassenem Tanz.

DER OSTERMONTAG wird in Italien auch „Pasquetta“ (kleines Ostern) genannt. Dieser Freudentag wird bei einem großen Picknick gemeinsam draußen im Grünen verbracht. Bei diesem traditionellen Picknick darf eine pikante Pastete, gefüllt mit Spinat, Ricotta und ganzen Eiern nicht fehlen. Die „Torta di Pasquetta“ wird in vielen Häusern aller Regionen zubereitet und gereicht.





Zeit für die Familie *Osterbrunch*

Wenn zu Ostersonntag **kleine und große Gäste an einem Tisch zusammenkommen**, gibt es großen Genuss in geselliger Runde



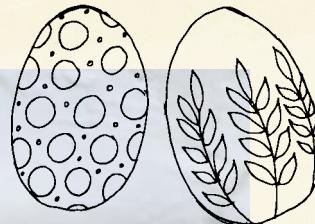
OSTERZOPF
Rezept auf Seite 42



HIMBEER-SPRITZ
mit Thymian



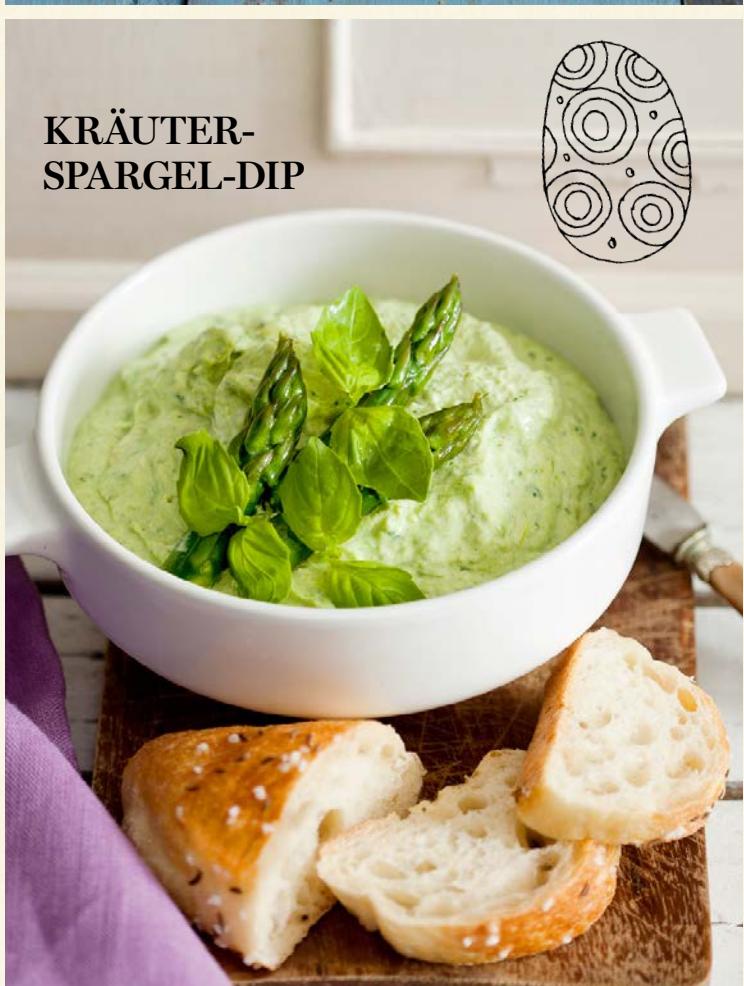
FRÜHLINGSAUFLAUF
mit Linguine und Tomaten



LACHS-SAHNE-GRATIN



**KERNIGES
SCHLEMMERMÜSLI**



LIEBLINGE an der Ostertafel



Pancetta-Kartoffelbrot mit Dip

Pane di patate con la pancetta

FÜR 1 BROT

FÜR DAS BROT

600 g mehligkochende Kartoffeln
etwas Salz
300 g Dinkelmehl
175 g Mehl zzgl. etwas mehr
zum Verarbeiten
1 Würfel Hefe
1 TL Zucker
100 g Pancettawürfel
4 EL natives Olivenöl extra zzgl.
etwas mehr zum Fetten

FÜR DEN DIP

200 g Mascarpone
100 g Joghurt
1 Handvoll Petersilie, gehackt
etwas Bio-Zitronensaft
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Die Kartoffeln schälen, waschen, in kleine Stücke schneiden und 15–20 Minuten in kochendem Salzwasser garen. Dann etwas ausdampfen lassen, warm durch die Kartoffelpresse drücken und auskühlen lassen.

2 Beide Mehlsorten in eine Schüssel sieben, in die Mitte eine Mulde hineindrücken. Die Hefe hineinbröckeln, mit Zucker bestreuen und mit 100 ml lauwarmem Wasser verrühren. Den Vorteig mit einem Küchenhandtuch abdecken und an einem warmen Ort ca. 20 Minuten ruhen lassen. Pancetta in 1 EL Olivenöl knusprig braten, dann auskühlen lassen. 1 1/2 TL Salz und das übrige Öl zum Vorteig geben. Alles auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche zu einem geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen und in einer gefetteten Schüssel abgedeckt weitere 30 Minuten gehen lassen.

3 Ausgekühlte Kartoffelmasse und Pancetta unter den Teig kneten. Den Teig zu einem ovalen Laib formen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und ca. 30 Minuten ruhen lassen. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

4 Das Brot im vorgeheizten Backofen in 45–55 Minuten goldbraun backen. Während des Backens eine ofenfeste Schüssel mit Wasser auf den Boden des Backofens stellen. Das Brot auf einem Kuchengitter auskühlen lassen und in Scheiben schneiden.

5 Für den Dip Mascarpone und Joghurt vermischen, mit etwas Salz, Pfeffer, und Zitronensaft abschmecken. Den Dip mit der Petersilie bestreuen und zum frisch gebackenen Pancetta-Kartoffelbrot servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten
zzgl. 80 Minuten Ruhezeit

Ofen in 20–25 Minuten goldbraun backen. Die Törtchen herausnehmen und auf einem Kuchengitter vollständig auskühlen lassen.

4 Inzwischen die übrige Butter cremig aufschlagen. Frischkäse unterrühren, dann den Puderzucker darübersieben, dabei weiter-schlagen. Schließlich den Eierlikör dazugeben und unterrühren. Die Buttercreme mit einem Spritzbeutel auf die abgekühlten Marzipantörtchen spritzen. Diese sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten

Marzipantörtchen mit Eierlikörcreme

Tortini di marzapane con crema di liquore all'uovo

FÜR 12 STÜCK

325 g weiche Butter
300 g Marzipanrohmasse
200 g Mehl
1/2 Pck. Backpulver
1 Prise Salz
2 Eier
200 g Mascarpone
75 g Zucker
3 EL Bio-Zitronensaft
150 g Frischkäse
150 g Puderzucker
4–5 EL Eierlikör

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die 12 Mulden eines Muffinblechs mit Papierförmchen auskleiden.

2 125 g Butter schmelzen. Topf vom Herd nehmen, die Butter kurz abkühlen lassen. Marzipan auf der Küchenreibe fein raspeln. Mehl, Backpulver und Salz mischen. Eier, Mascarpone, Zucker, Zitronensaft und die Butter gut verrühren. Die Mehlmischung nach und nach unterrühren.

3 Das Marzipan unterheben und alles gut vermengen. Den Teig in die vorbereiteten Papierförmchen geben und im vorgeheizten

Kräuter-Spargel-Dip

Dip con asparagi ed erbe

FÜR 10–12 PORTIONEN

500 g grüner Spargel
1/2 Bund Basilikum
1/2 Bund Bärlauch
1 EL Butter
1 TL Mehl
100–150 ml Gemüsebrühe
1 Prise Zucker
4–5 EL Speisequark
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

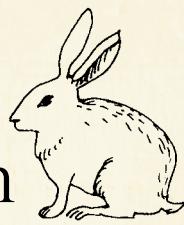
1 Spargel waschen, von den holzigen Enden befreien, im unteren Drittel schälen und in Stücke schneiden. Basilikum waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Den Bärlauch waschen und grob zerzupfen.

2 Die Butter in einem Topf zerlassen und den Spargel darin für 2–3 Minuten andünsten. Mit dem Mehl bestäuben, schwenken und die Brühe dazugießen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt in ca. 10 Minuten weich garen. Abgießen und etwas abkühlen lassen.

3 Basilikum und Bärlauch zum Spargel geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Den Quark unterrühren und den Kräuter-Spargel-Dip würzig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

GEMEINSAM genießen



Osterzopf

Treccia pasquale

FÜR 1 ZOPF

1 Würfel Hefe
330 ml lauwarne Milch
600 g Dinkelvollkornmehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
60 g weiche Butter
80 g Honig
1/2 TL Salz
1 Vanilleschote (ausgelöstes Mark)
1-2 TL Bio-Zitronenschale
1 kleines Ei
20 g Hagelzucker

1 Die Hefe zerbröckeln und in der lauwarmen Milch auflösen. Nach und nach das Mehl hineinsieben. Die weiche Butter, Honig, Salz, Vanillemark und die Zitronenschale einarbeiten und alles zu einem lockeren Teig verkneten. Diesen zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten ruhen lassen.

2 Backofen auf 190 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche 5 Minuten kräftig durchkneten und in 3 Portionen teilen. Jede Portion zu einem ca. 50 cm langen Strang formen. Alle 3 Teigstränge am oberen Ende zusammendrücken und zu einem Zopf flechten. Jeweils den mittleren Strang nach außen schlagen, einmal nach rechts, einmal nach links. Zum Schluss die Enden nach unten einschlagen. Den Zopf auf das Backblech legen und 10 Minuten ruhen lassen.

3 Das Ei verquirlen. Den Zopf damit bestreichen und mit Hagelzucker bestreuen. Den Hefezopf auf der untersten Schiene im Backofen ca. 35 Minuten backen. Mit Alufolie abdecken, sollte er drohen, zu dunkel zu werden.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 65 Minuten
zzgl. 40 Minuten Ruhezeit



Himbeer-Spritz mit Thymian

Spritz con lamponi e timo

FÜR 4 PERSONEN

300 g Himbeeren
1/2 Bund Thymian
1/2 Bio-Orange
75 g Zucker
400 ml Rosé-Prosecco, gut gekühlt

1 Die Himbeeren verlesen, ggf. waschen und vorsichtig trocken tupfen. Den Thymian waschen und trocken tupfen. Die Orange heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale mit einem Sparschäler dünn abschälen.

2 2/3 des Thymians mit der Orangenschale, 200 g Himbeeren und 100 ml Wasser in einen kleinen Topf geben. Aufkochen lassen und unter ständigem Rühren ca. 2 Minuten köcheln lassen. Topf vom Herd nehmen und alles zugedeckt 15 Minuten ziehen lassen.

3 Ein feines Passiertuch in ein Sieb legen und die Himbeermasse dort hindurch langsam in einen Topf abtropfen lassen. Den Zucker zum aufgefangenen Saft geben und die Mischung ca. 5 Minuten köcheln lassen. Dann vollständig auskühlen lassen.

4 Übrige Himbeeren und restlichen Thymian in 4 Prosecco-Gläser geben. Etwas Sirup dazugeben, alles mit gekühltem Rosé-Prosecco aufgießen und den Drink servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten
zzgl. 15 Minuten Ruhezeit



Frühlingsauflauf mit Linguine und Tomaten

Sformato primaverile con linguine e pomodori

FÜR 4 PERSONEN

400 g Linguine
300 g Kirschtomaten an der Rispe
250 g Mozzarella
2 Knoblauchzehen
1 Bund Basilikum
300 g Sahne
300 g Schmand
1 Prise Zucker
100 g frisch geriebener Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

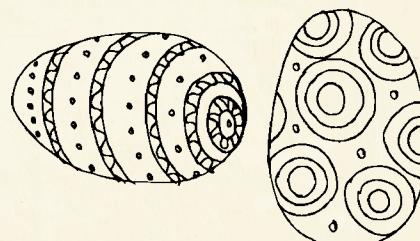
1 Die Linguine nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Die Tomaten waschen, einige an der Rispe lassen und die übrigen vierteln. Den Mozzarella abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden.

2 Den Backofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen. Beides mit der Sahne und dem Schmand verquirlen und die Mischung mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen.

3 Die Linguine abgießen, kurz abtropfen lassen und zurück in den Topf geben. Dann mit Tomaten und Mozzarella vermengen und in eine große Auflaufform geben. Die Sahnmischung darübergießen und alles mit dem geriebenen Parmesan bestreuen.

4 Den Auflauf im vorgeheizten Ofen in ca. 20 Minuten goldbraun überbacken, dann aus dem Ofen nehmen und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten





Lachs-Sahne-Gratin

Gratin di salmone

FÜR 4 PERSONEN

600 g **mehligkochende Kartoffeln**
 150 ml **Milch**
 1 **Zwiebel**
 1 **Knoblauchzehe**
 2 EL **natives Olivenöl extra zzgl.**
 etwas mehr zum Fetten
 1 EL **Mehl**
 100 ml **Gemüsebrühe**
 200 g **Sahne**
 1/2 Bund **Dill**
 1/2 **Bio-Zitrone**
 200 g **geriebener Mozzarella**
 1 Prise **frisch geriebene Muskatnuss**
 1 Prise **Zucker**
 4 **Lachsfilets (à 125 g)**
 etwas **Salz und frisch gemahlener**
schwarzer Pfeffer

1 Die Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. 300 ml Wasser und die Milch in einen Topf geben und erhitzen. Die Kartoffeln darin 15 Minuten garen.

2 Zwiebel und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel sowie Knoblauch darin andünsten. Den Zwiebel-Knoblauch-Mix mit dem Mehl bestäuben und dieses kurz mit andünsten. Dann alles unter Rühren mit Brühe und Sahne aufgießen. Die Soße in ca. 5 Minuten sämig einkochen lassen. In der Zwischenzeit den Dill waschen, trocken schütteln und hacken. Die Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale fein abreiben. Dann die Frucht halbieren und den Saft auspressen.

3 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine große Auflaufform einfetten. Den Mozzarella in die Sahnesoße geben und bei kleiner Hitze schmelzen lassen. 3/4 des Dills und die abgeriebene Zitronenschale dazugeben. Die Soße mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer sowie etwas Muskat und Zucker würzig abschmecken.

4 Zuerst die Kartoffeln, dann die Lachsfilets in die Auflaufform geben. Die Sahnesoße darübergeben und den Lachs im vorgeheizten Ofen 20–30 Minuten garen. Vor dem Servieren mit dem restlichen Dill bestreuen.

TIPP: Anstelle von Kartoffeln können Sie beispielsweise auch Kohlrabi oder Knollensellerie verwenden. So bekommt das Gratin eine herrlich frische Note.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



Kerniges Schlemmermüsli

Müsli croccante

FÜR 4 PERSONEN

50 g **getrocknete Datteln, entkernt**
 3 Äpfel
 2 Birnen
 100 g **kernlose Weintrauben**
 500 g **Joghurt**
 1 TL **Vanillezucker**
 1 EL **Bio-Orangensaft**
 80 g **zarte Haferflocken**
 30 g **Haselnusskrokant**

1 Die Datteln klein schneiden. Äpfel und Birnen waschen, vom Kerngehäuse befreien und in kleine Stücke schneiden. Weintrauben waschen, trocken tupfen und halbieren.

2 Den Joghurt mit Vanillezucker und Orangensaft glatt rühren und die Haferflocken unterrühren. Anschließend die Datteln und die Früchte unterrühren und das Müsli auf 4 Gläser verteilen. Das Müsli mit Haselnusskrokant garniert servieren.

TIPP: Dieses Schlemmermüsli kann sofort verzehrt werden, es schmeckt aber auch toll, wenn es mehrere Stunden oder sogar über Nacht im Kühlschrank durchziehen konnte.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten



Bunte Gemüse-Frittata

Frittata di verdure colorate

FÜR 4 PERSONEN

1 **rote Paprikaschote**
 1 **Karotte**
 100 g **Tomaten**
 1 EL **natives Olivenöl extra**
 4 Stiele **Petersilie**
 4 Stiele **Schnittlauch**
 2 **Frühlingszwiebeln**
 6 **Eier**
 etwas **Salz und frisch gemahlener**
schwarzer Pfeffer

1 Die Paprikaschote waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Karotte schälen und ebenfalls fein würfeln. Tomaten waschen und halbieren. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und das Gemüse darin andünsten.

2 Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und fein hacken. Frühlingszwiebeln putzen und waschen, dann fein schneiden. Die Eier verquirlen, Kräuter und Frühlingszwiebeln unterrühren. Den Mix mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Die Eimasse zum Gemüse in die Pfanne gießen und bei kleiner Hitze stocken lassen. Die Frittata wenden, wenn sie an der Oberfläche fast gestockt ist, und weiterbraten. Heiß oder lauwarm abgekühlt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten



Ideen für Eierspeisen Ei, wie fein!

Wir zeigen Ihnen, was alles unter der harten Schale steckt! Egal ob pochiert, gebacken oder gefüllt - hier spielen frische Eier die Hauptrolle

FOTOS & STYLING | ALEXANDRA PANELLA



**POCHIERTES EI
AUF CIABATTA**
mit geräucherter Forelle

Rezept auf Seite 48



**SPINAT-ZIEGENKÄSE-
TARTELETTES**
mit Wachtelei

Rezept auf Seite 48

Ideal fürs Osterbüfett



ZWEIERLEI
GEFÜLLTE
EIER

Zweierlei gefüllte Eier

Duo di uova ripiene

FÜR 4 PERSONEN

- 8 Eier**
120 g Ricotta
2 EL natives Olivenöl extra
1 TL Bio-Zitronenschale
5 Stiele Basilikum
100 g Mayonnaise
20 g gemahlene Mandeln
20 g Parmesan
etwas edelsüßes Paprikapulver
40 g Kapernäpfel in Lake (Glas)
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Eier anpicken und in kochendem Wasser in ca. 10 Minuten hart kochen. Dann abgießen, abschrecken, pellen und halbieren. Das Eigelb vorsichtig herauslösen.

2 Die Hälfte des Eigelbs mit Ricotta, 1 EL Olivenöl und Zitronenschale in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer fein pürieren. Das Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen. Einige kleine Blätter zum Garnieren beiseitelegen, den Rest sehr fein hacken und unter die Creme heben. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Basilikum-Ricotta-Creme in einen Spritzbeutel geben. Die Hälfte der ausgehöhlten Eierhälften damit füllen. Die Eierhälften bis zum Servieren kalt stellen.

3 Übriges Eigelb mit dem übrigen Olivenöl, Mayonnaise und Mandeln ebenfalls in ein hohes, schmales Gefäß geben und pürieren. Parmesan fein abreiben und dazugeben. Alles fein pürieren, mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Parmesan-Mandel-Creme in einen Spritzbeutel geben und in die übrigen ausgehöhlten Eihälften füllen. Die Kapernäpfel abgießen und trocken tupfen. Jeweils 1 Kapernäpfel auf die Parmesan-Mandel-Creme setzen und mit etwas Paprikapulver bestäuben. Kalt gestellte Basilikum-Ricotta-Eier aus dem Kühlschrank nehmen und mit den restlichen Basilikumblättern garnieren. Zusammen mit den Parmesan-Mandel-Eiern servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Eier im Hackfleischmantel

Polpette con uova sode

FÜR 9 STÜCK

- 9 Eier**
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
500 g Rinderhack
2 EL Semmelbrösel
5 TL Senf
1 EL Tomatenmark
1 TL edelsüßes Paprikapulver
2 EL natives Olivenöl extra
250 g Schmand
100 g Mascarpone
2 TL Honig
1/2 Bund Petersilie
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 8 Eier anpicken und in kochendem Wasser ca. 7 Minuten kochen. Die Eier dann her-

ausnehmen, abschrecken, pellen und etwas abkühlen lassen.

