



„Seadas“ – ein sardisches Dessert

Ein Rezept von Stefania Lettini

Zutaten (für vier Portionen – ca. 8 Seadas):

Teig

250 g Hartweizengrieß
125 ml lauwarmes Wasser
Abrieb von einer unbehandelten Zitrone
30 ml Olivenöl extra vergine
1 Prise Salz

Füllung:

200 g frischer Pecorino Sardo DOP
Abrieb von einer unbehandelten Orange

Sonstiges:

1 Liter Erdnussöl zum Frittieren
Honig nach Gusto

Zubereitung:

Das Hartweizengrieß mit Olivenöl, einer Prise Salz, dem Abrieb der Zitrone und dem Wasser in einer Küchenmaschine gut verkneten, bis ein glatter, gleichmäßiger Teig entstanden ist. In Folie oder Bienenwachstuch luftdicht einwickeln und zwei Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Nun den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche auf circa drei Millimeter ausrollen und Scheiben mit 12 Zentimeter Durchmesser ausstechen (mit einem Glas oder Schüssel).

Den Pecorino reiben und mit dem Abrieb der Orange aromatisieren. Den Pecorino in die Mitte der Teigkreise geben und mit einer zweiten Scheibe zudecken. Mit einer Gabel die Teigtaschen rundherum gut verschließen und in heißem Erdnussöl goldbraun ausbacken.

Mit sardischem Honig verfeinern und heiß servieren.

TIPP: In den traditionellen Rezepten wird Schmalz verwendet. Das Rezept funktioniert aber mit Olivenöl extra vergine genauso gut.