

Amalfiküste

Costiera Amalfitana

Amalfi ist eine Kleinstadt an einer steilen Felsenküste am Golf von Salerno in der Region Kampanien. Die Amalfiküste, ital. Costiera Amalfitana, die ihren Namen von dem kleinen Ort ableitet, ist wegen ihrer wilden Schönheit heute eine berühmte Touristenattraktion und einer der bekanntesten Küstenabschnitte Italiens. Die gesamte Steilküste der Halbinsel südlich von Neapel gehört zum Weltkulturerbe der UNESCO.



Die Normannen, die diesen Küstenabschnitt im frühen Mittelalter beherrschten, haben vor etwa 1000 Jahren die Zitrusfrucht nach Amalfi gebracht. Seit dieser Zeit werden Zitronen an den sonnigen Südhängen der Küste kultiviert. Sie sind bekannt für ihr besonderes Aroma.

Seit nunmehr fünf Generationen baut die Familie Aceto Zitronen an. Luigi ist deren Oberhaupt. Gemeinsam mit seiner Frau Rita, seinen beiden Söhnen Marco und Salvatore und deren Familien bewohnt der 75jährige ein Haus direkt auf Höhe der ersten Zitronengärten oberhalb von Amalfi. Hier oben ist von den Touristenströmen unten in der alten Seefahrerstadt kaum etwas zu spüren und man hat einen wunderbaren Ausblick über die Küste.



Durch geschickte Vermarktung seiner Früchte und durch die Weiterverarbeitung zu Limoncello, dem Zitronenlikör der Gegend, hat Luigi es geschafft, dass sich der Zitronenanbau auf den steilen Terrassen für ihn immer noch lohnt. Andere Bauern aus der Gegend mussten dagegen ihre Plantagen längst aufgeben, weil sie mit den billigeren Früchten aus Spanien und der Türkei nicht mehr konkurrieren konnten.





Während Luigi viel Zeit des Tages in seinen Zitronengärten verbringt, kocht Rita zu Hause die typischen Gerichte der Amalfiküste. Dabei sind die aromatischen Zitronen der Region nahezu immer wichtige Zutaten. Als primo piatto bereitet sie etwa Spaghetti mit Minze, Knoblauch und Zitronen zu, wobei nicht nur das Fleisch der

Früchte, sondern auch das Zitronengelb ihrer Schale die Soße verfeinern. Zum Nachtisch gibt es Delizia al Limone, eine leckere Süßspeise aus Biskuit und Zitronencreme. Ritas Lieblingsgericht ist die Parmigiana di Melanzane, ein Gemüseauflauf mit frittierten Auberginen, Mozzarella und Parmesankäse.



Torta Caprese

Schokoladenkuchen

Dieser Mandelkuchen mit Schokolade ist eine typische Spezialität aus Capri. Dort wird er im Sommer besonders gerne mit Zitronen- oder Vanilleeis serviert. Um den Geschmack abzurunden, fügt Rita der Schokoladenmasse eine Tasse Espresso hinzu.

Zutaten:

5 Eier, Eigelb und Eiweiß trennen, Eiweiß schaumig schlagen,
250 g kleingehackte Bitterschokolade,
200 g weiche Butter,
200 g gehackte Mandeln,
250 g Zucker,
1 EL Stärke,
1 Tasse espressokaffee



Zubereitung:

Das Eigelb mit dem Zucker verrühren. Nacheinander die Butter, die Schokolade, die Mandeln und die Stärke dazugeben. Anschließend das Eiweiß unterheben und den kalten Espresso hinein geben, bis beim Verrühren eine cremige Masse entsteht.

Den Teig in eine mit Butter und Mehl vorbereitete Kuchenform mit einem Durchmesser von ca. 25 cm füllen und im vorgewärmten Backofen bei 180 °C 45 min backen. Den Kuchen abkühlen lassen und mit Puderzucker bestreuen.

Zubereitungszeit:

60 min

Tip:

- Der Kuchen kann gerne ein bis zwei Tage durchziehen. Dann schmeckt er noch besser.



Scamorza affumicata nelle foglie di limone

Mozzarella in Zitronenblättern



Die Beilage ist eine Spezialität der Amalfiküste. Die hierfür benötigten Zitronenblätter pflückt Rita frisch vom Baum.

Zutaten:

300 g Büffelmozzarella in Scheiben geschnitten,
Zitronenblätter



Zubereitung:

Den Mozzarella zwischen 2 Zitronenblätter legen und diese mit Zahnstochern an 4 Seiten aneinander befestigen. Die gefüllten Blätter ca. 10 min im Backofen bei mittlerer Flamme garen.

Zubereitungszeit:

15 min



Parmigiana di Melanzane

Auberginenaufauf mit Parmesankäse

Die Parmigiana ist ein Auflauf, bei dem Gemüse mit Parmesan-Käse und Bolognese-Sauce schichtweise in einer Form im Ofen gegart wird. Die Zubereitung mit Auberginen ist die bekannteste Variante des Gerichts. Dieses wird in der italienischen Küche als *secondo piatto*, als Hauptgericht serviert.

Zutaten:

100 g Hackfleisch,
2 große Dosen geschälte Tomaten, zerkleinert,
1 Zwiebel, kleingeschnitten,
1,5 kg Auberginen, der Länge nach in dünne Scheiben geschnitten,
250 g Büffelmozzarella, in kleine Würfel geschnitten,
100 g Parmesankäse, gerieben,
1 Ei, gequirlt,
Salz,
Olivenöl,
Sonnenblumenöl



Zubereitung:

Für die Bolognese Sauce die Zwiebeln und das Hackfleisch in Olivenöl anbraten, dann die Tomaten dazugeben und salzen. Das Ganze ca. 1 h auf kleiner Flamme kochen.