2 Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Zusammen mit Hackfleisch, dem übrigen rohen Ei, Semmelbröseln, 2 TL Senf und Tomatenmark in einer Schüssel vermengen. Mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen.

3 Die gepellten Eier gleichmäßig mit der Hackmasse ummanteln. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Hackfleisch-Eier darin bei mittlerer Hitze unter Wenden in ca. 10 Minuten goldbraun braten.

4 Inzwischen Schmand und Mascarpone in eine Schüssel geben und glatt rühren. Übrigen Senf und Honig dazugeben und alles verrühren. Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen, hacken und in den Dip rühren. Diesen mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die gebratenen Hackfleisch-Eier zusammen mit dem Dip servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten

Die schmecken immer!



Pochiertes Ei auf Ciabatta mit geräucherter Forelle

Uovo in camicia su ciabatta con trota affumicata e rucola

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Knoblauchzehe
- 3 EL natives Olivenöl extra
- 8 Scheiben Ciabatta
- 1/2 Bund Rucola
- 250 g geräucherte Forellenfilets
- 2 reife Avocados
- etwas Bio-Zitronensaft
- 2 EL Weißweinessig
- 8 Eier
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Knoblauch schälen und in Scheiben schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Knoblauch darin kurz andünsten. Dann die Ciabattascheiben portionsweise dazugeben und von beiden Seiten goldbraun rösten. Herausnehmen und abkühlen lassen.

2 Inzwischen den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Forellenfilets in grobe Stücke zupfen. Avocados halbieren und vom Kern befreien. Fruchtfleisch aus der Schale lösen und mit einer Gabel grob zerdrücken. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen. Die gerösteten Ciabattascheiben gleichmäßig mit der Avocadocreme bestreichen und mit Rucola und Räucherforelle belegen.

3 Für die pochierten Eier reichlich Wasser in einem Topf mit Weißweinessig aufkochen. Dann die Hitze reduzieren, sodass das Wasser nur noch siedet. 1 Ei in einer Tasse aufschlagen. Mit einem Kochlöffel das Wasser so rühren, dass ein Strudel entsteht. Das Ei sofort vorsichtig aus der Tasse in den Strudel gleiten lassen und ca. 3 Minuten ziehen

lassen. Das pochierte Ei vorsichtig mit einem Schaumlöffel herausheben, kurz abtropfen lassen und auf 1 Ciabattascheibe legen. Den Vorgang mit den übrigen Eiern wiederholen. Die pochierten Eier mit etwas Salz und Pfeffer bestreuen und das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



Spinat-Ziegenkäse-Tartelettes mit Wachtelei

Tartellette di spinaci e caprino con uovo di quaglia

FÜR 8 STÜCK

- 250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 50 g Polentagrieß
- 1 EL Zucker
- 150 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 2 Schlotten
- 1 Knoblauchzehe
- 500 g Blattspinat
- etwas natives Olivenöl extra
- etwas frisch geriebene Muskatnuss
- einige getrocknete Hülsenfrüchte zum Blindbacken
- 200 g Ziegenfrischkäse
- 3 Eier
- 100 ml Milch
- 8 Wachteleier
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den Teig Mehl, Polentagrieß, Zucker und 1 TL Salz vermengen. Kalte Butter dazugeben. Nach und nach 100 ml eiskaltes Wasser dazugeben und alles verkneten, bis die Zutaten sich gerade eben verbinden. Nicht zu lange kneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kalt stellen.

2 Inzwischen Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern. Öl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin kurz andünsten, den Spinat dazugeben und kurz zusammenfallen lassen. Alles kräftig mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen und die Pfanne vom Herd nehmen.

3 Den Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. 8 Tarteletteförmchen (Ø 10 cm) mit etwas Butter einfetten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und in 8 gleich große Portionen teilen. Diese jeweils rund ausrollen und die vorbereiteten Formen damit auskleiden, dabei einen kleinen Rand bilden. Den Boden mehrfach mit einer Gabel einstechen. Den Teig mit Backpapier und getrockneten Hülsenfrüchten belegen und ca. 15 Minuten im Backofen blindbacken.

4 In der Zwischenzeit den Ziegenfrischkäse mit Eiern und Milch in einer Schüssel verquirlen und kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Den abgekühlten Spinat unterrühren.

5 Backpapier samt Hülsenfrüchten von den Teigböden entfernen. Die Spinat-Ziegenkäse-Masse gleichmäßig auf den Böden verteilen. Die Wachteleier einzeln in einer Tasse aufschlagen und vorsichtig jeweils 1 Ei in ein Förmchen gleiten lassen. Die Tartelettes im Ofen in ca. 30 Minuten goldbraun backen. Die Spinat-Ziegenkäse-Tartelettes aus dem Ofen nehmen und noch warm servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 105 Minuten

Das perfekt gekochte Ei

Bei gekochten Eiern scheiden sich oft die Geister: Der eine mag es lieber weich, der andere lieber hart gekocht. Doch wie wird das Ei perfekt?

Im Test: zimmerwarme Eier der Größe „M“, gegart in sprudelnd kochendem Wasser. **Nach 3-4 Minuten:** sehr weich | **nach 5 Minuten:** wachsweich | **nach 7 Minuten:** mit leicht cremigem Kern | **nach 9 Minuten:** hart gekocht | **nach 11 Minuten:** sehr hart gekocht

UNSER NEUJAHS-ANGEBOT FÜR DICH!

16 Ausgaben für
nur 63,80 €
20% sparen!

Neujahrs-Aktion

2 Jahre Lesespaß



Deine Vorteile auf den Punkt gebracht:

Jetzt bestellen und das große Set
für Thermomix® im Wert von über
133,55 Euro gratis dazu erhalten!



Enthalten sind: 1 „mein ZauberTopf“-Schürze, 1 Kochbuch „mein ZauberTopf mixt! Familienlieblinge“, 1 Sammelschuber, 1 Spatel, 1 Universalbürste, 3 Messerbürsten, alle Ausgaben als E-Paper für Smartphone und Tablet

Bestellung per Post

Schreib an:
Abo-Service falkemedia
mein ZauberTopf
Postfach 810640
70523 Stuttgart

Bestellung Online

[www.zaubertopf.de/
neujahrsaktion](http://www.zaubertopf.de/neujahrsaktion)

Bestellung per Telefon

Ruf einfach an unter:
0711-72 52 293

PASTA & VINO

Nudelgerichte mit passender Weinempfehlung

Freuen Sie sich auf herrliche Pastagerichte mit der **beliebten Nudelsorte Farfalle!**

Mit einem Glas Wein wird der Genuss noch getoppt

FOTOS & STYLING | FRAUKE ANTHOLZ

FARFALLE- BLUMENKOHL-GRATIN

Gratin di farfalle e cavolfiore

FÜR 4 PERSONEN

400 g bunte Farfalle
1 Blumenkohl
1 Zwiebel
1 EL Butter
1 EL Mehl
400 ml Milch
50 g frisch geriebener Parmesan
etwas frisch geriebene Muskatnuss
200 g Pancetta
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Die Farfalle nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Den Blumenkohl von den Blättchen befreien, waschen und in kleine Röschen teilen. In kochendem Salzwasser ca. 3 Minuten blanchieren, abgießen und abschrecken.

2 Zwiebel schälen und fein hacken. Butter in einem kleinen Topf zerlassen und die Zwiebel darin andünsten. Das Mehl einrühren und kurz darin anschwitzen. Die Milch unter ständigem Rühren dazugeben. Den Parmesan einrühren. Die Soße mit Muskat, Salz und Pfeffer kräftig würzen, aufkochen und ca. 10 Minuten sanft köcheln lassen.

3 Den Pancetta in Streifen schneiden. Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Farfalle, Blumenkohl und Pancetta in eine Auflaufform geben und die Soße daraufgeben. Den Auflauf im vorgeheizten Ofen in ca. 20 Minuten goldbraun überbacken, dann aus dem Backofen nehmen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 65 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Mit einzigartigem Nachgeschmack

Dieser Chardonnay präsentiert sich – trotz des Verzichts auf Holz – erstaunlich opulent. In der Nase sind Aromen reifer Birnen sowie Zitrusnoten zu erkennen. Abgerundet wird das Bouquet durch einen Touch Bisquit. Am Gaumen überzeugt er mit Nuancen reifer gelber Äpfel.

WIR EMPFEHLEN: „Leopard's Leap – Unwooded Chardonnay 2018“, 13,5 % Vol., Rebsorte: 100 % Chardonnay, ca. 6,99 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de

FARFALLE mit Basilikum-Minz-Pesto, Schweinemedaillons und gerösteten Mandeln

Farfalle al pesto di basilico e menta, medaglioni di maiale e mandorle tostate

FÜR 4 PERSONEN

80 g Mandelkerne, gehackt
1 Bund Basilikum
1/2 Bund Minze
1 Knoblauchzehe
80 g frisch geriebener Parmesan
1 TL Bio-Zitronenschale
7 EL natives Olivenöl extra
400 g Farfalle
4 Schweinemedaillons
(à ca. 125 g)
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Gehackte Mandeln ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne rösten, auskühlen lassen.

2 Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Den Knoblauch schälen und grob hacken. Die Hälfte der Mandeln mit Kräutern, Knoblauch, Parmesan und Zitronenschale in ein hohes Gefäß geben. 6 EL Olivenöl dazugeben und alles mit einem Stabmixer fein pürieren. Das Pesto mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Die Farfalle nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Die Schweinemedaillons waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das übrige Öl in der Pfanne erhitzen. Medaillons darin unter Wenden kurz scharf anbraten, dann bei kleiner Hitze gar ziehen lassen.

4 Farfalle abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. Das Pesto mit etwas Kochwasser bis auf die gewünschte Konsistenz verrühren. Pesto und Pasta gut vermengen und auf Teller verteilen. Jeweils 1 Medaillon dazugeben und das Gericht mit den übrigen Mandeln garniert servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT **40 Minuten**



Passende Weinempfehlung



Schön vollmundig

Dieser Rosso gilt als der typische Vertreter Siziliens wichtigster autochthoner Rebsorte, des Nero d'Avola. Mit Duftnoten nach roten Beeren und Gewürzen und einer tollen Balance zwischen Säure und Tannin.

WIR EMPFEHLEN: „Firriato - Chiaramonte Nero d'Avola Terre Siciliane IGT 2016“, 13,5 % Vol., Rebsorte: 100 % Nero d'Alva, ca. 10,95 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de



FARFALLE in Kräuter-Tomatensoße mit Garnelen

Farfalle al sugo di pomodoro ed erbe con gamberi

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Zwiebeln**
- 1 Knoblauchzehe**
- 500 g Tomaten**
- 100 g grüne Oliven, entsteint**
- 1 Bund gemischte Kräuter (z.B. Thymian, Oregano, Rosmarin)**
- 3 EL natives Olivenöl extra**
- 1 TL Zucker**
- 400 g Farfalle**
- 12 rohe Garnelen, geschält, entdarmt**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Tomaten waschen, halbieren und vom Stielansatz befreien, dann grob würfeln.

Oliven in Ringe schneiden. Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.

2 1 EL Öl erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin glasig andünsten. Tomaten, Oliven und Kräuter dazugeben und alles aufkochen lassen. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen und 15 Minuten köcheln lassen. Ggf. etwas Wasser dazugeben.

3 Farfalle nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Garnelen waschen und trocken tupfen. Übriges Öl in einer Pfanne erhitzen und die Garnelen darin bei großer Hitze 3–5 Minuten anbraten. Die Garnelen salzen und pfeffern und die Pfanne vom Herd nehmen.

4 Die Farfalle abgießen und kurz abtropfen lassen, dann zur Tomatensoße geben. Die Pasta mit jeweils 3 gebratenen Garnelen auf Teller verteilen und sofort servieren.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten**



Passende
Weinempfehlung



Frisch und leicht

Dieser köstliche Wein präsentiert sich in einem zarten Strohgelb mit grünen Reflexen, gepaart mit einem intensiven und überaus eleganten Duft nach grünem Apfel und Banane.

WIR EMPFEHLEN: „Santa Christina - Capsula Viola Toscana IGT 2018“, 10 % Vol., Rebsorte: 100 % Chardonnay, ca. 8,95 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de



HÄHNCHEN-INVOLTINI auf Farfalle mit Spinat

Involtini di pollo con farfalle agli spinaci

FÜR 4 PERSONEN

5 Stiele Basilikum
125 g Mozzarella
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
400 g Blattspinat
4 Hähnchenschnitzel
(à ca. 200 g)
4 TL rotes Pesto (Glas)
2 EL natives Olivenöl extra
400 ml Gemüsebrühe
150 g Frischkäse
etwas frisch geriebene Muskatnuss
400 g Farfalle
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Basilikum waschen und trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen. Mozzarella abtropfen lassen und in dünne Scheiben schneiden. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken. Den Spinat verlesen, waschen und trocken schleudern.

2 Die Hähnchenschnitzel waschen, trocken tupfen und zwischen zwei Lagen Frischhaltefolie dünn klopfen. Hähnchenschnitzel mit Salz und Pfeffer würzen und mit rotem Pesto bestreichen. Mit Basilikum und Mozzarella belegen, von der schmalen Seite eng aufrollen, je mit einem Holzspieß fixieren.

3 Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Involtini darin kurz rundum anbraten, dann aus der Pfanne nehmen und beiseitestellen.

4 In derselben Pfanne Zwiebel und Knoblauch im Bratfett anbraten. Spinat dazugeben und kurz zusammenfallen lassen. Brühe dazugießen und kurz aufkochen lassen. Den Frischkäse einrühren und alles mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Involtini wieder in die Pfanne geben und bei geschlossenem Deckel auf kleiner Hitze ca. 10 Minuten garen.

5 Pasta nach Packungsangabe in kochendem Salzwasser al dente garen. Die Involtini in der Mitte schräg durchschneiden und mit Pasta sowie Spinatsoße servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Ausgewogen und elegant

Dieser Pinot Nero hat einen wunderschönen vollen frucht-
betonten und samtigen Geschmack. Er ist somit ein idealer
Begleiter zu Fisch mit würzigem Fleisch sowie zu Innereien
und feinem Geflügel. 8 Monate in französischen Barriques
gereift und anschließend 15 Monate auf der Flasche.

WIR EMPFEHLEN: „Castello della Sala - Pinot Nero
Umbria IGT 2016“, 13,5 % Vol., Rebsorte: 100 % Pinot Nero,
ca. 58,95 Euro, Bezugsquellen unter www.abayen.de

FARFALLE mit Zucchini und Bärlauch

Farfalle con zucchine e aglio orsino

FÜR 4 PERSONEN

400 g Farfalle
1 Handvoll Pinienkerne
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
2 Zucchini
5 Stiele Bärlauch
2 EL natives Olivenöl extra
150 ml Gemüsebrühe
150 g Sahne
2 TL Bio-Orangenschale
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Farfalle nach Packungsangabe in einem großen Topf in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. In der Zwischenzeit die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten, dann aus der

Pfanne nehmen und auskühlen lassen, dann bis zur Verwendung beiseitestellen.

2 Schalotten und Knoblauch schälen und fein hacken. Zucchini waschen, halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Den Bärlauch waschen und trocken tupfen, dann vom harten Stiel befreien und die Blätter in feine Streifen schneiden.

3 Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Zucchini dazugeben und unter Wenden 5-6 Minuten mitbraten. Die Brühe und die Sahne dazugießen und kurz aufkochen lassen. Bärlauch und Orangenschale dazugeben und kurz ziehen lassen. Das Gemüse mit Salz und Pfeffer abschmecken.

4 Die Pasta abgießen und tropfnass in die Pfanne zum Gemüse geben. Vorsichtig vermengen. Die Pasta auf Teller verteilen und mit Pinienkernen bestreut servieren.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten**



Passende Weinempfehlung



Mit elegantem Charakter

Intensive florale Noten zeigt das herrlich aromatische Bouquet. Den Gaumen verwöhnt der Arvali mit einem trockenen und weichen, intensiven sowie nachhaltigen Geschmack.

WIR EMPFEHLEN: „Ferruccio Deiana - Arvali Vermentino di Sardegna DOC 2018“, 13,5 % Vol., Rebsorte: 100 % Vermentino, ca. 12,49 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de



LAUWARMER PASTASALAT mit gedünsteten roten Zwiebeln

*Insalata di pasta tiepida con
cipolle rosse al vapore*

FÜR 4 PERSONEN

400 g Mini-Farfalle
50 g Haselnusskerne
3 rote Zwiebeln
5 Stiele Thymian
150 g getrocknete Tomaten
in Öl (Glas)
1/2 Bund Rucola
4 EL natives Olivenöl extra
1 EL Honig
60 ml Balsamicoessig
40 g Parmesan in Spänen
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 Die Pasta nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Abgießen, abtropfen und etwas abkühlen lassen. Die Haselnüsse grob hacken und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten, dann auskühlen lassen.

2 Zwiebeln schälen und in grobe Würfel schneiden. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und in Streifen schneiden. Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern.

3 Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln mit dem Thymian darin für 5–7 Minuten anbraten. Anschließend die getrockneten Tomaten und den Honig dazugeben und kurz mitbraten, mit Balsamico ablöschen und leicht einköcheln lassen. Die Pfanne vom Herd nehmen und die Zwiebel-Mischung salzen und pfeffern.

4 In einer Schüssel Pasta, geröstete Haselnüsse und Zwiebel-Mischung vermengen und den Rucola unterheben. Mit Parmesan hobeln garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



Passende
Weinempfehlung



Mit klarer Identität

Dieser Lugana vereint in sich eine prestigeträchtige Mischung: den einzigartigen Boden, das milde Mikroklima und die Rebsorte Trebbiano di Lugana. So entsteht ein Weißwein, der sich mit Noten von grünen Äpfeln, Limetten und wildem Thymian präsentiert.

WIR EMPFEHLEN: „Cà Maiol - Prestige Lugana DOP 2018“, 13 % Vol., Rebsorte: 100 % Trebbiano di Lugana, ca. 14,95 Euro, Bezugsquellen unter www.abayan.de

Jubiläumsverlosung

Wir feiern &

Sie gewinnen!

Hurra, Sie halten gerade die 61. Ausgabe der „So is(s)t Italien“ in Ihren Händen - es ist die Jubiläumsausgabe zum 10. Geburtstag des Magazins! Dies möchten wir feiern: **mit Geschenken und einer Verlosung!**

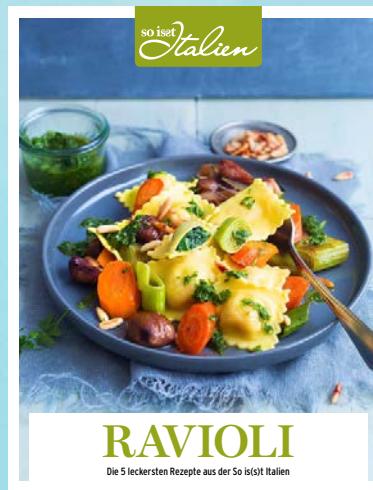
Vieles hat sich getan seit Ausgabe 3/2009: Wir haben Ihnen ca. 4315 Rezepte verraten und Sie in zahlreichen Reportagen nach Bella Italia entführt. Das Team ist gewachsen, eine Versuchsküche mit angegliedertem Fotostudio – das Foodio Kochstudio® – wurde errichtet, und wir konnten Fotografen und Grafiker für uns gewinnen, die ganz genau wissen, wie sie Pasta, Pizza & Co. perfekt in Szene setzen und jedem Magazin Leben einhauchen. Nicht zu vergessen all die fleißigen Kollegen, die im Hintergrund an jeder Ausgabe mitwirken: Herausgeber,

Vertrieb, Marketing & Mediaberatung, IT, Controlling, Versand etc. Alle sorgen mit viel Herzblut und Leidenschaft dafür, Ihnen mit jeder Ausgabe der „So is(s)t Italien“ aufs Neue ganz besondere italienische Genussmomente zu bescheren. **Vielen Dank für Ihre Treue, liebe Leser/innen!**
Wir verlosen 10 Italien-Genusspakete (jeweils bestehend aus 1 „So is(s)t Italien“-Jahresabo, 1 Italo-Box, 1 Mörser, 1 „So is(s)t Italien“-Schürze und 1 „ZauberPrise“-Gewürzset). Teilnahme unter www.soisstitalien.de/jubilaeumsverlosung bis 3.5.2019. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Das Booklet zum Jubiläum

Speziell zu unserem Geburtstag haben wir für Sie ein Booklet zusammengestellt mit den besten Rezepten für Torten und Drinks zu diesem feierlichen Anlass. Das Booklet können Sie hier **gratis** downloaden: www.soisstitalien.de/jubilaeum. Viel Spaß damit!



