

Kulinarisches Italien

Was die Großmutter noch wusste, 15.10.06
Folge 341, Erstausstrahlung am 04. September 2005

Die italienische Küche ist eine leichte und vor allem eine saisonale Küche. Es werden stets Zutaten verwendet, die der Markt gerade bietet und sie werden so natürlich wie möglich zubereitet. Olivenöl ist unumgänglich und Kräuter gehören dazu.

Die Pasta, die davor gegessen wird, darf man nicht vergessen und den wunderbaren Wein.

Und das ist das Schöne an der italienischen Küche, dass auch an einfachen Werktagen nicht nur ein Gericht auf den Tisch kommt, sondern "Antipasti", "Primo Piatto", "Secondo Piatto" etc., sozusagen jeden Tag zu einem Fest zu machen.

Gnocchi di patate (Kartoffelgnocchi)

Zutaten:

1 kg Kartoffeln
2 Eier
Salz
200-350 g Mehl (diese Menge variiert je nach der Kartoffelsorte und deren Alter)

Zubereitung:

Die Kartoffeln mit der Schale weich kochen. Noch warm pürieren (z.B. mit der Flotten Lotte oder Passevite). Salz und Eier unterarbeiten. Soviel Mehl beifügen, dass ein glatter Teig entsteht. Den Teig in faustgroße Stücke teilen, diese daumendick ausrollen und davon etwa 1 cm kleine Stücke abschneiden. Diese Gnocchi in viel kochendem Salzwasser kochen bis sie an die Wasseroberfläche steigen (ca. 3-4 Minuten). Die Gnocchi mit einer Tomatensauce servieren.

Tomatensauce

Zutaten:

1 EL Olivenöl
50 g Speckwürfel
1 Zwiebel (fein gehackt)
2 Knoblauchzehen (gepresst)
1 kleine Dose Pelati (geschälte Tomaten)
2 EL Tomatenpüree

1 TL Zucker
100 ml Rotwein
1 TL Rosmarin
1 TL Salbei
1 TL Thymian
Salz,
Pfeffer

Zubereitung:

Das Olivenöl heiß werden lassen. Speckwürfel, Zwiebel und Knoblauch darin andämpfen. Die restlichen Zutaten der Reihe nach zugeben und mindestens 30 Minuten, besser 1 Stunde köcheln lassen. Gelegentlich umrühren.

Ente auf Gemüsebett

Zutaten:

1 Ente (zerkleinert in 8 Teile)
4 Rippen Stangensellerie
4 Karotten
1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
200 ml herber Weißwein
1 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

Falls es sich bei der Ente um eine Wildente handelt, das Entenfleisch ca. 2 Stunden wässern, um den Wildgeruch zu vermindern.

Die Gemüsezutaten waschen, fein schneiden und in Olivenöl gut durchdämpfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Entenstücke darauf legen und alles zusammen weitere 15 Minuten durchdämpfen. Mit Weißwein ablöschen. Den fein gehackten Schnittlauch darüber streuen und gut unterrühren. In dem auf 150 Grad vorgeheizten Backofen ca. 1-1½ Stunden (ohne Deckel) braten. Gelegentlich umrühren. Eventuell etwas Fleischbrühe beifügen.

Kaninchen

Zutaten:

1 Kaninchen (zerkleinert in 8 Teile)
4 Rippen Stangensellerie

4 Karotten
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 EL Olivenöl
Salz
Pfeffer
1 Zweig Basilikum
1 Zweig Salbei
1 Zweig Rosmarin
etwas Estragon
1 Zweig Oregano
4 Nelken
1 kleines Stück Zimtstange
5 Wacholderbeeren
etwas Muskatnuss
200 ml Hühnerbrühe

Zubereitung:

Falls es sich um ein Wildkaninchen handelt, das Wildfleisch ca. 2 Stunden wässern, um den Wildgeruch zu vermindern.

Das Gemüse waschen, fein schneiden und in Olivenöl andämpfen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kaninchenstücke darauf legen und alles zusammen weitere 15 Minuten dämpfen. Die fein gehackten Kräuter und die Gewürze begeben, gut durchmischen und mit der Hühnerbrühe ablöschen. Die zugedeckte Kasserolle in dem auf 150 Grad vorgeheizten Backofen 1 1/2 -2 Stunden schmoren lassen. Eventuell noch Hühnerbrühe beifügen.

Spargel-Lasagne

(Anstelle von Spargel können auch andere Gemüse verwendet werden, z.B. Mangold, Bohnen oder roter Radicchio)

Zutaten:

Lasagneblätter:

500 g Mehl

4 Eier

wenig Wasser

(die angegebene Zutatenmenge ist sehr reichlich. Es empfiehlt sich aber, so viel Teig herzustellen wie nötig und den Rest, etwa 1/3, zu Nudeln zu verarbeiten).

Béchamelsauce:

2 EL Butter

3 gestrichene EL Weißmehl

300 ml Milch oder Hühnerbrühe

Salz

Pfeffer

Muskatnuss

100 g Parmesankäse (gerieben)

Spargelfüllung:

1 Zwiebel

1 Knoblauchzehe

1 EL Olivenöl

500 g Bruchspargel (in Salzwasser al dente gekocht)

1 Bund Petersilie

Zubereitung:

Für die Lasagneblätter das Mehl auf den Tisch sieben, eine Vertiefung drücken, die Eier hineingeben und mit der Gabel verrühren. Dabei etwas Mehl dazumischen. Von Hand weiterkneten. Bei Bedarf etwas Wasser dazugeben bis ein kompakter, glatter Teig entstanden ist. Diesen mit einem feuchten Tuch bedeckt ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig in mehrere Stücke zerteilen und jedes einzelne auswallen. Je dünner umso besser. Die Teigplatten, die für die Lasagne gebraucht werden, in viel kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten kochen (bis sie hochsteigen), dann in kaltem Wasser abschrecken.

Für die Béchamelsauce die Butter zergehen lassen, das Mehl beigegeben und durchdämpfen. Den Kochtopf vom Feuer nehmen. Die Flüssigkeit dem Topfrand entlang zufügen und gut mit dem Schneebesen verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und 10 Minuten köcheln lassen. Mit Muskatnuss abschmecken.

Für die Spargelfüllung die Zwiebel und den Knoblauch in Olivenölglassig werden lassen. Die klein geschnittenen Spargel und die Petersilie dazugeben und mitdämpfen. Die Béchamelsauce untermischen. Nochmals ca. 5 Minuten köcheln lassen. Vom Feuer nehmen und den Käse untermischen.

In eine große Auflaufform abwechslungsweise Lasagneblätter und Spargelfüllung schichten (zuoberst Spargel) und in dem auf 180 Grad vorgeheizten Backofen zugedeckt 45 Minuten backen. Mit Petersilie bestreut servieren.

Den nicht gebrauchten Teigrest ebenfalls dünn auswallen, locker aufrollen, in ½ cm breite Nudelstücke schneiden, diese bemehlen und kühl aufbewahren (ca. 3 Tage haltbar) oder im Tiefkühler (3 Monate haltbar).