

## **Björn Freitag kocht grenzenlos köstlich – Trient - Kulturhauptstadt im Trentino**

### **Strangolapreti in Salbei-Butter**

Rezept von Sebastian Sartorelli

Strangolapreti, übersetzt „Erwürge den Priester“, ist eine beliebte Speise aus Südtirol. Die würzigen Knödel werden aus Spinat, Brennnessel und Weißbrot nach einem mittelalterlichen Rezept hergestellt und mit Salbei-Butter verfeinert.



#### **Zutaten:**

- 250 g trockenes Weißbrot
- 250 g Blattspinat (groß)
- 250 g Brennnessel
- 1 Ei
- 100 g Trentingrana (2 Jahre alter Hartkäse aus Heumilch)
- Semmelbrösel
- 1/2 kleine Zwiebel
- 50 g Butter
- eine Prise Salz
- 125 ml Milch
- Salbeiblätter
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl

### **Zubereitung:**

- Die Knoblauchzehe sowie feingehackte Zwiebeln in einer großen Pfanne mit Butter goldbraun anschwitzen. Den Blattspinat und die Brennnesseln dazugeben und für ein paar Minuten braten. Mit Salz würzen.
- Alles bis auf die Knoblauchzehe in einen Behälter füllen und mit heißer Milch aufgießen. Die Masse anschließend gut durchpürieren.
- Das trockene Weißbrot in kleine Würfel schneiden, mit der pürierten Soße übergießen und vermischen. Kurz ruhen lassen, damit das Brot einen Teil der Soße aufsaugen kann.
- Die Brotmasse zusammen mit einem Ei, Trentingrana und Semmelbröseln verkneten, bis ein homogener Teig entsteht.
- Mit zwei Kochlöffeln langförmige Knödel formen und für rund 4 Minuten in leicht kochendem Wasser ziehen lassen. Die Knödel sind fertig, wenn sie an die Oberfläche kommen.
- Für die Soße den Salbei in zerlassener Butter anschwitzen und anschließend die Strangolapreti kurz darin schwenken.
- Die Strangolapreti mit Salbeibutter, geriebenem Trentingrana und einem Schuss Olivenöl anrichten.

## La Rendena Tatar

Rezept von Sebastian Sartorelli

Eine wunderbare Vorspeise macht das Tatar vom Rendena-Rind mit Senfmayo und Kartoffelpopcorn. Edle Zutaten, die sich schnell und einfach zu einem außergewöhnlichen Gericht zaubern lassen.



### Zutaten:

- 100 g Rendena-Rindsrücken
- 8 Kapern
- 1 Anchovis
- Schnittlauch
- 1 EL Senf
- Natives Olivenöl extra (vom Gardasee)
- Salz
- 1 halbiertes Rinderhaxenknochen (Länge 20 cm)
- Rosmarinsalz
- 20 g pasteurisiertes Eigelb
- 140 ml Sonnenblumenöl
- Salz
- 1 EL Senf
- 1 EL Zitrone
- Ggf. Kartoffelpopcorn zum Garnieren



---

### Zubereitung:

- Die Rinderhüfte grob würfeln. Kapern, Sardellen und Schnittlauch getrennt voneinander hacken. Alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit dem nativen Olivenöl extra Garda und einem Esslöffel Senf würzen. Mit Salz abschmecken. Bis zum Servieren im Kühlschrank lagern.
- Den Knochen auf der Seite des Marks mit Rosmarinsalz salzen. Im Ofen bei 160 Grad 30 Minuten lang backen.
- In einem Planetenmixer das Eigelb mit dem Sonnenblumenöl verquirlen. Dann eine Prise Salz, Senf und Zitronensaft hinzufügen und alles miteinander vermengen.
- Auf einer Servierplatte das Rindertartar mit Hilfe eines Löffels auf den heißen Knochen legen. Mit dem Kartoffelpopcorn bedecken. Einige Spritzer Mayonnaise und Gurkenwürfel hinzufügen und mit Schnittlauchsprossen garnieren.