Gratisrezepte aus Bella Italia

Freuen Sie sich auf unsere liebsten Rezepte aus 10 Jahren „So is(s)t Italien“! **Wir schenken Ihnen** 5 tolle Rezeptsammlungen mit insgesamt 25 Rezepten zu unterschiedlichen Themen der italienischen Küche. Einfach schnell herunterladen unter www.soisstitalien.de/jubilaeum



Gewinnen Sie
1 von 10 tollen
Italien-Genuss-
paketen!



1 x Granitmörser

Für Kräuter, Gewürze und zur Herstellung von Pesto einfach unabdingbar!



1 x „So is(s)t Italien“-Abo

Freuen Sie sich auf ein ganzes Jahr italienischen Genuss frei Haus mit tollen Rezepten und aufregenden Reportagen, die Ihre Italien-Sehnsucht stillen.

1 x Italo-Box

Genießen Sie italienische Delikatessen in bester Qualität. Jede Box wird individuell bestückt und bietet somit eine überraschende Genussvielfalt.



1 x „So is(s)t Italien“-Schürze

Mit der hochwertigen Schürze sind alle Hobbyköche gut gekleidet. Ein absolutes Muss für jeden Fan der „So is(s)t Italien“!



1 x Gewürzset „ZauberPrise“

(je 1 x für Fisch, Fleisch und Gemüse)

Die aromatischen Würzmischungen sind 100 % biozertifiziert und verleihen je bis zu 40 Portionen einen unvergleichlichen Geschmack.



KÖSTLICHKEITEN DER TOSKANA

Am Meer gelegen und von etlichen Weinbergen geprägt, so zeigt sich das beliebte Urlaubsziel.

Freuen Sie sich auf regionale Spezialitäten
und spannende Anekdoten der beiden Autoren



Genussprofis

Katie und Giancarlo Caldesi erkunden gemeinsam mit Ihnen die bezaubernde Hügellandschaft der Toskana und verraten Ihnen authentische Rezepte der Region.



HÄHNCHENPFANNE mit Salbei und Zwiebeln

Rezept auf Seite 64

Kulinarisches Erbe

„Dieses Rezept wird in Giancarlos Familie seit Generationen weitergegeben. Ursprünglich wurde das Gericht in einem Kessel über offenem Feuer zubereitet. Am Ende der Garzeit wird die Soße mit Eigelb und Zitrone gebunden. So wird sie herrlich sämig - ganz ohne Sahne.“



LINGUINE mit Krebsfleisch und Sahne

Rezept auf Seite 64



Besondere Zutat

„Wenn ich in England oder Italien am Meer bin, kaufe ich immer gern frische Krebse. Ich mag vor allem die **Kombination aus weißem und dunklem Fleisch**, weil sie in Geschmack und Konsistenz einfach reizvoller ist als nur helles Krebsfleisch. Das aromatische Fleisch verträgt eine Prise Chili, die wiederum mit

Sahne gemildert wird. Dazu passen Linguine oder Tagliatelle.“



Rezept mit Geschichte

„Wir haben ein bezauberndes altes Foto von Giancarlos Vater Memmo, der mit unserem kleinen Sohn Giorgio Feigen pflückt. Giorgio trägt ein Körbchen und schaut begeistert zu seinem Großvater auf, der reife Feigen vom Baum vor dem Haus hineinlegt. **Verwenden Sie unbedingt vollreife Feigen, die eine herrlich natürliche Süße besitzen.** Alternativ eignen sich auch Beeren.“



CROSTINI mit Ricotta, Feigen und Honig

Rezept auf Seite 64





SCHWEINEFILET mit Flavios toskanischer Kräutermischung und Linsen

Rezept auf Seite 65



Nach Familienrezept

„Dies ist unsere schnelle Version der traditionsreichen Arista, Schweinefilet mit Rosmarin und Knoblauch. Der **Name leitet sich vom griechischen Wort aristo ab, das „ausgezeichnet“** bedeutet. Unser Sohn Flavio bereitet eine Kräutermischung zu, die man sowohl für die Kartoffeln als auch zum Einreiben des Fleischs verwenden kann. Reste davon können Sie gut aufbewahren.“



Variantenreich

„Unsere gute Freundin Anna Hudson und ich hatten viel Spaß beim Experimentieren mit den Aromen und Farben dieser kleinen Timbales. *Sformati können mit einer Käsesoße als Primo serviert* werden, aber auch zu den Secondi oder sogar zum Frühstück. Dies ist das Rezept von unserer Lieblingskombination aus Karotte, Blumenkohl und würzigem Spinat.“

Toskanische Gemüseflans mit Pecorinosoße

Sformati

FÜR 8 STÜCK

FÜR DIE FLANS

- 250 ml Milch
- 30 g Butter
- 1 kleines Lorbeerblatt
- 1/4 TL frisch geriebene Muskatnuss
- 2 EL Speisestärke
- 250-300 g gegarter Spinat, gründlich ausgedrückt
- 75 g frisch geriebener Parmesan
- 3 Eiweiß, leicht verquirlt
- 250-300 g Blumenkohl, gegart, gründlich abgetropft
- 250-300 g Karotten, gegart, gründlich abgetropft
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DIE PECORINOSOße

- 100 g Sahne
- 75 g frisch geriebener Pecorino
- etwas frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

AUSSERDEM

- etwas Butter zum Fetten
- 4 EL Sesamsaat zum Ausstreuen
- 25 g Pinienkerne, geröstet
- einige Thymianblättchen
- etwas natives Olivenöl extra

1 Für die Flans zunächst eine Béchamelsoße herstellen. Dazu 200 ml Milch mit Butter, Lorbeerblatt, Muskat, Salz und Pfeffer in einem mittelgroßen Topf bei mittlerer Hitze erwärmen. Die Speisestärke mit der restlichen Milch glatt rühren, dann zur heißen Milch in den Topf gießen und gut verrühren. Die Soße bei großer Hitze unter Rühren köcheln lassen, bis sie eingedickt ist. Vom Herd nehmen, das Lorbeerblatt entfernen und die Soße bis zur weiteren Verwendung beiseitestellen.

2 8 kleine Auflaufförmchen (à ca. 150 ml Inhalt) großzügig mit Butter einfetten. Auf den Boden jeweils 1 kleinen Kreis aus Backpapier legen, die Förmchen dann gleichmäßig mit Sesam ausstreuen.

3 Den Spinat mit 1/3 der Béchamelsoße, 1/3 des Parmesans, 1 Eiweiß und je 1 Prise Salz und Pfeffer im Mixer glatt pürieren. Die Masse in eine Schüssel füllen. Auf dieselbe Weise mit Blumenkohl und Karotten verfahren und jede Mischung in eine separate Schüssel geben. Dabei werden Béchamelsoße, Käse und Eiweiß komplett aufgebraucht.

4 Den Backofen auf 170 °C Umluft vorheizen. In jedes Förmchen zuerst eine Schicht Karottenmasse geben, dann eine Schicht Blumenkohlmasse darübergeben und mit Spinatmasse abschließen. Reichlich Wasser in einen Bräter gießen und die Förmchen hineinstellen. Sie sollen ca. 2 cm tief im Wasser stehen. Die Flans im vorgeheizten Ofen 35–40 Minuten garen, bis die Masse gestockt ist.

5 Flans aus dem Ofen nehmen und 5 Minuten abkühlen lassen. Inzwischen für die Pecorinosoße Sahne und Pecorino in einem kleinen Topf erhitzen, nur leicht salzen und pfeffern. Die Flans auf Teller stürzen und mit der Pecorinosoße beträufeln, dann mit Pinienkernen und Thymianblättchen bestreuen, mit Olivenöl beträufeln und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Hähnchenpfanne mit Salbei und Zwiebeln

Pollo in fricassee

FÜR 6 PERSONEN

- 6 Hähnchenoberkeulen**
- 12 große Salbeiblätter**
- 2 EL natives Olivenöl extra**
- 2 Zweige Rosmarin**
- 2 Knoblauchzehen**
- 4 Scheiben ungeräucherter Speck**
- 1 Zwiebel**
- 100 ml Weißwein**
- 600 ml heiße Hühnerbrühe oder heißes Wasser**
- 2 Eigelb**
- 1 Bio-Zitrone (Saft)**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

1 Die Haut der Hähnchenkeulen etwas anheben und jeweils 1 Salbeiblatt darunter schieben. Die Haut wieder über die Blätter legen. Die Hähnchenkeulen rundherum mit Salz und Pfeffer würzen.

2 Das Öl in einer schweren Pfanne mit Deckel erhitzen. Die Hähnchenkeulen mit der Hautseite nach unten ins Fett legen. Rosmarin und die ungeschälten, angedrückten Knoblauchzehen dazugeben. Die Keulen bei mittlerer Hitze in 15–20 Minuten goldbraun anbraten. Inzwischen den Speck grob würfeln. Die Zwiebel schälen, halbieren und in Streifen schneiden.

3 Die Hähnchenkeulen wenden, Speck und Zwiebel dazugeben und kurz mitbraten. Alles mit dem Wein ablöschen und diesen 5 Minuten verkochen lassen. 1/3 der heißen Brühe oder des heißen Wassers dazugeben.

4 Alles zum Kochen bringen, dann die Hitze herunterschalten. Bei schräg aufgelegtem Deckel 30–40 Minuten köcheln lassen, bis das Fleisch gar ist und sich leicht von den Knochen löst. Zwischendurch eventuell gelegentlich etwas heiße Flüssigkeit nachgießen, damit das Fleisch nicht trocken wird. Am Ende der Garzeit sollten ca. 200 ml Flüssig-

keit in der Pfanne sein. Die restlichen Salbeiblätter grob hacken und 10 Minuten vor Ende der Garzeit mit in die Pfanne geben.

5 Eigelb und Zitronensaft in einer kleinen Schüssel verrühren. Die Hähnchenkeulen an eine Seite der Pfanne schieben, sodass sich die Flüssigkeit auf der anderen Seite sammelt. Auf kleinste Hitze herunterschalten. Langsam unter ständigem Rühren die Eigelb-Zitronensaft-Mischung in die Soße gießen, bis diese etwas andickt. Eventuell wird nicht die ganze Eigelb-Zitronen-Mischung benötigt. Das Fleisch in der Soße wenden, dann sofort servieren. Dazu passen gebratene Kartoffelwürfel mit Lauch oder Frühlingszwiebeln.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 85 Minuten



Linguine mit Krebsfleisch und Sahne

Linguine alla polpa di granchio

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN BATTUTO

- 2 Stiele Petersilie**
- 1 Knoblauchzehne**
- 1 roter Peperoncino**
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer**

AUSSERDEM

- 15 Kirschtomaten**
- 3 EL natives Olivenöl extra**
- 100 g braunes Krebsfleisch**
- 300 g weißes Krebsfleisch**
- 100 ml Prosecco oder Weißwein**
- 4 EL Sahne**
- 320 g Linguine**
- 2 EL Petersilie, gehackt**

1 Für den Battuto die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen. Den Knoblauch schälen. Den Peperoncino waschen, putzen und entkernen. Petersilie, Knoblauch, Peperoncino und je 1 Prise Salz und Pfeffer mit einem scharfen Messer auf einem Schneidebrett sehr fein hacken.

2 Kirschtomaten waschen und halbieren. Das Öl in einer großen Pfanne bei kleiner Hitze erhitzen und den Battuto 3 Minuten erhitzen, bis der Knoblauch gerade weich wird. Er soll nicht braun werden. Kirschtomaten und Krebsfleisch dazugeben und einige Minuten mitbraten. Prosecco oder Weißwein dazugießen und einige Minuten kochen lassen, bis der Alkohol verdampft ist. Die Sahne dazugeben und die Pfanne rütteln, um die Sahne mit den anderen Zutaten zu vermengen. Die Soße mit Salz und Pfeffer abschmecken, dann vom Herd nehmen und beiseitestellen.

3 Die Linguine in reichlich kochendem Salzwasser gerade al dente kochen, dann abgießen, dabei etwas Kochwasser auffangen. 2 EL des Kochwassers zur Soße in die Pfanne geben. Die Pasta abgießen und ebenfalls in die Pfanne geben. Die gehackte Petersilie dazugeben und alles kurz vermengen. Die Pasta auf vorgewärmte Teller geben und servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten



Crostini mit Ricotta, Feigen und Honig

Crostini con fichi e ricotta

FÜR 4 PERSONEN

4 dicke Ciabatta-Scheiben

- 250 g Ricotta**
- 100 g Walnusskerne**
- 4 reife Feigen oder andere weiche Früchte**
- etwas flüssiger Honig (z.B. Akazienhonig) zum Beträufeln**

Das Brot auf beiden Seiten rösten. Eine Seite dick mit Ricotta bestreichen. Die Walnüsse grob hacken. Die Feigen waschen und trocken tupfen, dann in Scheiben schneiden oder, wenn sie ganz reif sind, mit den Händen auseinanderziehen. Auf dem Ricotta verteilen, mit Walnüssen bestreuen und die Crostini mit Honig beträufeln servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 15 Minuten



Schweinefilet mit Flavios toskanischer Kräutermischung und Linsen

Filetto di maiale di Flavio alle erbe toscane

FÜR 4–6 PERSONEN

2 TL getrocknete Rosmarinadeln (alternativ frische)
1 TL getrockneter Salbei (alternativ 3 große frische Salbeiblätter)
1 TL Fenchelsaat, zerstoßen, nach Belieben
600 g Schweinefilet
1 EL natives Olivenöl extra
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DIE LINSEN

250 g kleine braune Linsen
1 kleine Karotte
1 kleine Zwiebel
1 Stange Staudensellerie

1 Knoblauchzehe
1 Zweig Rosmarin
4 EL natives Olivenöl extra
150 g passierte Tomaten (Dose)
ca. 600 ml heiße Gemüsebrühe
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für die Kräutermischung die getrockneten Kräuter mit den Fenchelsamen (falls verwendet) im Mörser zerstoßen, frische Kräuter mit den Fenchelsamen auf einem Brett mit einem scharfen Messer hacken.

2 Das Fleisch auf ein Stück Backpapier legen. Sichtbares Fett oder Sehnen abschneiden, das Fleisch dann mit Salz, Pfeffer und 1 EL der Kräutermischung bestreuen und in der Mischung wenden, sodass es rundum damit gewürzt ist.

3 Das gewürzte Schweinefilet in das Backpapier einwickeln, auf einen Teller legen und mindestens 30 Minuten (oder bis zu 8 Stunden) kalt stellen. 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen, damit es Zimmertemperatur annehmen kann.

4 Die Linsen verlesen, in ein Sieb geben, waschen und abtropfen lassen. Karotte und Zwiebel schälen und fein würfeln, Sellerie waschen, ggf. entfädeln und ebenfalls würfeln. Knoblauch schälen und andrücken. Rosmarin waschen und trocken schütteln.

Olivenöl in einem Topf erhitzen, Knoblauch darin bei mittlerer Hitze andünsten. Karotte, Zwiebel, Sellerie und Rosmarinzweig dazugeben. Alles 15–20 Minuten dünsten.

5 Die Linsen zum Gemüse geben, kurz mitdünsten, dann die passierten Tomaten dazugeben. So viel heiße Brühe angießen, dass die Linsen bedeckt sind. Alles 45–60 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind.

6 Backofen auf 180 °C Umluft vorheizen. Das Öl in einer großen antihaftbeschichteten Pfanne erhitzen. Das Fleisch aus dem Backpapier nehmen und im Öl bei großer Hitze kurz goldbraun anbraten, dann in einen Bräter legen und 12–15 Minuten im vorgeheizten Ofen garen, bis es sich fest anfühlt.

7 Knoblauchzehe und Rosmarin aus dem Linsengemüse entfernen. 1/3 der Linsen aus dem Topf nehmen und pürieren, dann unter die restlichen Linsen rühren. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken.

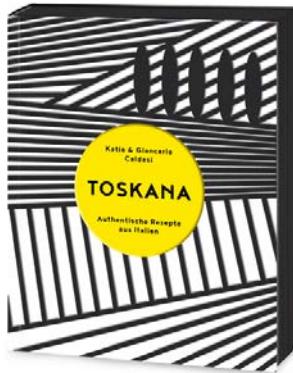
8 Das Fleisch aus dem Ofen nehmen, locker mit Alufolie bedecken und 10 Minuten ruhen lassen, dann in 1 cm breite Scheiben schneiden und auf vorgewärmten Tellern mit den Linsen anrichten. Das Gericht mit dem Fleischsaft beträufeln und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden
zzgl. mindestens 30 Minuten Ruhezeit

ZU DEN PERSONEN



KATIE UND GIANCARLO CALDESI sind Experten für italienisches Essen. Ihr Wissen geben sie nun seit mehr als 16 Jahren in ihrer Kochschule „La-Cucina-Caldesi“ in London an Kochbegeisterte weiter. Das Paar leitet zudem das Restaurant „Caldesi“ in Bray, Italien und das „Caffé Caldesi“ in London. In ihren 10 veröffentlichten Büchern kochen Katie und Giancarlo sich mit Expertise und Leidenschaft durch die verschiedenen Regionen und Städte Italiens – Sizilien, Toskana, Rom, Venedig ... Buon appetito!



REDAKTIONSTIPP

Kommen Sie mit auf eine kulinarische Reise in eine der schönsten Regionen Italiens und lernen Sie, wie die regionalen Köstlichkeiten gezaubert werden. In ihrem Buch „Toskana. Authentische Rezepte aus Italien“ verraten die Autoren Katie und Giancarlo Caldesi echte toskanische Küchengeheimnisse und die besten Rezepte für Frühstück, Aperitifs, Hauptgerichte und Desserts. **Südwest Verlag, 25 Euro**

PRONTO, BITTE!

Eine Mahlzeit in Minuten

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

FOTOS & STYLING | FRAUKE ANTHOLZ



35
Minuten

TOMATENSÜPPCHEN mit Petersiliencroûtons

Vellutata di pomodoro con crostini al prezzemolo

FÜR 4 PERSONEN

- 1 kg Tomaten
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 2 Schalotten, geschält, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, geschält, gehackt
- 2 EL Tomatenmark
- 1 TL Zucker
- 800 ml heiße Gemüsebrühe
- 1/2 Ciabatta, gewürfelt
- 1 Bund Petersilie, gehackt
- 150 g Mascarpone
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Tomaten waschen, halbieren, vom Stielansatz befreien und würfeln. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Tomaten, Tomatenmark und Zucker dazugeben und alles ca. 5 Minuten dünsten. Mit Brühe ablöschen. Alles aufkochen, salzen und pfeffern und 20 Minuten köcheln lassen. Inzwischen übriges Öl in einer Pfanne erhitzen und die Ciabattawürfel darin von allen Seiten goldbraun rösten. Die gehackte Petersilie mit Salz und Pfeffer würzen. Die Croûtons in diesem Mix wälzen.

