

Grödnertal

Gröden; ladinisch: Gherdëina; italienisch: Val Gardena



Die Familien Rabanser und Bernardi beim gemeinsamen Mittagessen.

Bild: ZDF und arte/Peter Klotz.

Das Grödnertal, im Nordwesten der Dolomiten gelegen, gilt als Inbegriff der Bergwelt, seit Luis Trenker es in Deutschland populär machte. Es beginnt im Eisacktal und führt hinauf zu den Pässen Sella- und Grödnerjoch. Hauptort ist St. Ulrich mit rund 6.000 Einwohnern, bekannt für seine Herrgottsschnitzer. Die Grödner schaffen das Kunststück, Traditionen wie diese zu bewahren und gleichzeitig ein Zentrum des modernen Massentourismus zu sein. Wie überall in Südtirol mischen sich im Grödnertal deutsche und italienische Einflüsse. Der vierzigjährige

Florian Bernardi ist Fasner, oder auf italienisch „Policromatore“, und lebt am unteren Dorfrand von St. Ulrich in einer Wohnung über seiner Werkstatt. Er ist der älteste von drei Söhnen, sein jüngster Bruder ist 21 Jahre nach ihm geboren. Sein Vater Oswald ist Herrgottsschnitzer – wie auch seine beiden Onkel. Denn das Grödnertal ist über die Grenzen Südtirols hinaus für seine Schnitzereien bekannt. Seine andere große Leidenschaft gilt dem Kochen und dem Backen. Er gibt Backkurse für die Frauen des Dorfes und zeigt ihnen die Feinheiten der italienisch-alpenländischen Patisserie. Neben dem Fasen hat Florian noch ein zweites berufliches Standbein in der Tourismusindustrie: Im Sommer führt er Wandergruppen, im Winter Skigruppen durch die Dolomiten. Dabei wird auf Hütten übernachtet, wo Florian oft selbst kocht. Er vertraut auf traditionelle Gerichte und verfeinert sie, ganz so, wie er es sich in den zahlreichen Sternerestaurants der Gegend abgeschaut hat. (Text: arte)

Grösti

Südtiroler Variante der Reibekuchen

Grösti sind eine Südtiroler Variante der Reibekuchen. Sie sind länglich und enthalten zweierlei Sorten Mehl.

Zutaten für 4 Portionen:

450 g mehlig kochende Kartoffeln
70 g Dinkelmehl
80 g Weizenmehl
10 g Natron
1 Ei
20 ml Obstbrand
200 ml Sonnenblumenöl
Salz

Zubereitung:

Die Kartoffeln kochen und etwas abkühlen lassen.

Die lauwarmen Kartoffeln schälen zu Brei verarbeiten.

Den Brei mit dem Mehl vermengen, Natron, Ei und Obstbrand unterkneten und salzen.

Den Teig mit einem Nudelholz ausrollen und in 5 cm breite und 10 cm lange Streifen schneiden. Dabei in jeden Streifen zwei bis drei kleine Löcher picken.

Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Teigstreifen darin ausbacken.

Tip:

- Ein Glas Schnaps verringert das Einziehen des Öls. Kleine Löcher in der Teigoberfläche sorgen dafür, daß der Teig beim Erhitzen die Form behält.

Zubereitungszeit:

30 min

Teura de orde

Apfelkuchen

Die Besonderheit des Apfelkuchens: Er wird mit Gerstenmehl zubereitet.

Zutaten für 8 Portionen:

80 g Gerstenmehl
150 ml Milch
10 ml Sonnenblumenöl
3 Äpfel
Salz
Puderzucker (zum Garnieren)



Zubereitung:

Mehl, Milch, Salz und Öl zu einem glatten Teig verrühren.

Backpapier auf einem Backblech auslegen und den Teig etwa 5 mm dick darauf streichen.

Die Äpfel schälen, entkernen, in Scheiben schneiden und auf den Teig geben.

Den Ofen auf 180 °C vorheizen und den Kuchen 50 min backen.

Anschließend leicht abkühlen lassen und Puderzucker darüber streuen.

Tip:

- Lauwarm schmeckt der Apfelkuchen am besten.

Zubereitungszeit:

60 min

Schlutzkrapfen

Südtiroler Tortellini

Zutaten für 4 Personen:

100 g Weizenmehl

20 g Roggenmehl

100 ml Wasser

1 Ei

450 g Spinat

20 g Butter

40 g Mehl

geriebene Muskatnuß

Salz

Öl

Zubereitung:

Für die Füllung Spinat blanchieren, abtropfen lassen und kleinhacken.

Mehlschwitze ansetzen, Spinat hinzugeben, mit Salz und Muskatnuß würzen, aufkochen und abkühlen lassen. Aus Weizenmehl, Roggenmehl, Ei, Öl, Wasser und Salz einen Teig kneten. Diesen dünn ausrollen und fünf Zentimeter breite Kreise ausstechen.

Je einen Teelöffel von der Füllung auf einen Kreis geben, Rand befeuchten und Kreise zu Halbmonden falten. Fest verschließen.

Teigtaschen etwa 5 min in kochendes Wasser geben, abtropfen lassen und servieren.

Bun pró - Buon appetito - Guten Appetit!

Quelle: Arte-Magazin 6/2014