## Carbonara di Montagna

Rezept von Mattia Piffer

Der Klassiker „Spaghetti Carbonara“ mit den feinsten Trentiner Zutaten. Die Besonderheit: In Trient wird dafür kräftiger Hartkäse aus regionaler Heumilch verwendet, der bis zu zwei Jahre gereift ist. Gemeinsam mit luftgetrocknetem Speck wird aus der Pasta ein Genuss.



### Zutaten (für 2 Portionen):

- 180 g Spaghettoni
- 40 g Trentingrana-Käse
- 50 g gedünsteter Lauch
- 60 g Guanciale (luftgetrockneter, ungeräucherter Speck aus der Schweinebacke)
- 2 pasteurisierte Eigelbe
- 15 g Semmelbrösel
- 120 g Gemüsebrühe
- Olivenöl/Butter

---

### **Zubereitung:**

- Die Eier 35 Minuten bei 63 °C in einem Wasserbad dämpfen, dann das Eigelb vom Eiweiß trennen. Alternativ: Bereits pasteurisiertes Eigelb kaufen.
- Den Lauch putzen, der Länge nach durchschneiden und auf kleiner Flamme mit etwas nativem Olivenöl und einer Prise Salz schmoren.
- Den Speck in 2 cm breite Stücke schneiden, die Schwarte vorher entfernen.
- Semmelbrösel in einer Pfanne mit Öl oder Butter anrösten.
- Den Speck etwa 1 Minute in einer hohen Pfanne anbraten und anschließend die Gemüsebrühe eingießen. Dann den gedünsteten Lauch dazugeben und die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen lassen.
- Währenddessen die Spaghetti 9-10 Minuten al dente kochen.
- Spaghetti abtropfen lassen und in die Pfanne geben.
- Trentingrana einrühren und mit einem Schuss Olivenöl verfeinern, alles gut durchschwenken.
- Die Pasta in einem tiefen Teller anrichten und ein pasteurisiertes Eigelb draufsetzen.
- Geröstete Semmelbrösel darüber streuen.

## Polenta mit Tosella, Frikadellen und Giardiniera

Rezept von Luca Zangoni



### Zutaten (für 2 Portionen):

- 4 rohe Lucanica-Würste
- 1 Scheibe Tosella (Weichkäse)
- 250 g Maisgries

### Für die Giardiniera:

- 1 kg Rotkohl (alternativ andere Gemüsesorten wie Paprika oder Blumenkohl)
- Gewürze nach Geschmack: Lorbeerblätter, Pfeffer, Fenchelsamen und Koriander
- 250 ml Olivenöl extra vergine
- 250 ml (Trentiner) Apfelessig
- 100 g Zucker
- 1 Esslöffel grobes Salz



## **Zubereitung:**

### **Für die Giardiniera:**

- Rotkohl per Hand oder mit einer Küchenmaschine in feine Streifen schneiden
- Falls andere Gemüsesorten verwendet werden, diese in kleine Stücke oder Röschen schneiden.
- Öl, Essig, Salz, Zucker und Gewürze in einem Topf aufkochen, über die Rotkohlstreifen gießen und zugedeckt 2 Minuten garen.
- Den Herd ausschalten und zugedeckt abkühlen lassen.

### **Für Polenta, Tosella und Frikadellen:**

- Einen halben Liter Wasser salzen und Maisgries einrühren.
- Polenta mindestens 40 Minuten bei schwacher Hitze ziehen lassen, bei Bedarf mehr Wasser dazugeben.
- Fertig gekochte Polenta auf ein Geschirrtuch stürzen und 40 Minuten ruhen lassen.
- Den Darm der Lucanica-Würste entfernen und das Hack zu kleinen Frikadellen formen. Die Frikadellen 5 Minuten von beiden Seiten anbraten.
- Tosella-Scheibe quer durchschneiden, sodass zwei Dreiecke entstehen. In Maisgrieß wenden und goldbraun anbraten.

### **Anrichten:**

- Eine Scheibe Polenta auf den Teller legen, Tosella, Lucanica-Frikadellen und Giardiniera dazugeben.

### **Tipp:**

- Die übrige Giardiniera in ein ausgekochtes Einmachglas geben und umgedreht komplett auskühlen lassen, dann im Kühlschrank lagern.