2 Mascarpone zur Suppe geben, diese mit dem Stabmixer fein pürieren, dann auf Suppenschalen verteilen. Mit den Petersiliencroûtons garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

35

Minuten

KABELJAU mit Zitrone auf Ofengemüse

*Merluzzo al limone con verdure
al forno*

FÜR 4 PERSONEN

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 Zucchini
- 2 Paprikaschoten
- 400 g Kirschtomaten
- 4 Stiele Thymian
- 100 g schwarze Oliven, entsteint
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 1 Bio-Zitrone
- 4 Kabeljaufilets (à 150 g)
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine große Auflaufform bereit-

stellen. Die Zwiebel schälen und grob würfeln. Knoblauch ebenfalls schälen und fein hacken. Zucchini und Paprikaschoten waschen, putzen und in Würfel schneiden. Tomaten halbieren. Thymian waschen und trocken schütteln, die Blättchen von den Stielen zupfen.

2 Gemüse samt Zwiebel und Knoblauch mit 3 Oliven in die Auflaufform geben und mit 3 EL Öl beträufeln. Alles gut vermischen, dann mit Thymian, Salz und Pfeffer würzen.

3 Die Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben. 2 TL Saft auspressen, die restliche Zitrone in Scheiben schneiden. Die Kabeljaufilets waschen und trocken tupfen. Die Filets auf das Gemüse setzen und mit dem übrigen Öl und dem Zitronensaft beträufeln, dann mit Salz und Pfeffer würzen. Je 1 Scheibe Zitrone auf die Filets geben und alles im vorgeheizten Ofen ca. 25 Minuten garen. Sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten



35
Minuten

GEBRATENE SÜßKARTOFFELN mit Hackbällchen

Patate dolci con polpette

FÜR 4 PERSONEN

- 800 g Süßkartoffeln
- 5 EL natives Olivenöl extra
- 1 Zwiebel
- 1/2 Bund gemischte Kräuter (z.B. Oregano, Majoran, Thymian)
- 500 g gemischtes Hack
- 1 Ei
- 5 EL Semmelbrösel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 kleiner roter Peperoncino
- etwas rosencharfes Paprikapulver
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Süßkartoffeln schälen, waschen und in Würfel schneiden. 4 EL Olivenöl in einer

Pfanne erhitzen. Die Kartoffelwürfel darin bei mittlerer Hitze in ca. 15 Minuten goldbraun braten, dabei gelegentlich wenden.

2 In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und fein hacken. Die Kräuter waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken. Hackfleisch mit Ei, Semmelbröseln, Zwiebel und Kräutern in einer Schüssel vermengen und kräftig salzen und pfeffern. Aus der Hackmasse kleine Bällchen formen. Das übrige Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen und die Hackbällchen darin rundum goldbraun braten.

3 Den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Peperoncino waschen, putzen, entkernen und in feine Ringe schneiden. Beides zu den Süßkartoffeln in die Pfanne geben und kurz mitbraten. Alles mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Die gebratenen Süßkartoffeln dann mit den Hackbällchen servieren. Dazu passt ein cremiger Ricottadip.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 35 Minuten

GNOCCHI mit Zuckerschoten und getrockneten Tomaten in Parmesanoße

Gnocchi con taccole, pomodorini secchi e salsa al parmigiano

FÜR 4 PERSONEN

400 g Gnocchi (Kühlregal)
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
70 g Parmesan
200 g Zuckerschoten
100 g getrocknete Tomaten in Öl (Glas)
1 EL Butter
1 EL Mehl
200 ml Milch
100 ml Gemüsebrühe
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Gnocchi nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln bzw. hacken. Parmesan reiben. Zuckerschoten putzen, waschen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und klein schneiden.

2 Die Butter in einer Pfanne zerlassen, Zwiebel und Knoblauch darin bei mittlerer Hitze glasig dünsten. Das Mehl dazugeben und unter Rühren leicht anschwitzen. Milch und Brühe angießen und die Soße unter Rühren ca. 5 Minuten sanft köcheln lassen. Den Parmesan bis auf 2 EL in die Soße rühren. Die Zuckerschoten und die getrockneten Tomaten dazugeben und alles würzig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Die Gnocchi abgießen und tropfnass unter die Parmesanoße heben. Das Gericht auf Teller verteilen, mit dem übrigen Parmesan bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten



25
Minuten



PENNE mit gebratenem Chicorée und Pancetta

Penne con insalata belga e pancetta in padella

FÜR 4 PERSONEN

400 g Penne
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
200 g Pancetta
4 Chicorée
5 Stiele Thymian
2 EL natives Olivenöl extra
150 g Sahne
etwas frisch geriebener Pecorino
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Penne nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken. Den Pancetta würfeln. Den Chicorée in einzelne Blätter lösen, waschen und trocken schütteln, dann in dünne Streifen schneiden. Den Thymian waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen.

2 Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Pancetta darin anbraten. Chicorée und Thymian dazugeben und ebenfalls kurz mitbraten. Die Sahne dazugießen und alles kurz aufkochen lassen. Die Penne abgießen und tropfnass in die Pfanne geben. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pasta auf Teller verteilen, mit Pecorino bestreuen und sofort servieren.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten**



ESPRESSOCREME mit karamellisierten Mandeln

Crema al caffè con mandorle caramellate

FÜR 4 PERSONEN

- 50 g Mandelkerne
- 140 g Zucker
- 300 g Joghurt
- 150 g Mascarpone
- 80 ml kalter starker Espresso
- 1 EL Kakao
- 150 g Sahne

1 Die Mandeln grob hacken und ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten, dann herausnehmen und abkühlen lassen.

2 80 g Zucker in einer Pfanne goldgelb karamellisieren lassen. Das Karamell vom Herd nehmen und die Mandeln unterrühren. Die Mischung auf einem Bogen Backpapier verstreichen (Vorsicht heiß!), anschließend vollständig auskühlen lassen.

3 Für die Creme Joghurt und Mascarpone in einer Schüssel verrühren. Übrigen Zucker sowie 2/3 des Espressos und den Kakao dazugeben und alles unterrühren. Die Sahne in einer separaten Schüssel steif schlagen und unter die Creme heben. Den übrigen Espresso kurz unterrühren, sodass die Creme damit marmoriert ist. Die Espressocreme in 4 Dessertgläser verteilen, mit den karamellisierten Mandeln garnieren und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten

Krosse Goldstücke

Pizza für alle!

Aufgepasst, wir schmeißen eine **große Pizzaparty**. Mehl, Hefe und die leckersten Zutaten für den Belag stehen schon bereit, der Ofen ist vorgeheizt - los geht's!

FOTOS & STYLING | ALEXANDRA PANELLA

PIZZA MARGHERITA

Rezept auf Seite 77





WEISSE PIZZA mit Spinat und Gorgonzola

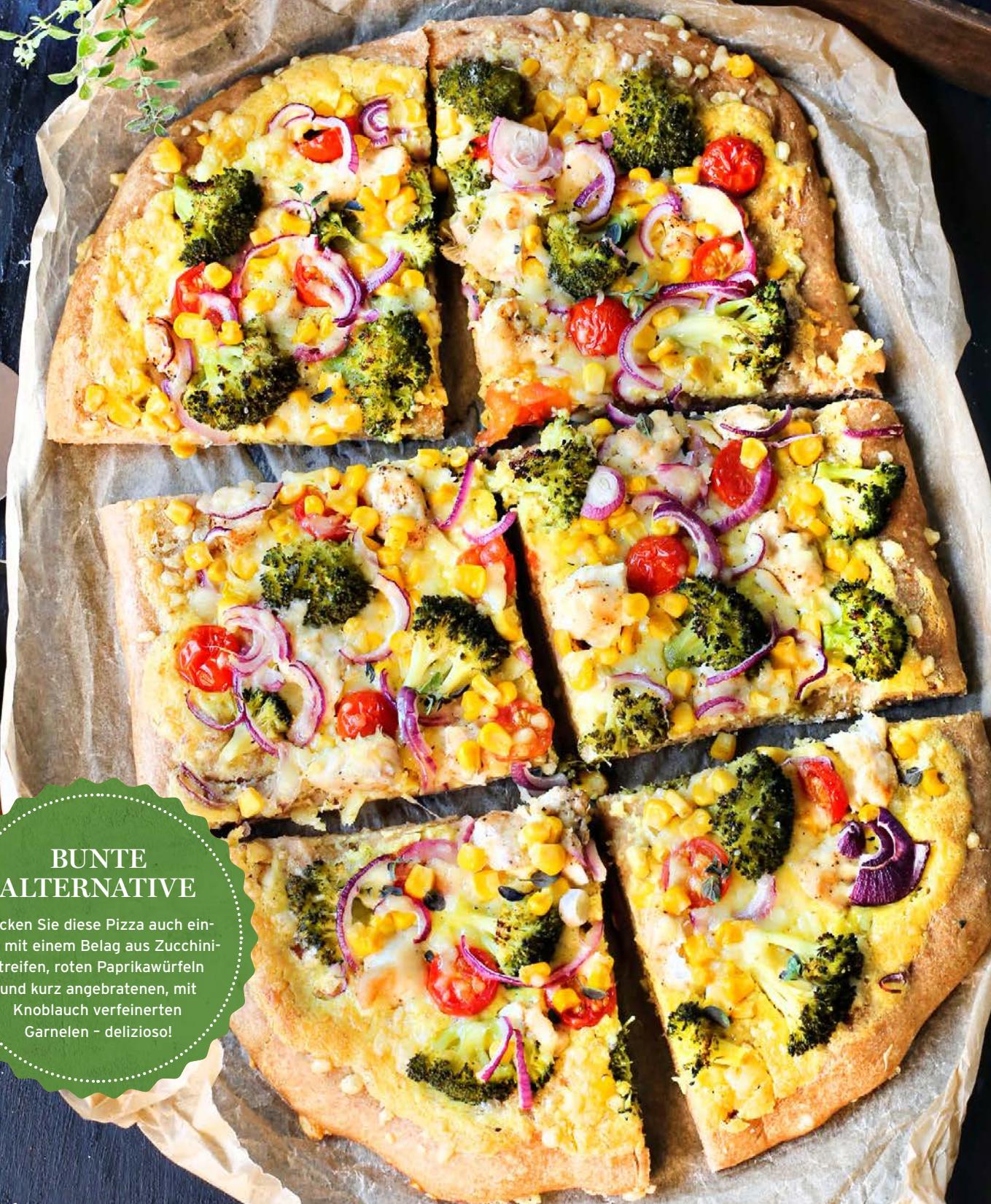
Rezept auf Seite 77

MIT FIXER TOMATENSOSSE

1 Zwiebel und 1 Knoblauchzehe würfeln und in 2 EL Olivenöl andünsten. 800 g Tomaten (Dose) und 1 Bund Basilikum dazugeben. 20 Minuten kochen, pürieren und würzen.

BUNTE GEMÜSEPIZZA mit Safrancreme und Hähnchen

Rezept auf Seite 78



BUNTE ALTERNATIVE

Backen Sie diese Pizza auch einmal mit einem Belag aus Zucchini-streifen, roten Paprikawürfeln und kurz angebratenen, mit Knoblauch verfeinerten Garnelen - delizioso!



Low-Carb-Pizza mit Blumenkohlteig

LOW-CARB-PIZZA
mit Parmaschinken und Rucola

Rezept auf Seite 78



Rustikale Fladen

mit gutem Dinkelteig

Mini-Dinkelpizzen mit Pancetta

*Pizzette di farina di farro
con pancetta*

FÜR 8 STÜCK

FÜR DEN TEIG

15 g frische Hefe
1 Prise Zucker
200 g Roggenmehl Type 1150
250 g Dinkelmehl Type 630, zzgl.
etwas mehr zum Verarbeiten
2 TL Salz
2 EL natives Olivenöl extra

FÜR DEN BELAG

200 g Ricotta
200 g Crème fraîche
1 Eigelb
etwas frisch geriebene Muskatnuss
2 rote Zwiebeln
200 g Pancetta (alternativ
Südtiroler Speck)
1/2 Bund Schnittlauch
etwas Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer

1 355 ml lauwarmes Wasser mit Hefe und Zucker in einer großen Schüssel verrühren und 5 Minuten ruhen lassen. Beide Mehlsorten sowie Salz und Olivenöl dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen mit einem Küchenhandtuch abgedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen, bis sich sein Volumen verdoppelt hat.

2 Den Backofen auf 200 °C Umluft vorheizen. Zwei Backbleche mit Backpapier belegen. Für den Belag Ricotta, Crème fraîche und Eigelb verrühren und kräftig mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebeln schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Pancetta in kleine Würfel schneiden.

MINI-DINKELPIZZEN mit Pancetta

3 Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche in 8 Portionen teilen. Diese dann ca. 5 mm dick zu länglichen Fladen ausrollen und auf die vorbereiteten Backbleche legen.

4 Die Teigfladen mit der Creme bestreichen, dabei einen schmalen Rand frei lassen, und gleichmäßig mit Zwiebeln und Pancetta belegen. Teigfladen nacheinander im heißen Ofen in ca. 20 Minuten goldbraun backen.

5 Den Schnittlauch waschen und trocken schütteln, die Halme in Röllchen schneiden. Die Mini-Dinkelpizzen aus dem Ofen nehmen, dann mit Schnittlauch bestreuen und sofort servieren.

TIPP: Für einen frischen Touch sorgt 1 TL abgeriebene Bio-Zitronenschale in der Creme.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Pizza Margherita

Pizza Margherita

FÜR 2 PIZZEN

FÜR DEN TEIG

1/2 Würfel Hefe
10 g Zucker
450 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
2 EL natives Olivenöl extra
2 TL Salz

FÜR DIE SOSSE

1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL natives Olivenöl extra
400 g geschälte Tomaten (Dose)
1 Handvoll frische italienische Kräuter, gehackt
1/2 TL Salz
1 Prise Zucker

FÜR DEN BELAG

250 g Mozzarella
einige Basilikumblättchen

1 250 ml lauwarmes Wasser mit Hefe und Zucker in einer großen Schüssel verrühren und 5 Minuten ruhen lassen. Mehl, Olivenöl und Salz dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen mit einem Küchenhandtuch abgedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

2 In der Zwischenzeit für die Soße Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein würfeln, den Knoblauch hacken. Beides in einem Topf in Olivenöl glasig dünsten. Ge schälte Tomaten, Kräuter, Salz und Zucker dazugeben und die Soße bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen. Die Soße mit dem Stabmixer pürieren und beiseitestellen. Den Mozzarella in Scheiben schneiden.

3 Den Backofen auf 220 °C Umluft vorheizen. 2 Backbleche mit Backpapier belegen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche halbieren. 2 runde Pizzaböden daraus formen und auf die Bleche legen. Die Böden erst mit der Tomatensoße bestreichen, dann mit den Mozzarellascheiben belegen.

4 Die Pizzen im vorgeheizten Ofen in ca. 25 Minuten goldbraun backen, dann herausnehmen, mit einigen Basilikumblättchen bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Weisse Pizza mit Spinat und Gorgonzola

Pizza bianca con spinaci e gorgonzola

FÜR 4 PERSONEN (VORSPEISE)

FÜR DEN TEIG

1/2 Würfel Hefe
1 Prise Zucker
200 g Mehl
150 g Semolina (feiner italienischer Hartweizengrieß)
1 1/2 TL Salz
2 EL natives Olivenöl extra

FÜR DEN BELAG

2 Knoblauchzehen
2 Stiele Petersilie
3 EL natives Olivenöl extra
300 g Gorgonzola
250 g Ricotta
etwas frisch geriebene Muskatnuss
300 g Blattspinat
einige Chiliflocken zum Garnieren
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 200 ml lauwarmes Wasser mit Hefe und Zucker in einer großen Schüssel verrühren und 5 Minuten ruhen lassen. Mehl, Semolina, Salz und Olivenöl dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Den Teig dann mit einem Küchenhandtuch abgedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

2 Für den Belag den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Die Blättchen abzupfen und ebenfalls hacken. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen. Knoblauch und Petersilie bei kleiner Hitze darin andünsten, 2/3 dieser Mischung aus dem Topf nehmen und kurz beiseitestellen.

3 200 g Gorgonzola und Ricotta in den Topf geben und alles gut verrühren. Die Creme mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken und beiseitestellen.

4 Den Spinat verlesen, gründlich waschen und trocken schleudern, dann in einer hohen Pfanne oder einem Topf im übrigen Knoblauch-Petersilien-Öl andünsten. Mit etwas Salz würzen.

5 Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Teig auf einem Bogen Backpapier ausrollen und mit der Gorgonzolacreme bestreichen, dann den Spinat darauf verteilen. Die Pizza mit dem übrigen Gorgonzola belegen, dann mit einigen Chiliflocken bestreuen und im vorgeheizten Ofen in ca. 20 Minuten goldbraun backen.

TIPP: Anstelle von Spinat können Sie auch anderes Blattgemüse wie Mangold oder Grünkohl verwenden, ganz nach Geschmack und saisonaler Verfügbarkeit. Wem Gorgonzola zu kräftig ist, der kann stattdessen auch eine Mischung aus 3 Teilen Mascarpone und 1 Teil frisch geriebenem Parmesan verwenden – so wird's schön cremig und dennoch würzig.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 85 Minuten



Bunte Gemüsepizza mit Safrancreme und Hähnchen

Pizza con verdure colorate, crema allo zafferano e pollo

FÜR 4 PERSONEN (VORSPEISE)

FÜR DEN TEIG

- 1/2 Würfel Hefe**
1 TL Zucker
300 g Dinkelvollkornmehl
120 g Dinkelmehl Type 630 zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
1 TL Salz

FÜR DIE CREME

- 0,1 g Safranfäden
3 EL heiße Gemüsebrühe
200 g Mascarpone
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DEN BELAG

- 200 g Hähnchenbrustfilet
etwas natives Olivenöl extra
180 g Brokkoliröschen
140 g Mais (Dose)
100 g Kirschtomaten
1 kleine rote Zwiebel
80 g geriebener Bergkäse
3 Stiele Oregano
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 280 ml lauwarmes Wasser mit Hefe und Zucker in einer Schüssel verrühren und 5 Minuten ruhen lassen. Beide Mehlsorten und Salz dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen mit einem Küchentuch abgedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen.

2 Für die Creme Safran in einem Mörser fein zerstoßen. Heiße Brühe dazugeben und verrühren. In einer Schüssel die Safranmischung mit dem Mascarpone glatt rühren. Die Creme mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3 Das Hähnchenfleisch waschen und trocken tupfen, dann in Streifen schneiden

und mit Salz und Pfeffer würzen. Fleisch in einer Pfanne in Olivenöl rundherum anbraten. Die Brokkoliröschen waschen und in kochendem Salzwasser 3 Minuten blanchieren. Anschließend abgießen, abschrecken und abtropfen lassen. Den Mais in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen. Die Kirschtomaten waschen und halbieren. Die Zwiebel schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden.

4 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier belegen. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche als großes Oval ausrollen. Den Pizzaboden mit der Safrancreme bestreichen und mit 2/3 des geriebenen Bergkäses bestreuen. Gebratenes Hähnchen sowie Brokkoli, Mais, Kirschtomaten und Zwiebel darauf verteilen.

