

Köstliche Toskana: Im Herzen des Landes

Il Lattaiolo – Süßspeise mit Sahne und Karamell

Zutaten:

- 8 Eier
- 100 g Zucker
- 1 Liter Milch
- 200 ml flüssige Sahne
- 1 Vanilleschote
- 1 EL Wasser
- Wahlweise Bio-Zitronenschale

Zubereitung:

Den Zucker wahlweise allein oder mithilfe vom Wasser erhitzen und karamellisieren, in die gewünschte Backform gießen und abkühlen lassen.

Milch und Sahne in einem Topf unter ständigem Rühren erhitzen. Die halbierte Vanilleschote dazugeben. Sobald die Milchsahne-Mischung aufkocht, den Topf vom Herd nehmen, die Schote entfernen und abkühlen lassen.

Die Eier in einer Schüssel aufschlagen. Die kalte Milchsahne-Mischung dazu geben, rühren und in die Backform mit dem hart gewordenen Karamell gießen.

Ein tiefes Backblech zu 1/3 mit Wasser füllen und darin die Backform mit der Flüssigkeit legen. In den vorgeheizten Ofen bei 150°C im Wasserbad für ca. 90 Minuten backen. Langsam abkühlen lassen.

Die Süßspeise vorsichtig vom Rand der Backform ablösen und auf einen Teller stürzen. Im Kühlschrank aufbewahren.

Cinghiale in dolce e forte – Wildschwein mit Schokoladen-Sauce

Zutaten:

- 1 kg Wildschweinfleisch, idealerweise mit Speckschwarte
- 1 Zwiebel
- 1 Karotte
- 1 Staudensellerie
- 5 – 6 Lorbeerblätter
- 50 g Zartbitterschokolade
- 2 EL Pinienkerne
- 2 EL Rosinen
- 1 EL Zucker
- 1 Glas Weißweinessig
- Rotwein
- 3 – 5 Kellen Brühe
- Muskatnuss nach Bedarf
- Salz und Pfeffer nach Bedarf
- Natives extrareines Olivenöl nach Bedarf

Zubereitung:

Das Wildschweinfleisch in kleine Stücke schneiden und über Nacht in Rotwein mit einem Schuss Essig, 1 Lorbeerblatt und wahlweise Nelken einlegen.

Sellerie, Karotte und Zwiebel hacken und in einem Topf mit 8 EL Öl anbraten. Das Wildschweinfleisch abtropfen lassen, dazugeben und anbraten. 1 Glas Rotwein dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn der Wein vollständig verdampft ist, 3 Kellen Brühe dazu gießen und die Hitze verringern. 2 – 3 Stunden kochen lassen. Ab und zu rühren und, sollte das Fleisch austrocknen, Brühe dazu geben.

Währenddessen die Soße dolce e forte zubereiten:

Die Schokolade reiben, die Rosinen in Wasser einlegen und den Lorbeer zerstückeln. Die Rosinen abtropfen lassen und mit Schokolade, Pinienkernen, Lorbeer, Zucker und 1 Glas Essig in eine Schüssel geben. Muskatnuss darüber reiben und anschließend gut verrühren.

Wenn das Fleisch fertig ist, die Soße dazu geben und unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis die Schokolade vollständig geschmolzen und der Essig verdampft sind.

Extra-Tipp:

Für einen noch intensiveren Geschmack erst am nächsten Tag aufgewärmt servieren.

Salsiccia e lenticchie nach Giovannas Art – Linsen mit Wurst, Kräutern und Zitrone

Zutaten:

- 500 g Bio-Linsen
- 10 Salsicce (Frischwurst aus Schweinefleisch)
- Saisonale Kräuter nach Bedarf (idealerweise Salbei, Minze und Thymian)
- 1 weiße Traubenrispe
- 1 Bio-Zitrone
- natives extrareines Olivenöl nach Bedarf
- Pfeffer und Salz

Zubereitung:

Die Linsen unter fließendem Wasser gut abspülen. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Linsen dazugeben. Die Linsen kurz anbraten, dann ein halbvolleres Glas Wasser dazu gießen, salzen und gut rühren. Garen lassen.

Die Salsicce (oder eine ähnliche Frischwurst) in große Stücke schneiden, zu den Linsen geben und umrühren. Die Bio-Zitrone in Scheiben schneiden, die Kräuter grob hacken und zusammen mit den ganzen Trauben in den Topf geben. Sollten die Weintrauben sehr groß sein, empfiehlt es sich diese zu teilen. Gut umrühren und 20 Minuten bei schwacher Hitze kochen.

Extra-Tipp:

Der fertigen Speise einen Schuss Olivenöl kurz vor dem Servieren dazu geben.

La Panzanella - Danielas Brot-Salat

Zutaten:

- 6 Scheiben trockenes Weißbrot
- 4 – 5 mittelgroße Tomaten
- 1 Gurke
- 1 rote Zwiebel (idealerweise Tropea-Zwiebeln)
- 1 EL Weißweinessig
- 2 Gläser Wasser
- 6 Blätter frisches Basilikum
- natives extrareines Olivenöl nach Bedarf
- Salz und Pfeffer nach Bedarf

Zubereitung:

Das Brot in lauwarmem Wasser mit 1 EL Weißweinessig einweichen. Die Zwiebeln in feine Ringe schneiden und mit 1 TL Weißweinessig im Wasser einlegen.

Die Gurke schälen und gemeinsam mit den Tomaten in kleine Stücke schneiden.

Das Brot mit beiden Händen wringen und dabei in kleine Stücke rupfen. Die Tomaten- und Gurkenstücke sowie die abgetropften Zwiebelringe dazugeben und mit den Händen gut verkneten. Das Basilikum in Streifen rupfen und darüber streuen. Salzen, pfeffern und mit ausgiebig nativem extrareinem Olivenöl anmachen.

An warmen Sommertagen servieren.

Quelle: arte