Die Auberginenscheiben in heißem Sonnenblumenöl frittieren und anschließend auf Papiertüchern abtropfen lassen.



In eine gefettete Auflaufform als erste Schicht die Bolognese-Sauce geben, darüber Parmesan streuen, darauf eine dünne Schicht frittierter Auberginenscheiben legen und mit ein wenig Ei übergießen. Darüber den Mozzarella geben und weitere Schichten Bolognese-Sauce, Parmesankäse, Auberginenscheiben, Ei, Bolognese Sauce und Parmesankäse. Bei 200 °C im Backofen ½ h garen.



Zubereitungszeit:

90 min



Scialatielli con rughetta e pomodorini

Scialatielli mit Kirschtomaten und Rucola

Diesen ersten Hauptgang hat Giovanna, Ritas Schwiegertochter, gekocht. Scialatielli sind spätzleartige Nudeln, die in der Region Kampanien gerne gegessen werden. Ihr Name kommt aus dem Neapolitanischen sciglià (dt. zerzausen), weil die Scialatielli an zerzaustes Haar erinnern.

Zutaten für 4 Portionen:

600 -g Kirschtomaten, geviertelt,
2 Knoblauchzehen, klein geschnitten,
1 Chilischote, klein geschnitten,
50 ml Olivenöl,
Salz,
500 g Rucola,
500 g Scialatielli oder Tagliatelle



Zubereitung:

Knoblauch und Chili in das Olivenöl geben und auf kleiner Flamme erhitzen. Nach wenigen Minuten die Tomatenstücke dazugeben und etwa 5 min garen. Etwas Salz und den Rucola darüber geben. Die bissfest gekochten Nudeln in der Sauce wenden und heiß servieren.

Pastateig Grundrezept:

500 g Hartweizengrieß auf eine Arbeitsfläche geben. In die Mitte eine Vertiefung drücken und 4 geschlagene Eier sowie 1 TL Salz hinein gießen. Vom Rand her nach innen mit einer Gabel die Eier mit dem Grieß vermischen, bis eine krümelige Masse entsteht. Nach Belieben noch einen Schuss Olivenöl zugeben, dadurch wird der Teig schön elastisch und lässt sich ganz dünn ausrollen.

Den Teig etwa 20 min kräftig durchkneten, bis er glatt und geschmeidig ist. Er darf nicht zu trocken sein. Falls das passiert, tropfenweise Öl oder Wasser zufügen. Ist er zu weich, noch etwas Grieß unterkneten. Den Teig dann zu einer Kugel formen und mit einem Handtuch abgedeckt mindestens 20 min ruhen lassen.

Den Teig dann in 2-3 Portionen teilen. Jeweils 1 Portion zum Verarbeiten nehmen und den Rest wieder abdecken, damit er nicht austrocknet. Den Teig auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche nach und nach bis zur gewünschten Stärke ausrollen und von Hand oder mit dem entsprechenden Einsatz einer Nudelmaschine in Streifen schneiden.

Zubereitungszeit:

15 min

Pesce spada con menta

Schwertfisch mit Minze

Der Schwertfisch hat ein festes Fleisch und eignet sich dadurch besonders gut zum Braten. Rita hat ihn für das Mittagessen frisch gekauft und bereitet ihn für den zweiten Hauptgang (secondo piatto) zu. Die Minze verleiht dem Gericht den gewissen Pfiff.

Zutaten:

4 Scheiben Schwertfischfilet,
2 Knoblauchzehen, zerkleinert,
1 halber Bund Minze, zerkleinert,
50 ml Olivenöl,
20 ml Balsamico-Essig,
Salz



Zubereitung:

Das Olivenöl und die Schwertfischfilets auf ein Backblech geben, darüber den Knoblauch, die Minze, Olivenöl und ein paar Spritzer Balsamico-Essig. Den Fisch im Backofen etwa ½ Stunde bei mittlerer Hitze garen.



Zubereitungszeit:

30 min



Spaghetti al Limone

Spaghetti mit Petersilie und Zitronensoße

Ein einfach zubereitetes Pastagericht, das Rita Aceto gerne als primo piatto zu Mittag serviert. Für die Soße verwendet sie nicht allein das Fruchtfleisch der aromatischen Zitronen der Amalfiküste, sondern auch das Gelb ihrer Schale.

Zutaten für 4 Portionen:

2 größere Knoblauchzehen, fein gehackt,
1 Bund frische Petersilie, zerkleinert,
1 ungespritzte Zitrone, das Fruchtfleisch in dünne Scheiben geschnitten,
50 ml Olivenöl,
frisch gepresster Zitronensaft aus 1 Zitrone,
Salz,
500 g Spaghetti



Zubereitung:

Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, dann den fein gehackten Knoblauch, die zerkleinerte Petersilie und das Fruchtfleisch der Zitrone dazugeben. Das Gelb der Schale abschälen, in kleine Stückchen schneiden und hinzufügen. Die Zutaten auf kleiner Flamme etwa 5 Minuten erhitzen und salzen. Die bissfest gekochten Spaghetti darin wenden und mit dem Zitronensaft übergießen.



Zubereitungszeit:

15 min