5 Alles mit dem restlichen Bergkäse sowie den abgezupften Oreganoblättchen bestreuen und die Pizza im vorgeheizten Ofen in ca. 30 Minuten goldbraun backen. Dann aus dem Ofen nehmen und heiß servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 95 Minuten



Low-Carb-Pizza mit Parmaschinken und Rucola

Pizza low carb con prosciutto di Parma e rucola

FÜR 4 PERSONEN (VORSPEISE)

FÜR DIE SOSSE

- 1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 roter Peperoncino
1 mittelgroße Karotte
1 EL natives Olivenöl extra
400 g geschälte Tomaten (Dose)
1/2 TL Salz
1 TL getrockneter Oregano

FÜR DEN TEIG

- 250 g Fontina-Käse
350 g Blumenkohlröschen

2 Eier

1 TL Salz

FÜR DEN BELAG

- 100 g frisch geriebener Parmesan
100 g Parmaschinken
1 Handvoll Rucola

1 Für die Tomatensoße Zwiebel und Knoblauch schälen. Die Zwiebel fein würfeln, den Knoblauch hacken. Peperoncino waschen, putzen, entkernen und ebenfalls hacken. Die Karotte schälen, von den Enden befreien und in kleine Würfel schneiden. Alles in einem Topf in Olivenöl andünsten. Die geschälten Tomaten sowie Salz und Oregano dazugeben und die Soße bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten sanft köcheln lassen.

2 Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Für den Teig den Fontina fein reiben. Den Blumenkohl waschen und gründlich abtropfen lassen, dann mit einer Küchenreibe fein raspeln.

3 Blumenkohl und Fontina in einer Schüssel vermengen. Eier und Salz dazugeben und alles zu einer glatten Masse verrühren. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben und in beliebiger Form gleichmäßig dick verstreichen, dann ca. 10 Minuten im vorgeheizten Ofen backen.

4 Die Tomatensoße auf dem vorgebackenen Blumenkohltalg verstreichen, dann geriebenen Parmesan und Parmaschinken darauf verteilen. In weiteren 10 Minuten im vorgeheizten Ofen goldbraun backen.

5 Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Pizza aus dem Ofen nehmen, mit dem Rucola belegen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 85 Minuten

Süße Pizza mit Schokoladencreme und Beeren

Pizza dolce con crema di cioccolato e frutti di bosco

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DEN TEIG

- 110 ml Milch
10 g frische Hefe
30 g Zucker

270 g Mehl
1 Prise Salz
40 g weiche Butter
1 Ei

FÜR DIE CREME

100 g Haselnusskerne
10 g Rapsöl
200 g Zartbitterschokolade (70 %)
40 g Zucker
1/2 Vanilleschote (ausgelöste Mark)

FÜR DEN BELAG

300 g gemischte Beeren (z.B. Himbeeren, Erdbeeren, Johannisbeeren)
50 g weiße Schokolade

1 Lauwarmer Milch, Hefe und Zucker in einer großen Schüssel verrühren und 5 Minuten ruhen lassen. Mehl, Salz, Butter und Ei dazugeben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Diesen mit einem Küchenhandtuch abgedeckt ca. 45 Minuten an einem warmen Ort ruhen lassen, bis er sein Volumen verdoppelt hat.

2 Die Haselnusskerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten, dann auskühlen lassen und in einem leistungsstarken Mixer zu einem feinen Mus pürieren. Dabei nach und nach das Öl dazugeben.

3 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Schokolade hacken und über einem heißen Wasserbad langsam schmelzen. Zucker und Vanillemark unterrühren, bis der Zucker sich aufgelöst hat. Das Nussmus unter den warmen Schokoladenmix rühren, die Creme beiseitestellen.

4 Den Teig auf einem Bogen Backpapier rund dünn ausrollen. Mitsamt Backpapier auf ein Backblech ziehen. Den Teig mit der Schokoladencreme bestreichen und ca. 15 Minuten im vorgeheizten Ofen backen. Anschließend herausnehmen und abkühlen lassen.

5 Beeren verlesen, waschen und vorsichtig trocken tupfen. Die weiße Schokolade mit einem Sparschäler raspeln. Beeren und Schokoraspel auf der Schokoladenpizza verteilen und diese lauwarm oder ausgekühlt servieren.

TIPP: Wer etwas Zeit sparen möchte, kann anstelle von Haselnüssen und Rapsöl auch fertiges Haselnussmus verwenden.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten



SÜSSE PIZZA
mit Schokoladencreme
und Beeren

Nudelgerichte aus einem Topf

ONE-POT-PASTA

Keine Lust auf Abwasch? Für diese drei Gerichte müssen Sie nur einen einzigen Topf aus dem Schrank holen!



SPARGEL-PASTA

mit Kerbel

Rezept auf Seite 82

Mit Spargel

Bei diesem Gericht kommt grüner Spargel zum Einsatz. Wer mag, kann ebenfalls weißen Spargel verwenden. Außerhalb der Spargelsaison können Sie dieses Pasta-gericht auch mit grünen Bohnen oder Brokkoli zubereiten. Guten Appetit!



Surf & Turf

Das Beste vom Land und aus dem Meer, in einem Gericht vereint: Rinderfilet und Garnelen werden hier in einer aromatischen Pastavariante kombiniert. Nichts für jeden Tag, aber ideal, um seiner/seinem Liebsten eine kulinarische Freude zu bereiten.



Pasta mit Rinderfilet und Garnelen

Pasta con filetto di manzo e gamberi

FÜR 4 PERSONEN

- 300 g Rinderfilet**
12 gegarte Riesengarnelen
(ca. 160 g), geschält, entdarmt
1 Zweig Rosmarin
2 rote Zwiebeln
3 EL natives Olivenöl extra
800 ml Rinderfond (Glas)
200 ml Rinderbrühe
400 g kurze bunte Nudeln (z.B. Fusilli)
Kochzeit ca. 9 Minuten
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Das Rinderfilet in Streifen schneiden. Die Garnelen waschen und trocken tupfen. Den Rosmarin waschen und trocken tupfen. Die Nadeln abzupfen und nach Belieben ganz lassen oder grob hacken. Die Zwiebeln schälen und in schmale Spalten schneiden.

2 In einem großen hohen Topf (12 cm hoch, Ø 22–24 cm) 2 EL Öl erhitzen. Fleisch, Garnelen und Rosmarin darin unter gelegentlichem Wenden 1–2 Minuten scharf anbraten. Fleisch und Garnelen mit Salz und Pfeffer würzen, aus dem Topf nehmen und zugedeckt beiseitestellen.

3 Das restliche Öl im Topf erhitzen und die Zwiebelspalten darin bei großer Hitze

rundherum anbraten. Fond und Brühe angießen und alles zugedeckt bei großer Hitze zum Kochen bringen.

4 Die Nudeln dazugeben und offen bei mittlerer bis großer Hitze nach Packungsangabe plus ein paar Minuten bissfest garen. Dabei anfangs gelegentlich, gegen Ende häufig umrühren und löffelweise Wasser dazugeben, wenn die Mischung zu trocken wird.

5 Die Filetstreifen und die Garnelen unter die Nudeln mischen und kurz wieder erhitzen. Alles mit Salz und Pfeffer abschmecken und das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT **30 Minuten**

Bunte Hähnchen-Nudeln

Pasta al pollo colorata

FÜR 4 PERSONEN

300 g Hähnchenbrustfilet
1 Bund Frühlingszwiebeln
450 g Süßkartoffeln
6 Stiele Salbei
2 EL natives Olivenöl extra
1 l Hühnerbrühe
400 g kurze Nudeln (z.B. Sputniks, Kochzeit ca. 8 Minuten)
100 g Gorgonzola
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Das Hähnchenbrustfilet abtupfen und in 12 cm breite Streifen schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und waschen, die weißen Teile in dünne Scheiben, das Grün schräg in 2 cm lange Stücke schneiden. Süßkartoffeln waschen und gründlich abbürsten oder schälen, dann in Stifte schneiden, die etwa der Größe der Nudeln entsprechen. Den Salbei waschen, trocken schütteln und grob hacken.

2 In einem großen hohen Topf (12 cm hoch, Ø 22–24 cm) das Öl erhitzen. Das Fleisch

darin in ca. 2 Minuten unter gelegentlichem Wenden rundherum goldbraun anbraten. Den Salbei dazugeben, alles mit Salz und Pfeffer würzen, 30 Sekunden weiterbraten, dann herausnehmen und beiseitestellen.

3 Die Brühe in den Topf gießen und zugeckt bei großer Hitze zum Kochen bringen. Nudeln, Süßkartoffeln und Frühlingszwiebeln dazugeben. Alles mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen. Die Nudeln offen bei mittlerer bis großer Hitze nach Packungsangabe plus ein paar Minuten bissfest garen. Dabei anfangs gelegentlich, gegen Ende häufig umrühren und evtl. löffelweise Wasser dazugeben, wenn die Mischung zu trocken werden sollte.

4 Am Ende der Garzeit das angebratene Fleisch mitsamt dem Salbei wieder in den Topf geben und mit den übrigen Zutaten vermischen. Alles abschmecken und auf Teller verteilen. Den Gorgonzola würfeln und daraufstreuen. Das Gericht sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten



REDAKTIONSTIPP

Pastagenuss mit minimalem Aufwand verspricht das Buch „One Pot Pasta“ von Angelika Ilies. Ein Topf, Nudeln und ein paar weitere Zutaten, und nach nur ca. 30 Minuten steht ein echter Glücklichmacher auf dem Tisch – ein Pastagericht, das im Handumdrehen ohne viel Schnickschnack zubereitet ist und der ganzen Familie schmeckt. Das Beste: Die Rezepte sind so einfach umzusetzen, dass auch die Kleinsten den Kochlöffel schwingen können. **Gräfe und Unzer, 9,99 Euro**

Spargel-Pasta mit Kerbel

Pasta con asparagi e cerfoglio



FÜR 4 PERSONEN

500 g grüner Spargel
1 Handvoll Kerbel
100 g Schalotten
30 g Pinienkerne
1 EL Butter
1 l Gemüsebrühe
200 g TK-Erbsen
400 g kurze Nudeln (z.B. Dinkel-Penne, Kochzeit 7-9 Minuten)
150 g Sahne

etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Den Spargel waschen, von holzigen Enden befreien, im unteren Drittel schälen und in Stücke schneiden, die etwa so lang sind wie die Nudeln. Die Spargelspitzen beiseitelegen. Den Kerbel waschen, trocken schütteln und grob hacken. Die Schalotten schälen und vierteln oder achteln.

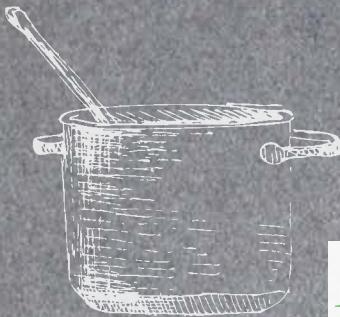
2 Die Pinienkerne in einem großen Topf (12 cm hoch, Ø 22–24 cm) ohne Zugabe von Fett bei mittlerer Hitze goldbraun rösten, dann herausnehmen und zunächst beiseitestellen. Die Butter im selben Topf zerlassen und die Schalotten darin glasisch dünsten. Die Gemüsebrühe angießen und die Erbsen dazugeben. Die Brühe zugedeckt bei großer Hitze zum Kochen bringen.

3 Die Pasta in den Topf geben und offen bei mittlerer bis großer Hitze ca. 4 Minuten kochen lassen. Den Spargel (bis auf die Köpfe) dazugeben. Die Nudeln offen nach Packungsangabe plus ein paar Minuten gerade eben bissfest garen, dabei anfangs gelegentlich, gegen Ende häufig umrühren.

4 Sahne und Spargelspitzen in den Topf geben, alles mit Salz und Pfeffer würzen und 2–3 Minuten unter ständigem Rühren kochen lassen, dabei löffelweise Wasser dazugeben, wenn die Mischung zu trocken wird.

5 Den Kerbel unter die Pasta rühren und die Pasta auf Teller verteilen. Das Gericht mit den gerösteten Pinienkernen bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten



Feierabendliebling

SCHNELL & EINFACH



BUNTE HÄHNCHEN-
NUDELN

Guter Mix

Pasta, Hähnchen, Gemüse und Käse - was könnte es Schöneres geben? Das Beste: Sie können nach Lust und Laune variieren. Anstelle von Gorgonzola passt beispielsweise auch Taleggio und das Hähnchen können Sie durch Lammfilet ersetzen.



CULTURA

Die Welt zu Gast

Vom 25.3. bis zum 31.3. findet in Genua das Worlds Festival 2019 (ital. Festa dei Mondi) statt. Unter dem diesjährigen Motto „traditionelle Kostümierung“ wird es bunt rund um den Porto Antico der Hafenstadt. Eine Woche lang gibt es ein vielfältiges Rahmenprogramm: von Experimentier-Stationen für Kinder über zahlreiche Aufführungen unterschiedlicher ethnischer Gruppen bis hin zu traditionellen Tanzeinlagen. Natürlich kommt dabei auch der Genuss nicht zu kurz. An zahlreichen Ständen kann nach Herzenslust geschlemmt werden. Weitere Infos unter www.portoantico.it

LA DOLCE VITA

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

VACANZA

KLEIN, ABER OHO

Das Hotel „Podere di Marfisa Wine-Relais“



Italiano - Deutsch

assaporare.....	genießen
leggere.....	lesen
la vacanza.....	der Urlaub
l'anniversario.....	das Jubiläum
festeggiare.....	feiern
brindare.....	anstoßen
auguri!.....	herzlichen Glückwunsch!
i tulipani.....	die Tulpen
il letargo.....	der Winterschlaf
baciato dal sole.....	sonnengeküsst
leggero.....	leicht
colorato.....	bunt

Entspannung abseits von Hektik und Trubel

Das charmante Weingut samt Hotel „Il Podere di Marfisa“ (www.ilpoderedimarfisa.it) in Farnese in der Region Latium lädt mit seinen 7 lichtdurchfluteten Zimmern und Suiten zum Entspannen in gemütlicher und familiärer Wohlfühlatmosphäre ein. Umgeben von 20 ha Land, an der Grenze zur Toskana gelegen, genießen Gäste hier vor allem die herrliche unberührte Natur. Weit weg von Stadtlärm und Smog können Körper und Geist, auch dank vielfältiger Spa-Angebote, neue Kraft schöpfen. Im Spa-Bereich finden sich neben einem Outdoor-Pool auch ein Innenpool mit Chromotherapie-Licht und Whirlpoolbetten. Massagen und Beautybehandlungen runden das Angebot ab. Vor allem Weinliebhaber kommen im Hotel auf ihre Kosten, denn auf Anfrage gibt es Besichtigungen der hauseigenen Weinkeller und Weinberge. In der Osteria des Hotels „Unicorno“ freuen Gäste sich über saisonale und traditionelle Produkte unmittelbar aus der Region. Die 30 m² großen Suiten (1.134 Euro/2 Personen/1 Woche) verfügen allesamt über eine geräumige Terrasse mit Blick auf die von Olivenhainen geprägte Landschaft. Ausgestattet sind die Suiten mit Schlaf- sowie Wohnzimmer, Minibar, Telefon, WLAN, Sat-TV und vielem mehr. Das tägliche und sehr reichhaltige Frühstücksbuffet ist im Preis inbegriffen – pure Erholung für die ganze Familie!



Stilecht aufbewahrt

Egal ob zum Würzen von Salaten, Pasta oder Pizza – ein qualitatives Olivenöl gehört in jede gut ausgestattete Küche! In den neuen und äußerst formschönen Ölkannen „Olio Puro“ von Cilio schmeckt das flüssige Gold gleich doppelt aromatisch. Die Kannen im Vintage-Look ermöglichen eine leichte Dosierung sowie Aufbewahrung inkl. mediterranem Flair. Gefertigt aus Edelstahl mit 500 ml Fassungsvermögen, für ca. 20 Euro. Infos und Bestellung über www.cilio.de



In trockenen Tüchern

Neues von Urban Nature Culture Amsterdam! (www.urbannatureculture.com)

Eines sei verraten: Die neue Kollektion ist richtig bunt! Neben wunderschönen Küchentextilien gibt es auch neues Geschirr, tolle Wohnaccessoires und vieles mehr, um Frühling und Sommer gebührend zu begrüßen. Weitere Infos und Bestellung unter www.orangehaus.de



BUONA PASQUA!

AUCH FÜR'S AUGE EIN FEST Eine schöne Ostertafel steht und fällt mit der richtigen Dekoration. Wir haben schöne Deko-Ideen für Sie gesammelt:

1 KЛАSSISCH Hasen der Serie „Gino“ kommen minimalistisch daher (stehend, 15 cm, ca. 9 Euro, sitzend, 6,6 cm, für ca. 5 Euro, www.leonardo.de)

2 VERSPIELT Der Hase „Artferro“ aus Metall kommt im 2-teiligen Set zu Ihnen nach Hause (38 cm hoch, ca. 33 Euro, www.exner-collection.de)

3 LUXURIÖS Das Design in der Farbe Mitternachtsblau ist in Kombination mit Gold nicht nur zum Osterfest ein schöner Hingucker (Teller ca. 15 Euro, www.asa-selection.com) **4 TRENDIG** Die Kerzenkollektion „Glamour“ in Rosé sorgt für stimmungsvolle Wohnakzente bei einer besonders langen Brenndauer (aus Paraffin, ca. 20 Euro, www.fink-shop.com)





Wie die alten Römer

Designerin Stefania Vasques erschafft für die „Terra.Cotto“-Kollektion von Sambonet (www.sombonet.it) klassisches Design in einem zeitgenössischen Kontext. Die Kollektion ist aus hochwertigem Terrakotta gefertigt und besticht durch klare sowie hochmoderne Formen. Die sanften erdigen Farben sorgen für ein ganz besonderes Flair (Fleischtopf, Ø 16,5 cm, Farbe „Safran“, ca. 65 Euro; Bratenpfanne, Ø 28,5 cm, Farbe „Minze“, ca. 80 Euro). Weitere Infos unter www.connex.de

♥ LEGGERE

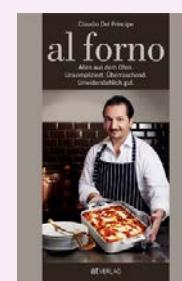


Veggie de luxe

Fotografin und Kochbuchautorin Katharina Küllmer ([@katharinakuellmer](https://www.instagram.com/katharinakuellmer)) zeigt im dritten Band ihrer Reihe „Aromenfeuerwerk“, wie wichtig Kräuter, Gewürze und Aromen beim Essen sind, und das besonders in der vegetarischen Küche. In „Vegetarisch. Die neue grüne Küche“ finden Sie 100 kreative Wohlfühlrezepte, die garantiert für Geschmacksexplosionen und Farbe auf den Tellern sorgen. **Edition Michael Fischer, 34 Euro**

Reise durchs Piemont

Erkunden Sie mit den Autoren Maurizio Francesconi und Alessandro Martini das wunderbare Hügelland im Südosten des Piemont. Im Buch „111 Orte in Langhe, Roero und Monferrato, die man gesehen haben muss“ aus der beliebten Reiseführerreihe erfahren Sie aus erster Hand Tipps zu Kultur, Kunst, Landschaft und Essen. Entdecken Sie spannende Orte und Geheimnisse abseits vom Standard-Reiseführer. **Emons Verlag, 16,95 Euro**

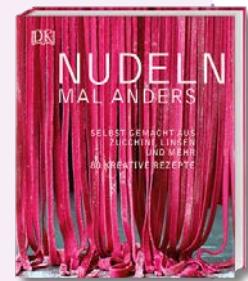


Aus dem Ofen

In seinem fünften Kochbuch „al forno“ nimmt der italienische Autor Claudio Del Principe seine Leser mit auf eine Reise in seine köstliche Slow-Food-Küche. Hier finden neben Klassikern der italienischen Küche internationale Gerichte Platz - Hauptsache, sie kommen frisch aus dem Backofen. Freuen Sie sich auf Lasagne, Spare Ribs und auf vieles mehr. **AT Verlag, 34 Euro**

Pasta-Alternativen

Dass Pasta nicht immer aus Mehl oder Hartweizen-gerieb macht werden muss, zeigt Autorin Caroline Bretherton in ihrem neuen Buch „Nudeln mal anders“. In 80 Rezepten erklärt sie, wie köstliche Nudelarten aus Roter Bete, Hirse, Süßkartoffeln oder Quinoa ganz einfach hergestellt werden. On top gibt es dann auch noch ausgefallene Soßen und praktische Einkaufstipps. **Dorling Kindersley Verlag, 19,95 Euro**



ALLES, WAS SIE LESEN WOLLEN!

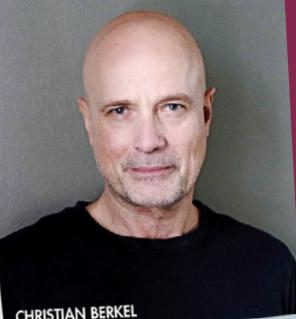
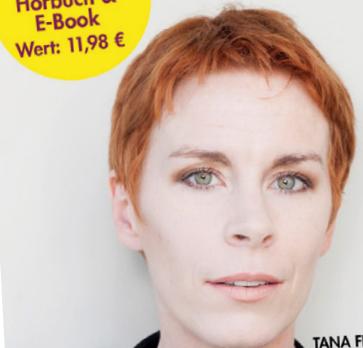
Über 200 Buch- und Hörbuchtipps
im neuen BÜCHERmagazin.
3 Ausgaben jetzt nur 14,90 Euro

SIE
SPAREN
28%

DAS UNABHÄNGIGE LITERATUR- & HÖRBUCHMAGAZIN

BÜCHER^{im} magazin

GRATIS
Hörbuch &
E-Book
Wert: 11,98 €



Die Zukunft des Lesens

DIGITALE LITERATURWELTEN: E-Books, Blogs & Bibliotheken
GEMEINSAME LEKTÜRE: Der Boom der Lesekreise
HANDWERK + PRAXISTIPPS: Kann man schreiben lernen?

138 Buchtipps für LeserInnen aus Leidenschaft: Romanbiografien, Essays zur Literatur und Ratgeber



PLUS GRATIS-
LESEJOURNAL

Kleine Prise - großer Geschmack!

Mit einer kleinen ZauberPrise schmeckt jedes Gericht wunderbar aromatisch und besonders würzig. Das Beste daran: Die Gewürze stammen alle aus 100 % kontrolliert biologischem Anbau. Erhältlich in den Sorten „Fisch“, „Gemüse“ und „Fleisch“, Set für ca. 15 Euro. Infos & Bestellung: www.falkemedia-shop.de



Kabeljau mit Frühlingsgemüse

ZUBEREITUNGSZEIT 35 MINUTEN | FÜR 4 PERSONEN

6 Karotten // 2 Kohlrabi // 3 Frühlingszwiebeln // 4 Stücke Kabeljaufilet
Saft von 1/2 Bio-Zitrone // 2 TL „ZauberPrise“ für Fisch // 50 g Haselnusskerne // 50 g Pinienkerne // 2 EL natives Olivenöl extra // 300 ml Gemüsebrühe // 40 g Semmelbrösel // 2 EL Butter // Salz & Pfeffer

- 1 Karotten und Kohlrabi schälen. Karotten in Scheiben, Kohlrabi in Stifte schneiden. Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Den Fisch mit Zitronensaft beträufeln und mit je 1/2 TL ZauberPrise für Fisch würzen. Haselnüsse und Pinienkerne grob hacken.
- 2 Gemüse in einem Topf in Öl andünsten, mit Salz, Pfeffer würzen und mit Brühe aufgießen. Aufkochen lassen. Kabeljau aufs Gemüse setzen und bei geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze 7-10 Minuten garen.
- 3 Die Haselnüsse, Pinienkerne und Semmelbrösel in einer Pfanne in zerlassener Butter goldbraun anbraten.
- 4 Gemüse und Kabeljau auf Tellern anrichten. Den Nuss-Brösel-Mix auf den Fisch geben und das Gericht sofort servieren.

Gutes von der Stange RHABARBERZEIT

Mit seiner **fein-säuerlichen Fruchtigkeit** ist Rhabarber ein willkommener Frühlingsgast in unserer Küche

RHABARBER- MARZIPAN-AUFLAUF

Rezept auf Seite 90



Rot oder grün?

Rhabarber ist in unterschiedlichen Sorten erhältlich. Der beliebte „Himbeerrhabarber“ z.B. zeichnet sich durch seine rote Schale und sein leicht süßliches Aroma aus.



Fotos: Tina Bumann (3) | Illustrationen: gettyimages/lethill (1) | Archiv (1)





Rhabarber-Marzipan-Auflauf

Sformato di rabarbaro e marzapane

FÜR 4 PERSONEN

100 g Marzipanrohmasse

1 Vanilleschote

4 Eier

200 g Magerquark

50 g Butter zzgl. etwas mehr zum Fettten

4 EL Weißwein

2 EL Speisestärke

100 g Zucker

1 Prise Salz

700 g Rhabarber

1 Das Marzipan auf der Küchenreibe grob raspeln. Die Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauslösen. Die Eier trennen. In einer großen Schüssel das Marzipan mit Vanillemark, Quark, Eigelb, Butter, Wein, Speisestärke sowie 65 g Zucker mit dem Handrührgerät glatt rühren.

2 In einer weiteren Schüssel das Eiweiß mit Salz steif schlagen. Den übrigen Zucker einrieseln lassen und die Masse 2 Minuten weiterschlagen. Den Eischnee vorsichtig unter den Quark heben. Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine rechteckige Auflaufform mit etwas Butter fetten. Den Rhabarber putzen, waschen und die Stangen je nach Dicke längs halbieren oder vierteln, dann in 15–20 cm lange Stücke schneiden.

3 Die Quarkmasse in die Auflaufform geben und verstreichen. Die Rhabarberstücke darauflegen und alles auf der 2. Schiene von unten in 20–25 Minuten goldbraun backen. Den Auflauf aus dem Ofen nehmen, kurz abkühlen lassen und warm servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 60 Minuten



Rhabarber-Profiteroles mit Mohnsahne

Profiteroles al rabarbaro con panna ai semi di papavero

FÜR 4 PERSONEN

60 g Butter

1 Prise Salz

150 g Mehl

4 Eier

400 g Rhabarber

50 g Zucker

100 ml Rhabarbernektar

1 EL Speisestärke

30 g gemahlener Mohn

250 g Magerquark

300 g Sahne

60 g Puderzucker zzgl. etwas mehr zum Bestäuben

1 250 ml Wasser, Butter und Salz in einem Topf aufkochen. Das Mehl dazugeben und mit einem Kochlöffel alles glatt rühren. Bei mittlerer Hitze so lange rühren, bis sich der Teig als Kloß vom Topfboden löst. Diesen in eine Schüssel geben und etwas abkühlen lassen. Die Eier mit den Knethaken des Handrührgeräts nacheinander untermengen.

2 Den Backofen auf 220 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen. Den Teig in einen Spritzbeutel mit großer Sterntülle geben. 12 Tupfen (à 5 cm) im Abstand von 5 cm auf das Backpapier spritzen. Im vorgeheizten Ofen auf der 2. Schiene von unten in ca. 30 Minuten goldbraun backen. Aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen.

3 Inzwischen Rhabarber putzen, waschen und in 1 cm große Stücke schneiden. Den Zucker in einem Topf karamellisieren lassen und mit dem Nektar ablöschen. Rhabarber dazugeben und bei kleiner Hitze ca. 5 Minuten garen. Rhabarber mit einer Schaumkelle herausnehmen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren. Den Sud im Topf erneut aufkochen und mit der angerührten Speisestärke abbinden. Dann mit dem Rhabarber vermischen und abkühlen lassen.

4 Den Mohn ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne anrösten, bis er zu duften beginnt. Aus der Pfanne nehmen und auskühlen lassen. Den Quark in ein Küchenhandtuch geben und gut ausdrücken. Die Sahne mit der Hälfte des Puderzuckers steif schlagen. Den Quark mit dem übrigen Puderzucker glatt rühren und die Sahne sowie den Mohn unterheben.

5 Die Profiteroles waagerecht halbieren. Die Böden mit dem Rhabarberkompott füllen und je 1–2 EL Mohnsahne daraufgeben. Den Deckel daraufsetzen und die Profiteroles mit etwas Puderzucker bestäubt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 90 Minuten



Rhabarber-Mousse

Mousse di rabarbaro

FÜR 4 PERSONEN

500 g Rhabarber

1 Vanilleschote

150 g Zucker

120 ml Apfelsaft

4 Blatt rote Gelatine

250 g weiße Kuvertüre

2 Eier

2 EL Himbeergeist

150 g Joghurt

250 g Sahne

2 Stiele Minze

50 g Zartbitterkuvertüre

1 Den Rhabarber putzen und waschen. Die Stangen je nach Dicke längs halbieren und in ca. 2,5 cm lange Stücke schneiden. Vanilleschote der Länge nach aufschneiden und das Mark herauslösen. Rhabarber, Vanillemark und -schote, 100 g Zucker und 80 ml Apfelsaft in einem Topf aufkochen. Ca. 5 Minuten köcheln lassen, bis der Rhabarber weich wird. Die Vanilleschote entfernen.

2 Die rote Gelatine in kaltem Wasser einweichen. 200 g der weißen Kuvertüre grob hacken und über einem heißen Wasserbad schmelzen. Eier, Himbeergeist, übrigen

Zucker sowie restlichen Apfelsaft über einem weiteren Wasserbad mit einem Schneebesen cremig aufschlagen. Die Gelatine gut ausdrücken und darin auflösen. Die geschmolzene Kuvertüre dazugeben und alles glatt rühren.

3 Die Creme aus dem Wasserbad nehmen, den Joghurt unterrühren und schließlich den Rhabarber unterheben. Die Schüssel in eine größere Schüssel mit Eiswasser stellen und die Masse kalt rühren, bis sie zu gelieren beginnt. Die Sahne in einer separaten Schüssel steif schlagen und vorsichtig unterheben.

4 Die Rhabarber-Mousse in 4 Dessertschälchen geben und mindestens 4 Stunden kalt stellen. Die Minze waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Die übrige weiße Kuvertüre und die Zartbitterkuvertüre fein hacken. Minzblättchen und Kuvertürestückchen über die Mousse streuen und diese gut gekühlt servieren.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten**
zzgl. **4 Stunden Kühlzeit**

Rhabarber-Crostata mit Erdbeeren

Crostata di rabarbaro con le fragole

FÜR 1 KUCHEN (Ø 28 CM)

270 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
150 g Zucker
225 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
4 Eigelb
1 Prise Salz
500 g Rhabarber
300 g Erdbeeren
1 Bio-Orange (abgeriebene Schale)
2 EL Speisestärke
1 Ei

1 Mehl, 50 g Zucker, kalte Butter, Eigelb und Salz in einer Schüssel zu einem glatten Teig verkneten. Ggf. 2–3 EL kaltes Wasser dazugeben, sollte der Teig zu trocken sein. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und ca. 30 Minuten kalt stellen.

2 Inzwischen den Rhabarber waschen, putzen und in kleine Stücke schneiden. Die Erdbeeren waschen, vom Grün befreien und je nach Größe halbieren oder vierteln. Die Rhabarberstücke mit Erdbeeren, Orangen-



Beste Freunde

Rhabarber und Erdbeeren sind ein Dream-Team, das sich in Aroma und Konsistenz toll ergänzt: Säuerlich & süß, faserig & zart sind sie perfekt in dieser Crostata.

RHABARBER-CROSTATA mit Erdbeeren

schale, Speisestärke und übrigem Zucker in einer großen Schüssel vorsichtig vermengen.

3 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Tarteform (Ø 28 cm) mit Butter einfetten. Den Teig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche kurz durchkneten. Etwa 1/3 davon abnehmen und beiseitestellen. Übrigen Teig etwas größer als die Tarteform rund ausrollen und diese dann damit auskleiden, dabei auch einen Rand bilden. Dann den beiseitegelegten Teig ebenfalls dünn ausrollen und in 1–1,5 cm breite Streifen schneiden.

4 Die Rhabarberfüllung auf den Teig geben. Die Teigstreifen gitterförmig darüberlegen und die Enden leicht am Rand andrücken. Das Ei verquirlen und die Gitterstreifen damit bestreichen. Die Crostata im vorgeheizten Ofen in 40–45 Minuten goldbraun backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Die Crostata aus dem Ofen nehmen und auf einem Kuchengitter abkühlen lassen, dann servieren. Dazu können Sie geschlagene Vanillesahne reichen.

♥ **ZUBEREITUNGSZEIT 2 Stunden**

FRISCH AUFGETISCHT

Was bringt die Saison?

Aufgepasst, hier verraten wir Ihnen die besten Rezepte mit **erntefrischem Gemüse, Salat, Obst und Kräutern**. Schnappen Sie sich gleich Ihren Einkaufskorb, und auf geht's zum Wochenmarkt!

EINGELEGTE RADIESCHEN

Ravanelli sott'aceto

FÜR 4 PERSONEN

2 Bund Radieschen
1/2 Bund Dill
200 ml roter Balsamicoessig
60 g brauner Zucker
1 Lorbeerblatt
1 EL Senfkörner
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Radieschen waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden oder hobeln. Den Dill waschen und trocken schütteln. Die Spitzen von den Stielen zupfen.

2 Für den Fond 400 ml Wasser mit Essig, Zucker, Lorbeerblatt, 1 TL Salz und Pfeffer in einen Topf geben, aufkochen und 5 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Anschließend das Lorbeerblatt herausnehmen.

3 Radieschenscheiben, Dill und Senfkörner auf 4 Gläser verteilen. Den noch heißen Sud darübergießen. Die Radieschen mindestens 60 Minuten ziehen lassen und dann servieren. Alternativ in sterilisierte verschließbare Gläser füllen und verschlossen über mehrere Wochen aufbewahren.

TIPP: Die eingelegten Radieschen passen ganz wunderbar zu frischem Ciabatta oder zu grünem Salat.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
90 Minuten



Foto: gettyimages/AnnaPustynnikova (1), Dovap (1), halilang (1), Stockphotozeleno (1)

RADIESCHEN *Ravanelli*

Das gesunde Gemüse aus der Gattung der Rettiche ist mild bis leicht scharf im Geschmack. Neben der Knolle sind auch die jungen Blätter genießbar und reich an wertvollen Inhaltsstoffen. Die Blätter sollten vor der Lagerung gekappt und separat aufbewahrt werden, da sie der Knolle Feuchtigkeit entziehen. Bis zu einer Woche halten sich die Radieschen im Gemüsefach des Kühlschranks frisch. Frische Radieschen sind prall mit glatter Oberfläche.



BRUNNENKRESSE *Crescione*

Brunnenkresse wächst in und an Bächen sowie Seen und das ganze Jahr über. Da ihre Wirkstoffe und ihr Aroma beim Trocknen verloren gehen, wird sie meist nur frisch verwendet. Sie ist leicht scharf und herb im Geschmack mit fleischigen runden Blättern. Sie schmeckt u.a. in Salaten, Dips, Suppen und Soßen. Das würzige Kraut passt geschmacklich gut zu Knoblauch, Zitrone, Chili und Olivenöl. Vor dem Verzehr die Wurzeln entfernen.



FRITTATA mit San-Daniele-Schinken & Brunnenkresse

Frittata con prosciutto San Daniele e crescione

FÜR 4 PERSONEN

250 g Brunnenkresse
1 Zwiebel
150 g San-Daniele-Schinken
2 EL natives Olivenöl extra
6 Eier
100 ml Milch
50 g frisch geriebener Parmesan
etwas frisch geriebene Muskatnuss
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Brunnenkresse verlesen, waschen und trocken schleudern. Die Blättchen von den Stielen zupfen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Schinken ebenfalls in Würfel schneiden.

2 1 EL Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebel darin glasig andünsten. Dann den Schinken dazugeben und knusprig anbraten. Zwiebel und Schinken aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen.

3 Eier mit Milch verquirlen, ggf. etwas mehr Milch dazugeben. Zwiebel, Schinken und Parmesan untermengen und die Mischung mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

4 Übriges Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Eimasse hineingießen. Die Frittata mit geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze in 10–15 Minuten stokken lassen, bis sie sich beim Rütteln an der Pfanne nicht mehr bewegt. Dann mit der Brunnenkresse bestreuen und sofort servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
35 Minuten

KOHLRABI-QUICHE mit Zwiebeln und Fontina

Quiche di cavolo rapa, cipolle e fontina

FÜR 4 PERSONEN

250 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
150 g kalte Butter in Stückchen zzgl. etwas mehr zum Fetten
4 Eier
100 ml Milch
3 Kohlrabi
2 Zwiebeln
100 g italienischer Kochschinken
1 EL natives Olivenöl extra
200 Schmand
70 g frisch geriebener Fontina
etwas frisch geriebene Muskatnuss
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Für den Teig Mehl mit Butter, 1 Ei und 1 TL Salz verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten kalt stellen. Kohlrabi schälen und würfeln. Zwiebeln ebenfalls schälen und würfeln, in einer Pfanne in 1 EL Öl andünsten. Kohlrabi dazugeben und mitdünsten, salzen und pfeffern. Schinken klein schneiden und mit dem Gemüse mischen.

2 Die übrigen Eier in einer Schüssel mit Schmand, Milch und Fontina verrühren. Kräftig mit Muskat, Salz und Pfeffer würzen.

3 Ofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen. Boden und Rand einer gefetteten Quicheform (Ø 28 cm) damit auslegen. Kohlrabigemüse auf den Boden geben, den Eierguss daraufgießen. Quiche in ca. 40 Minuten goldbraun backen, dann servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
90 Minuten



Foto: gettyimages/fuchszer (b.) Stockphoto/08 (t.) gettyimages/vinastier89 (b.) Archiv (t)



KOHLRABI *Cavolo rapa*

Die wohl bekömmlichste aller Kohlsorten ist zart und saftig im Biss, schmeckt leicht süßlich und sehr mild. Das macht sie auch bei Kohlverächtern und Kindern beliebt. Da in den Blättern bis zu drei Mal mehr Vitamine und Inhaltsstoffe als in der eigentlichen Knolle enthalten sind, sollten diese mitgegessen werden. Frischen Kohlrabi erkennen Sie an sattgrünen und knackigen Blättern. Im Kühlschrank bleibt er ca. eine Woche lang frisch, danach wird er holzig.



RUCOLA *Rucola*

Geschmacklich ist Rucola herb-scharf und nussig. So erinnert er an Pfeffer und Walnüsse. Wir unterscheiden großblättrigen Rucola, der etwas milder im Aroma ist als sein kleinblättriger Bruder, der deutlich mehr Senföle enthält. Da er schnell verwelkt, sollte nur die Menge gekauft werden, die gebraucht wird. In ein feuchtes Tuch eingewickelt, hält er sich dennoch 1-3 Tage im Kühlschrank frisch. Achten Sie beim Kauf auf sattgrüne knackige Blätter.



FARFALLE mit Rucola-Ricotta-Pesto

Farfalle con pesto di rucola e ricotta

FÜR 4 PERSONEN

400 g Farfalle
50 g Pinienkerne
1 Bund Rucola
1 Bio-Limette
1 kleine Knoblauchzehe
70 g Ricotta
50 g frisch geriebener Pecorino
1 EL flüssiger Honig
3 EL natives Olivenöl extra
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Farfalle nach Packungsangabe in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen. Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun rösten, dann herausnehmen und abkühlen lassen.

2 Den Rucola verlesen, waschen und trocken schleudern. Ein paar Blätter zum Garnieren beiseitelegen. Limette waschen und 1 TL Schale abreiben. Knoblauch schälen. Pinienkerne, Rucola, Limettenschale, Ricotta, Pecorino, Knoblauch, Honig und Olivenöl in einem hohen, schmalen Gefäß mit dem Stabmixer je nach gewünschter Konsistenz fein pürieren. Dann mit Salz und Pfeffer würzen.

3 Die Farfalle abgießen und kurz abtropfen lassen, dann mit dem Pesto vermischen. Die Pasta auf Teller verteilen und mit dem übrigen Rucola garniert servieren.

TIPP: Bestreichen Sie einen Pizzaboden mit dem Pesto. Backen Sie die Pizza dann mit Tomaten und Käse belegt im heißen Ofen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
20 Minuten

SCHICHTDESSERT mit Rhabarber & Amarettini

Dessert a strati con rabarbaro e amarettini

FÜR 4 PERSONEN

300 g Rhabarber
1 Bio-Orange
60 g Zucker
4 EL Limoncello
250 g Mascarpone
150 g Joghurt
2 Pck. Vanillezucker
150 g Amarettini
1 TL Kakaopulver

1 Den Rhabarber putzen, waschen und in grobe Stücke schneiden. Die Orange heiß abwaschen und die Schale fein abreiben. Dann die Orange halbieren und 4 EL Saft auspressen. Den Saft bis zur Verwendung beiseitestellen. Rhabarber und Orangenschale mit Zucker in einem Topf mischen und ca. 10 Minuten Saft ziehen lassen. Die Rhabarbermischung dann aufkochen und zugedeckt bei mittlerer Hitze 5-10 Minuten ziehen lassen, vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Den Limoncello dazugeben und unterrühren.

2 Inzwischen Mascarpone mit Joghurt, Orangensaft und Vanillezucker glatt rühren und bis zur Verwendung kalt stellen. Die Amarettini fein zerbröseln und mit Kakaopulver vermischen. 1 EL dieser Mischung zum Garnieren beiseitelegen.

3 Kakao-Amarettinibrösel auf 4 Dessertgläser verteilen. Darauf 2/3 der Mascarponecreme schichten, dann das Rhabarberkompott auf die Creme geben. Mit der übrigen Mascarponecreme abschließen und das Dessert mit den übrigen Kakao-Amarettinibröseln bestreut servieren.

TIPP: Für eine alkoholfreie Variante können Sie 2 EL Lemon Curd anstelle von Limoncello verwenden.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT
55 Minuten



RHABARBER *Rabarbaro*

Je nach Sorte schmeckt Rhabarber säuerlich bis süßsauer. Seine Hauptaison hat er von April bis Ende Juni, somit ist das Gemüse eines der ersten, die nach der Wintersaison geerntet werden. Reifen Rhabarber erkennen Sie an seiner glatten und straffen Oberfläche. In ein feuchtes Tuch gewickelt, hält er sich einige Tage im Kühlschrank frisch. Sie können ihn auch problemlos einfrieren: Einfach geputzt in Stücke schneiden und in Dosen verpacken.



Foto: gettyimages/NataliaBeleniuk (1); Stockphoto/VIKtor_Khrysh (1); gettyimages/derkata (1); seranovakova (1)

MINZE *Menta*

Minze findet nicht nur klassisch als Tee oder Pesto Verwendung, ihr frisches Aroma passt auch wunderbar zu Fisch und Lamm, zu lieblichen frischen Komponenten wie Erbsen, Gurke und Tomate, aber auch zu süßen Speisen wie Schokolade, Obst und cremigen Milchprodukten. Sie sollten Minze stets frisch verwenden und nicht einfrieren, da sonst das Aroma verloren geht. Besser ist es, sie zu trocknen, so bleibt der frische Geschmack erhalten.



CREMIGES MINZEIS mit Schokoladensplittern

*Gelato cremoso alla menta
con scaglie di cioccolato*

FÜR CA. 4 PERSONEN

1 Bund Minze
500 g Joghurt
1 EL Honig
100 g Zucker
etwas grüne Lebensmittelfarbe,
nach Belieben
200 g Sahne
50 g Zartbitterschokolade
50 g Minzschokolade

1 Die Minze waschen und trocken schütteln. Die Blättchen von den Stielen zupfen und einige zum Garnieren beiseitelegen. Übrige Minzblätter mit Joghurt, Honig, Zucker und etwas Lebensmittelfarbe in ein hohes, schmales Gefäß geben und sehr fein pürieren. Die Masse dann durch ein Haarsieb streichen. Die Sahne steif schlagen und unter die Minz-Joghurtmasse heben. Beide Schokoladensorten grob hacken und ebenfalls unter die Eismasse heben.

2 Die Eismasse in eine flache tiefkühlgeeignete Form geben und ca. 8 Stunden in den Tiefkühlschrank stellen, dabei regelmäßig kräftig durchrühren, damit sich keine großen Eiskristalle bilden und die Masse eine cremige Konsistenz erhält. Alternativ das Eis in der Eismaschine zubereiten. Je 2 Kugeln Eis in Schalen geben und mit übrigen Minzblättern garniert servieren.

TIPP: Für mehr Aroma sorgt ein Minzsirup: 25 ml Zitronensaft und 10 Minzstiele mit 1 l Wasser mischen. Diesen Mix 24 Stunden ziehen lassen, am nächsten Tag aufkochen, dann abseihen. 700 g Zucker darin auflösen und ca. 10 Minuten kochen. Sirup heiß in sterilisierte Flaschen füllen.

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

Jahresabo mit Gratis-Prämie

Jetzt *so isst Italien* zum exklusiven Vorteilspreis sichern,
satte 17% sparen und Gratis-Prämie im Wert von bis zu 39,00 € bekommen.*

Keine Ausgabe
verpassen

Alle zwei Monate eine
druckfrische Ausgabe

Immer ein paar Tage
früher als am Kiosk



8 Ausgaben
(inkl. 2 Sonderheften)
zum Vorzugspreis
statt ~~48,94~~
39,90 €

Versandkostenfreie
Lieferung

Mit einer
hochwertigen Prämie

Messerset von Gubido

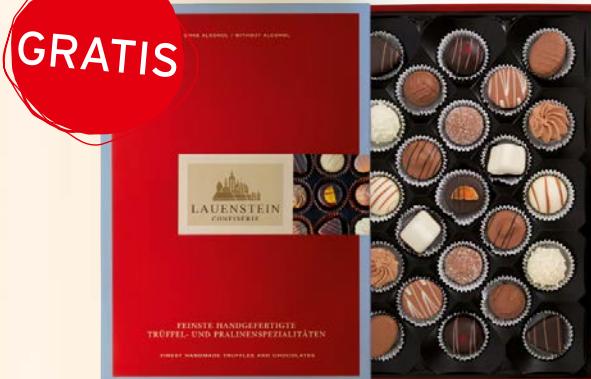
Einen guten Koch erkennt man an seinen Messern! Mit diesem 6-teiligen Messerset kann also im Grunde nichts mehr schiefgehen. Das Messerset ist aus rostfreiem Edelstahl mit hochwertiger Granit-Beschichtung und Griffen in Holzoptik gefertigt. Set bestehend aus je 1 Chefmesser, 1 Brotmesser, 1 Pizzamesser, 1 Allzweckmesser, 1 Schälmes- ser und 1 Keramik-Schäl器.

Wert: 19.95 €*



Exklusive Prämie

GRATIS



GRATIS

Trüffel & Pralinen von Lauenstein

Die erlesene Mischung beinhaltet verschiedenste handgefertigte Nougat-, Karamell- und natürlich auch fruchtige Trüffel- und Pralinenspezialitäten der Confiserie Lauenstein. Alkoholfreie Mischung in der 300-g-Packung.

Wert: 20,95 €*



Wärme-Kuscheltier „Schaf Lavendi“

Ein treuer Begleiter zu jeder Zeit: Das Warmies®-Schaf „Lavendi“ mit samtig weichem Fell ist ca. 33 cm lang und wiegt etwa 780 g. Außen flauschig-weich, innen angenehm-duftende Lavendelfüllung – „Lavendi“ spendet Ihnen wohlende Wärme in kuscheliger Optik! Mit nicht herausnehmbarer Lavendel-Hirsekorn-Füllung.

Wert: 19.99 €*

VERSANDKOSTENFREI BESTELLEN

www.soisstitalien.de/jahresabo
oder per Telefon unter 0711 / 72 52 291



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



Feines mit Milchprodukten

Himmlisch süß

Diese cremigen Desserts und zarten Gebäcke
mit **Ricotta, Mascarpone, Joghurt & mehr**
lassen uns auf Wolke sieben schweben

FOTOS & STYLING | KATHARINA KÜLLMER



HIMBEER-
MASCARPONE-
KUCHEN
mit Pistazien

Rezept auf Seite 105

**BUTTERMILCH-
ZITRONENEIS**
mit Granatapfelfoße

Rezept auf Seite 105





Mit frischem Joghurt

Leichte Pannacotta-Variante



**JOGHURT-
PANNACOTTA**
mit Karamellsosse

Rezept auf Seite 105



Vanille-Quark-Waffeln mit Rhabarberkompott

Cialde di quark alla vaniglia con composta di rabarbaro

FÜR 4 PERSONEN

FÜR DAS KOMPOTT

- 650 g Rhabarber
- 150 g Zucker
- 1 Pck. Vanillezucker
- 1 EL Bio-Zitronensaft
- 50 ml Weißwein
- 50 ml Apfelsaft
- 30 g Speisestärke

FÜR DIE WAFFELN

- 1 Vanilleschote
- 100 g weiche Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten
- 100 g Zucker
- 3 Eier
- 250 g Quark
- 1 Prise Salz
- 225 g Mehl

1/2 Pck. Backpulver

- 75 ml kohlensäurehaltiges Mineralwasser
- etwas Puderzucker zum Bestäuben

1 Für das Kompott den Rhabarber waschen, putzen und ggf. schälen, dann in 1-2 cm große Stücke schneiden. Diese in einem Topf mit Zucker und Vanillezucker vermischen und 15 Minuten ziehen lassen.

2 Den Topf auf den Herd stellen, Zitronensaft, Weißwein und Apfelsaft dazugießen und alles aufkochen lassen. Die Mischung zugedeckt bei kleiner Hitze 5-7 Minuten sanft köcheln lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren, das Kompott unter Rühren damit abbinden. Den Topf vom Herd nehmen. Das Rhabarberkompott dann in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen.

3 Für die Waffeln die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauslösen. Butter, Zucker und Vanillemark in einer Schüssel mit den Quirlen des Handrührgeräts schaumig schlagen. Eier trennen. Eigelb und Quark zur Butter-Mischung geben und unterrühren. Eiweiß mit dem Salz steif schlagen. Mehl und Backpulver vermischen und abwechselnd mit dem kohlensäurehaltigen Mineralwasser unter den Teig rühren. Anschließend den Eischnee unterheben.

4 Das Waffeleisen vorheizen und mit etwas Butter fetten. Aus dem Teig darin nach und nach goldbraune Waffeln backen. Die Waffeln mit etwas Puderzucker bestäuben und mit dem Rhabarberkompott servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 50 Minuten
zzgl. 15 Minuten Ruhezeit



Mit cremigem Ricotta

Cannelloni in neuer Form



Süße Cannelloni mit Ricotta-Mohn-Füllung

Cannelloni dolci con ripieno di ricotta e semi di papavero

FÜR 4 PERSONEN

1 Bio-Orange
500 g Ricotta
2 EL Orangenlikör
150 g Puderzucker zzgl. etwas
mehr zum Bestäuben
4 Eier
50 g gemahlener Mohn
etwas Butter zum Fetten
16 Cannelloniröllchen
400 ml Milch

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Orange heiß abwaschen. Die Schale fein abreiben, die Frucht dann filetieren. Dabei den Saft auffangen. Die Orangenfilets in kleine Stücke schneiden.

2 Den Ricotta in einer großen Schüssel mit aufgefangenem Orangensaft, Orangenlikör, 100 g Puderzucker und 1 Ei mit dem Handrührgerät zu einer glatten Creme verrühren. Die Orangenstücke sowie den gemahlenen Mohn unterheben.

3 Eine Auflaufform mit Butter fetten. Die Ricottacreme in die Cannelloniröllchen füllen und in die Auflaufform geben. Milch mit dem übrigen Puderzucker und den restlichen Eiern verquirlen und über die Cannelloni gießen. Die Orangenschale darüberstreuen. Alles im vorgeheizten Ofen in 35–40 Minuten goldbraun backen. Die Cannelloni aus dem Ofen nehmen und kurz abkühlen lassen. Mit Puderzucker bestäubt servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten



Himbeer-Mascarpone-Kuchen mit Pistazien

Cake al mascarpone con lamponi e pistacchi

FÜR 1 KUCHEN (30 CM LÄNGE)

125 g weiche Butter zzgl. etwas mehr zum Fetten
250 g (TK-)Himbeeren
1 Bio-Zitrone
200 g Mehl
1/2 Pck. Backpulver
150 g Zucker
1 Pck. Vanillezucker
1 Prise Salz
4 Eier
250 g Mascarpone
50 g Pistazienkerne
100 g Puderzucker

1 Den Backofen auf 180 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Eine Kastenkuchenform (30 cm Länge) mit etwas Butter fetten. Frische Himbeeren ggf. vorsichtig waschen und trocken tupfen, TK-Himbeeren gefroren verwenden. Die Zitrone heiß abwaschen. 1 TL Schale fein abreiben, dann den Saft auspressen.

2 Mehl, Backpulver, Zucker, Vanillezucker und Salz in einer Schüssel mischen. Butter und Eier schaumig rühren. Mascarpone und Mehl-Mischung abwechselnd dazugeben und unterrühren. Die Hälfte des Zitronensafts und die Zitronenschale dazugeben und unterrühren. Himbeeren vorsichtig unterheben.

3 Den Teig in die Form füllen. Im vorgeheizten Ofen 40–45 Minuten backen. Mit Alufolie abdecken, sollte die Oberfläche drohen, zu dunkel zu werden. Den Kuchen in der Form abkühlen lassen, dann auf ein Kuchengitter stürzen und auskühlen lassen. Inzwischen die Pistazien hacken. Für den Guss den Puderzucker mit dem übrigen Zitronensaft glatt rühren. Den Guss auf dem Kuchen verteilen und mit den Pistazien bestreuen. Guss trocknen lassen und den Kuchen servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 80 Minuten



Buttermilch-Zitroneneis mit Granatapfelsoße

Gelato al latticello e limone con salsa di melagrana

FÜR 4 PERSONEN

3 Bio-Zitronen
200 g Sahne
125 g Zucker
500 g Buttermilch
1 Granatapfel
150 ml Apfelsaft
3 EL Grenadinesirup
1 TL Speisestärke
20 ml Marsala

1 Für das Eis 1 Zitrone heiß abwaschen. Die Schale fein abreiben. Alle Zitronen halbieren und den Saft auspressen. Die Sahne mit dem Zucker steif schlagen. Buttermilch, Zitronensaft und -schale nach und nach unter die Sahne ziehen. Die Masse in ein verschließbares Gefäß geben und im Tiefkühlschrank mindestens 4 Stunden gefrieren lassen. Dabei alle 45–60 Minuten das Eis einmal kräftig durchrühren, damit sich keine größeren Eiskristalle bilden. Alternativ nach Herstellerangaben in einer Eismaschine gefrieren lassen.

2 Für die Soße den Granatapfel halbieren. Den Saft aus einer Hälfte auspressen, die Kerne aus der anderen Hälfte vorsichtig mit einem Löffel herauslösen.

3 Granatapfelsaft, Apfelsaft und Grenadinesirup in einen Topf geben und aufkochen. 2–3 Minuten offen köcheln lassen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren, die Soße unter Rühren damit abbinden. Den Topf vom Herd nehmen. Marsala und Granatapfelerne in die Soße rühren, die Soße auskühlen lassen. Die kalte Granatapfelsoße zum Buttermilch-Zitroneneis servieren.

TIPP: Wer mag, verfeinert die Granatapfelsoße mit 2–3 EL Cassislikör.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 25 Minuten
zzgl. mindestens 4 Stunden Kühlzeit



Joghurt-Pannacotta mit Karamellsoße

Panna cotta allo yogurt con salsa al caramello

FÜR 4 PERSONEN

1 Vanilleschote
10 Blatt Gelatine
520 g Sahne
300 g Zucker
500 g Joghurt
80 g Butter
1 Prise Salz

1 Für die Pannacotta die Vanilleschote der Länge nach halbieren und das Mark herauslösen. Die Gelatine nach Packungsangabe in kaltem Wasser einweichen.

2 400 g Sahne, Vanillemark und -schote sowie 100 g Zucker in einen Topf geben und unter Rühren aufkochen lassen. Bei kleiner Hitze 5 Minuten köcheln lassen. Den Topf dann vom Herd nehmen und die Mischung ca. 5 Minuten abkühlen lassen.

3 Die Vanilleschote aus der Sahne entfernen und die gut ausgedrückte Gelatine unter Rühren in der warmen Flüssigkeit auflösen. Die Mischung ca. 15 Minuten abkühlen lassen, dann den Joghurt dazugeben und unterrühren. Die Mischung in 4 Gläser geben und mindestens 5 Stunden kalt stellen.

4 Für die Karamellsoße den übrigen Zucker in eine Pfanne geben und darin bei mittlerer Hitze karamellisieren lassen. Die Butter dazugeben und zügig mit einem Schneebesen unterrühren. Die Pfanne vom Herd nehmen und die übrige Sahne unter ständigem Rühren langsam dazugießen. Das Salz dazugeben und alles zu einer cremigen Soße verrühren. Die Karamellsoße abkühlen lassen und zur Joghurt-Pannacotta servieren.

TIPP: Mit gerösteten Mandeln garnieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 70 Minuten
zzgl. mindestens 5 Stunden Kühlzeit





Milchprodukte RATGEBER

Wir geben Ihnen **Informationen zu Herstellung und Genuss**, damit Sie für den Umgang mit Sahne, Quark & Co. gewappnet sind

AUFBEWAHRUNG

Alle Frischkäsesorten neigen dazu, Fremdgerüche im Kühlschrank anzunehmen. Bewahren Sie sie daher stets luftdicht verschlossen und bei ca. 7 °C im Kühlschrank auf. In der Regel gilt: Verbrauchen Sie angebrochene Milchprodukte in 3–4 Tagen. Wenn sich einmal etwas Molke auf Quark und Joghurt bildet, sieht das vielleicht unappetitlich aus, kann aber einfach wieder gut untergerührt und verzehrt werden. Anders als bei Hartkäse wie Parmesan muss Frischkäse, der schimmelt, sofort entsorgt werden.



RICOTTA

Ricotta gehört zu den Frischkäsen, wird im Gegensatz zu anderen Frischkäsen allerdings aus Molke gewonnen. **Molke:** aus Kuh-, Schafs- oder Büffelmilch **Fettgehalt i. Tr.:** mind. 45 %, meist 70–80 % **Verwendung:** in Desserts, auf Brot, in Soßen, in Nudelgerichten, für Dips **Herstellung:** Die Molke wird mit Milch und Säure erhitzt. Die geronnene Masse wird erneut erhitzt und in Formen gefüllt, der Ricotta tropft dann auf die gewünschte Konsistenz ab.



BUTTERMILCH

Buttermilch ist ein besonders gesundes und kalorienarmes probiotisches Milchprodukt. **Milch:** Kuhmilch **Fettgehalt i. Tr.:** max. 1 % **Verwendung:** pur als Getränk, in Smoothies, Pancakes oder in saftigen Kuchen **Herstellung:** Rahm wird so kräftig geschlagen, dass die Eiweißhülle der Fettkügelchen zerstört wird. Diese ballen sich dann zu Butterkörnern zusammen. Werden diese gut geknetet, tritt Buttermilch aus und Butter bleibt zurück.



SPEISEQUARK

Speisequark zählt zu den Frischkäsesorten und hat einen Wassergehalt von mind. 74 %. **Milch:** Kuhmilch **Fettgehalt i. Tr.:** je nach Sorte zwischen unter 10 % (Magerquark) und 40 % (Fettstufe) **Verwendung:** als Basis für Dips und Brotaufstriche, aber auch in Strudel, Quark-Öl-Teig, Käsekuchen und Quarknocken **Herstellung:** Pasteurisierte Milch säuert (industriell meist unter Zugabe von Labenzym) und wird dadurch dickgelegt. Danach werden Quark und Molke durch unterschiedliche Verfahren voneinander getrennt.

MASCARPONE

Mascarpone gehört zu den Doppelrahm-Frischkäsen. **Sahne:** aus Kuhmilch **Fettgehalt i. Tr.:** 80 % **Verwendung:** klassisch in Tiramisu, auf Brot, als Dip oder zum Verfeinern von Soßen **Herstellung:** Bei der Herstellung wird Sahne (oft in Kombination mit Crème fraîche) auf 90 °C erhitzt und durch die Zugabe von Zitronensäure, Weinessig oder Essig dickgelegt. Durch das Abseihen wird der Käsebruch anschließend von der Molke getrennt.



JOGHURT

Joghurt ist ein Milchprodukt, das aus mit Milchsäurebakterien verdickter Milch entsteht. **Milch:** Kuhmilch **Fettgehalt i. Tr.:** zwischen 0,5 % (Magermilchjoghurt) und max. 10 % (Sahnejoghurt) **Verwendung:** pur, als Dessert mit Früchten, als Basis für Dressings oder in saftigen Kuchen **Herstellung:** Pasteurisierte Milch wird mit isolierten Mikroorganismen oder Joghurt (denn dieser enthält die geeigneten Mikroorganismen-Kulturen) gemischt, dann leicht erhitzt, bevor sie mehrere Stunden ruht.

SAHNE

Sahne, auch Rahm genannt, ist der Teil in der Milch, der am meisten Fett aufweist. **Milch:** Kuhmilch **Fettgehalt i. Tr.:** Kaffeesahne 10–15 %, Schlagsahne 30 %, Konditorsahne beispielsweise bis zu 40 % **Verwendung:** geschlagen auf Desserts oder Kuchen, in Mousse, zum Backen oder Kochen **Herstellung:** Rohmilch wird aufgerahmt oder zentrifugiert, sodass sich Milch entmischt und in zwei Phasen teilt: Magermilch und Rahm. Der gewünschte Fettgehalt kann dann durch Rückmischung beider Erzeugnisse kontrolliert und eingestellt werden.



Caffè-Tipps vom Segafredo-Barista

Wollen Sie auch zu Hause italienische Caffè-Spezialitäten genießen und Ihre Lieben mit Espresso, Cappuccino & Co. verwöhnen? Dann holen Sie sich die Tipps einfach direkt vom erfahrenen Barista Ihrer Espressobar und erfahren Sie, worauf es ankommt

Neinigem liegt eigentlich das Geheimnis eines perfekten Espresso, der Basis aller italienischen Caffè-Spezialitäten? Fragen Sie ruhig die Profis an der Espressomaschine, was man bei der Mischung und der Zubereitung beachten sollte – ein begeisterter Barista teilt seine Caffè-Leidenschaft gerne mit interessierten Genießern! So erfährt man etwa, dass die Qualität in der Tasse besonders von der Frische der Bohnen abhängt und dass Kaffeebohnen am besten ungemahlen, in der Packung, kühl, trocken und möglichst luftdicht zu lagern sind. Sofern eine Kaffeeverpackung mit Aromaschutzventil versehen ist, beträgt die Haltbarkeit des Röstkaffees in der geschlossenen Verpackung mindestens 18 Monate. Sobald die Packung geöffnet wird, kommt der Kaffee in Kontakt mit Sauerstoff, wodurch sich das Aroma verflüchtigt und die enthaltenen Öle zu oxidieren beginnen – sie werden ranzig. Nach dem ersten Öffnen sollten die Bohnen daher möglichst schnell, innerhalb von 2–3 Wochen,

verbraucht werden. Gemahlener Kaffee noch schneller. Übrigens ist Kaffee niemals im Kühlenschrank aufzubewahren, denn er nimmt alle Gerüche an!

Während in den Espressobars täglich mindestens 1–2 kg Bohnen zum Einsatz kommen und diese jeden Tag frisch geöffnet und portionsweise gemahlen werden, empfiehlt der Profi-Barista für den geringeren Haushaltsbedarf die Verwendung von kleineren Einheiten. Segafredo Zanetti Deutschland reagiert auf das wachsende Qualitätsbewusstsein der Endverbraucher bereits mit neuen 500-g-Packungen, um noch mehr Frische und ein intensiveres Aroma zu gewährleisten. Diese Frische-Packungen sind in vier Sorten im gut sortieren Lebensmittelhandel erhältlich sowie online bestellbar unter www.segafredoshop.de.

Ein weiterer Vorteil dieser 500-g-Packungen besteht darin, dass man neue Sorten testen kann, ohne gleich jeweils 1000 g einer Mischung nehmen zu müssen. Denn Geschmäcker sind ja bekanntlich verschieden. Die „Selezione Espresso“ besteht aus Arabica- und Robusta-Bohnen, die schonend und etwas dunkler geröstet wurden, während „Selezione Crema“ ihren cremigen Geschmack dem höheren Arabica-Anteil und der milderen

Röstung verdankt. Die zwei neuesten Mischungen heißen „Selezione Arabica“ – aus 100 % Arabica-Bohnen – sowie „Selezione Organica“, welche aus biologisch angebauten Bohnen kreiert und ebenfalls nach überliefelter venezianischer Röstkunst geröstet wurde. Alle Bohnen eignen sich für die Zubereitung mit gängigen Espressomaschinen und schmecken aufgrund ihrer dunkleren Röstung *tipico e italiano*.



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



GENUSS-RÄTSEL



**Gewinnen Sie
einen Caffè-Jahresbedarf
inkl. Tassen-Set von Segafredo!**

Im echten Espresso steckt der Zauber Italiens – ein kleiner Schluck, und schon fühlen Sie sich „un poco italiano“. Gewinnen Sie jetzt einen Caffè-Jahresbedarf (8 x 1000 g in ganzen Bohnen) von Segafredo (www.segafredo.de) sowie je vier original Segafredo Espresso- und Cappuccino-Tassen. Die hochwertige Mischung „Selezione Crema“ eignet sich zur Zubereitung aller italienischen Caffè-Spezialitäten mit jeder Espressomaschine. Die Tassen sorgen für die stilechte italienische Caffè-Kultur zu Hause. Teilnahme unter www.soisstitalien.de/Verlosung. Teilnahmeschluss ist der 3.5.2019. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

laubennählicher Anbau	Körperhaare entfernen	blassroter Farbton	japan. Gesellschafterin	▼	Soldatenlöhnung	9	Speisefische	geschlossen	▼	streng vegetarisch	▼	Gebräuchsgegenstand
▼	▼	▼	▼	▼			dünner Fruchtschalenstreifen	▼			14	
Ostseeinsel bei Mecklenburg	►				kannenähnliches Gefäß	►				gefälltig, entgegenkommend		weibl. Grautier
Heiliger (... von Sevilla)	►						Mann zu Pferd	Hautausschlag	►		▼	
►	6	veralt.: Abkochung	Ölfrucht mit 2 Kernen	►	▼					2		
durchsichtiges Material	großer Raum	►	▼				Wundmale	erster Generalsekretär der UNO †	►			
►		3	plötzliche Idee	►	▼							
türk. Fleisch am Spieß	weit weg	ital.: heilige	►					Abk.: national		erste Frau		
Kletterpflanze	►	11	Schwur-, Preisgericht	Feldfrüchte einbringen	►				▼		7	
►		tunesische Insel	►		1					Abstimmungen		Alarmgerät
engl.: eins	wüstes Gelage	Braten-aufguss, Tunke	Mahlzeit		Rohwolle des Schafes	ein wenig, ein bisschen	►		▼		10	
►	▼		▼	▼	▼							
haltbar gemachte Lebensmittel	Zufluchtsort				Nachrichtendienst der USA	US-Pop-Sängerin	Erfrischungsgetränk			männl. Vorname	▼	
►		13	wegen	4								
Schneehütten der Eskimos	röm. Göttin des Ackerbaus											
gerade erst	12		Steppenform	►								

© RateFUX 2019-249-002

LÖSUNGSWORT

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

Testen Sie LandGenuss

Das Magazin mit saisonalen Rezepten für jede Gelegenheit



Für jeden Anlass und jeden Geschmack:
In jeder Ausgabe servieren wir Ihnen
mindestens 60 neue Rezepte mit den
besten regionalen Zutaten der Saison.



Dazu gibt es praktische Ratgeber und
clevere Küchentricks, neue Produkte
rund ums Kochen, kulinarische Reise-
geschichten und vieles mehr!

3 Ausgaben
+ Geschenk
für Sie nur
9,90 €



Gleich bestellen:

0711/72 52-291

@ www.landgenuss-magazin.de/probeabo

Jetzt „LandGenuss“ auch auf Ihrem Tablet oder Smartphone in der Kiosk-App „LandGenuss“ lesen!

Laden im
App Store

ANDROID APP BEI
Google play

1.

VARIATION

Ein feinwürziges
Frühlingssüppchen, das
jedem schmeckt



VIER VARIATIONEN

Leckeres mit Bärlauch

Wir haben uns in dieser Ausgabe **frischem Bärlauch** gewidmet und servieren ihn in einem Süppchen, als Brötchen, in selbstgemachter Pasta und als würziges Pesto

BÄRLAUCH-SÜPPCHEN mit Petersiliencroûtons

Vellutata di aglio orsino con crostini di prezzemolo

FÜR 4 PERSONEN

- 2 Schalotten
- 3 Knoblauchzehen
- 500 g mehligkochende Kartoffeln
- 4 EL natives Olivenöl extra
- 100 ml Weißwein
- 1 l Gemüsebrühe
- 200 g Sahne
- 100 g Bärlauch
- 3-4 Petersiliestiele
- 4 Weißbrotcscheiben
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Schalotten und Knoblauch schälen. Beides fein würfeln. Kartoffeln schälen und grob in Würfel schneiden. Schalotten und 2/3 des Knoblauchs in 2 EL Öl andünsten. Kartoffeln dazugeben und mit Wein, Brühe und Sahne ablöschen. Salzen, pfeffern, kurz aufkochen lassen, dann 15 Minuten sanft köcheln lassen.

2 Bärlauch und Petersilie waschen und trocken schütteln. Den Bärlauch grob, die Petersilie fein hacken. Die Weißbrotcscheiben in Würfel schneiden, diese in übrigem Öl goldbraun anbraten. Übrigen Knoblauch und Petersilie dazugeben, durchschwenken und die Croûtons leicht salzen. Den Bärlauch in die Suppe geben und diese 5 Minuten köcheln lassen. Die Suppe pürieren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit den Croûtons servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten



2.

VARIATION

Servieren Sie das Gebäck zu Suppe oder mit einem cremigen Dip

BÄRLAUCH-BRÖTCHEN

Panini all'aglio orsino

FÜR 10 STÜCK

- 1/2 Hefewürfel
- 1 TL Zucker
- 500 g Mehl zzgl. etwas mehr zum Verarbeiten
- 12 EL natives Olivenöl extra
- 2 Bund Bärlauch
- 200 g frisch geriebener Fontina-Käse
- etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Hefe und Zucker in 350 ml lauwarmem Wasser auflösen. Mehl, 1 TL Salz, Hefemix und 3 EL Öl in eine Schüssel geben. Alles zu einem Teig verkneten. Diesen abgedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten ruhen lassen.

2 Eine Auflaufform mit 1 EL Öl fetten. Bärlauch waschen, trocken schütteln, hacken und mit 7 EL Öl pürieren. Das Bärlauchöl salzen und pfeffern. Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche quadratisch (ca. 50 x 50 cm) ausrollen, mit Bärlauchöl bestreichen und mit 3/4 des Käses bestreuen, dann in 6 Streifen schneiden. Je 3 Streifen aufeinanderlegen, dabei den oberen Streifen mit der bestrichenen Seite nach unten legen. Teigstapel in 5 Stücke schneiden, diese in die Form geben und abgedeckt 30 Minuten ruhen lassen.

3 Den Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Teiglinge mit dem übrigen Olivenöl bestreichen und mit restlichem Käse bestreuen. Teiglinge im vorgeheizten Ofen in 30-35 Minuten goldbraun backen.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 30 Minuten
zzgl. 45 Minuten Ruhezeit



3.

VARIATION

Getrocknete Pasta ist ein wunderbares Geschenk aus der heimischen Küche

SELBST GEMACHTE Bärlauch-Tagliatelle

Tagliatelle all'aglio orsino
fatto in casa

FÜR 4 PERSONEN

75 g Bärlauch
4 Eier
400 g Mehl zzgl. etwas mehr zum
Verarbeiten
etwas Salz

1 Bärlauch waschen, trocken schütteln und hacken, dann zusammen mit den Eiern kurz pürieren. Das Mehl auf die Arbeitsfläche geben und mit 1 EL Salz vermischen, dann aufhäufen und eine Mulde hineindrücken. Die Bärlauch-Eier-Mischung in die Mulde geben und alles zu einem glatten Teig verkneten. Sollte der Teig zu trocken sein, vorsichtig tropfenweise Wasser untermengen. Wenn der Teig zu feucht ist, etwas Mehl einarbeiten. Den Teig in Frischhaltefolie gewickelt 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

2 Den Bärlauch-Pastateig auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche durchkneten und in 4–6 Portionen teilen. Dann entweder mit der Pastamaschine zu dünnen Teigbahnen und anschließend zu Tagliatelle verarbeiten oder mit dem Nudelholz sehr dünn ausrollen und in ca. 5 mm dünne Streifen schneiden.

3 Zum Trocknen die frische Bärlauchpasta mit Mehl bestäuben und entweder auf einem Pastaständer oder nebeneinander flach ausgebreitet 1–2 Tage trocknen lassen. Für die Zubereitung die Pasta in reichlich kochendem Salzwasser in 4–5 Minuten al dente garen, dann abgießen und mit einer Soße servieren.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 45 Minuten
zzgl. 30 Minuten und 1–2 Tage Ruhezeit

WISSENSWERTES ÜBER BÄRLAUCH

Bärlauch ist ein duftendes Knoblauchgewächs und bedeckt oft ganze Landstriche. Die ersten zarten Blättchen können Sie schon Anfang März finden und noch bis Mitte Mai sammeln. Doch Achtung, Bärlauch hat giftige Doppelgänger, ähnlich wie Pilze. Also nur einsammeln, wenn Sie sich wirklich sicher sind! Geschmacklich erinnert der Bärlauch an frischen Knoblauch, er ist allerdings nicht ganz so intensiv und hinterlässt keinen lästigen Geruch nach dem Verzehr. Besonders lecker schmeckt er frisch verarbeitet in Salaten, Suppen oder Dips wie Kräutercreme. Verzehrt werden sollte er möglichst schnell: Gekühlt und in einem feuchten Handtuch hält er sich nur ein bis zwei Tage frisch.

BÄRLAUCH-PESTO mit Zitrone & Pecorino

Pesto di aglio orsino con limone e pecorino

FÜR CA. 2 GLÄSER À 250 ML

180 g Pinienkerne
2 Bund Bärlauch
1 Knoblauchzehe
1/2 Bio-Zitrone
100 ml natives Olivenöl extra zzgl. etwas mehr zum Auffüllen
100 g frisch geriebener Pecorino oder frisch geriebener Parmesan
etwas Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

1 Die Pinienkerne ohne Zugabe von Fett in einer Pfanne goldbraun anrösten. Dann aus der Pfanne nehmen und kurz abkühlen lassen.

2 Den Bärlauch gründlich waschen und trocken schütteln, dann grob hacken. Den Knoblauch schälen und ebenfalls in grobe Würfel schneiden. Die Zitrone heiß abwaschen und trocken reiben. Die Schale fein abreiben, dann den Saft auspressen.

3 Gehackten Bärlauch, geröstete Pinienkerne, Knoblauch, Zitronenschale und -saft und Olivenöl in ein hohes, schmales Gefäß geben und mit dem Stabmixer je nach gewünschter Konsistenz fein pürieren. Pecorino bzw. Parmesan unterheben und alles mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken. Das Bärlauch-Pesto in sterile Gläser füllen und die Oberfläche vollständig mit etwas Öl bedecken. Als Brotaufstrich oder mit Pasta genießen.

TIPP: Wenn Sie Pesto aus dem Glas entnehmen, füllen Sie immer wieder etwas Olivenöl nach, sodass die Oberfläche vollständig bedeckt ist, damit sich kein Schimmel bilden kann. Verrühren Sie zum Servieren immer etwas heißes Pastakochwasser mit dem Pesto, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist.

♥ ZUBEREITUNGSZEIT 20 Minuten

4.

VARIATION

Das Pesto ist ein feines
Mitbringsel zu Dinner-
oder Grillpartys



VORSCHAU

Freuen Sie sich auf folgende Themen:



Spritzige Drinks

Alla Salute! Die richtigen Getränke dürfen bei einem Grillfest im Garten auf keinen Fall fehlen. Freuen Sie sich auf unsere süffigen Kreationen – selbstverständlich mal mit, mal ohne Alkohol –, mit denen Sie große und kleine Partygäste begeistern!



AUS DEM MEER

Frischer Fisch und feine Meeresfrüchte stehen bei uns ganz hoch im Kurs. Am liebsten in Kombination mit Pasta, gesundem Gemüse und einer feinen Soße.



Die angekündigten Themen sowie die Rezeptauswahl können sich kurzfristig ändern.
Foto: gettyimages/vandzjuba (1), Richard Ernest Yap (1), Frauke Antholz (1)

SÜSSE BEEREN ...

... gehören im Sommer immer dazu. Frisch gepflückt und wunderbar aromatisch sind sie unser absolutes Highlight in Torten, Kuchen und Kleingebäck.

RAUS INS GRÜNE!

Wir packen allerlei Leckereien wie Kräuter-Zupfbrot in unseren Picknickkorb und verbringen eine schöne Zeit unter freiem Himmel.

Spannende Rezepte

für das ganze Jahr

STÖBERN SIE DURCH UNSER SORTIMENT
UND ENTDECKEN SIE UNSERE SONDERAUSGABEN!

25%
Rabatt!*



IM PRAKTISCHEN
KOMPAKTFORMAT ↑



ÜBRIGENS:

In Zusammenarbeit mit unseren Partnern bieten wir auch eine exklusive Auswahl an preislich attraktivem Küchenzubehör!

📱 +49(0)431 200 766 00

@ www.falkemedia-shop.de

* gültig bis 30.06.2019 nur für Zeitschriften von falkemedia, Mindestbestellwert: 5 Euro. Code auf der Webseite eingeben: „genießen“



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

Laden im
App Store

ANDROID APP BEI
Google play



falkemedia



VERSCHÖNERT *jeden* MOMENT

S.PELLEGRINO

Tastefully Italian

