

Safran-Risotto mit schwarzem Knoblauch & Ziegenkäse



Obwohl mich die letzten ein, zwei Wochen ein Lektoratsprojekt mit straffem Abgabeplan in Atem hält und ich viel zu viel Zeit am Schreibtisch verbrachte, wollte ich mich heute mal wieder für etwas Besonderes in die Küche stellen. Immerhin ist Sonntag, da darf es auch eine herzhaftere Sonntags-Nascherei sein!

Also habe ich ein Abschiedsgeschenk meiner Kollegen zum Anlass genommen und ein Rezept von Cettina Vincenzino nachgekocht – natürlich nicht 1:1, aber wichtig war mir sowieso der schwarze Knoblauch. Habt ihr davon schon mal gehört? Der Knoblauch wird fermentiert und die Zehen werden in den Hüllen rabenschwarz

und fest, von der Konsistenz her wie Lakritze – und auch der Geschmack ist ein bisschen wie Lakritz mit Balsamico. Ein sehr spannendes Produkt, das ich zum ersten Mal in der Hand hatte und bisher war das Risotto in „[Cucina vegetariana](#)“ auch das erste Rezept, wo ich davon gelesen hatte.

Das Gericht hat eine leicht nostalgische Note, stellte ich beim Kochen fest. Der Knoblauch stammt aus der Abschiedstüte der Kollegen, den Safran habe ich in Indien gekauft, als ich meine Ayurveda-Kur machte. Der Risottoreis wurde dieses Jahr persönlich aus Italien importiert. Den Ziegenkäse habe ich letzte Woche direkt beim Erzeuger im Allgäu gekauft.

Ein sehr internationales, emotionales Gericht also. Und sehr lecker! Ein cremiges Risotto ist ja eh eine Köstlichkeit, aber diese Creme aus schwarzem Knoblauch verleiht dem Gericht eine ganz besondere Note!

Normalerweise rührt man ja am Ende Parmesan in ein Risotto – so macht das auch Cettina – aber ich hatte keinen da und fand, dass der junge, leicht bröckelige Ziegenkäse mit Kohlethern (fand ich so abgefahren, dass ich ihn kaufen musste!) auch gut passt – sogar farblich.

Das Rezept habe ich für 2 Personen angepasst, ursprünglich war es die doppelte Menge.



Für 2 Personen:

CREME:

Zehen von $\frac{1}{2}$ schwarzen, fermentierten Knoblauchknolle

1 gestr. TL Maisstärke

1 Prise Meersalz

RISOTTO:

Ca. 900 ml Gemüsebrühe

50 g Butter

1 gelbe Zwiebel, fein gewürfelt

200 g Risottoreis (Carnaroli)

100 ml Weißwein

1 Packung Safranfäden (0,1 g)

frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

ANRICHTEN:

50 g junger Ziegenkäse, zerbröckelt

Zehen von $\frac{1}{2}$ schwarzen, fermentierten Knoblauchknolle

Kräuter nach Belieben zum Garnieren

Die Zehen aus der Knolle lösen und schälen, dann die Hälfte zum Anrichten beiseitelegen.

Für die Creme die andere Hälfte mit der Stärke, 1 Prise Salz und etwas heißer Brühe pürieren, bis eine glatte Creme entsteht.

Die Brühe in einem kleinen Topf aufkochen und warm halten.

In einem großen Topf bei mittlerer Hitze die Hälfte der Butter zerlassen und die Zwiebel darin andünsten. Dann den Reis zufügen, die Hitze erhöhen und den Reis unter Rühren kurz rösten. Mit dem Wein ablöschen.

Sobald der Wein verkocht ist, eine Kelle Brühe angießen und unter Rühren köcheln, bis der Reis die Flüssigkeit aufgesogen hat. Erneut Brühe angießen und so fortfahren, bis der Reis bissfest ist. Das Risotto vom Herd nehmen, den Safran und die übrige Butter unterrühren und mit Pfeffer und eventuell Salz abschmecken. Alles ca. 1 Minute zugedeckt ruhen lassen.

Das Risotto dann auf Teller verteilen, etwas Käse über jede Portion krümeln und mit der Knoblauchcreme, den Zehen und nach

Belieben Kräutern garnieren. Sofort servieren.

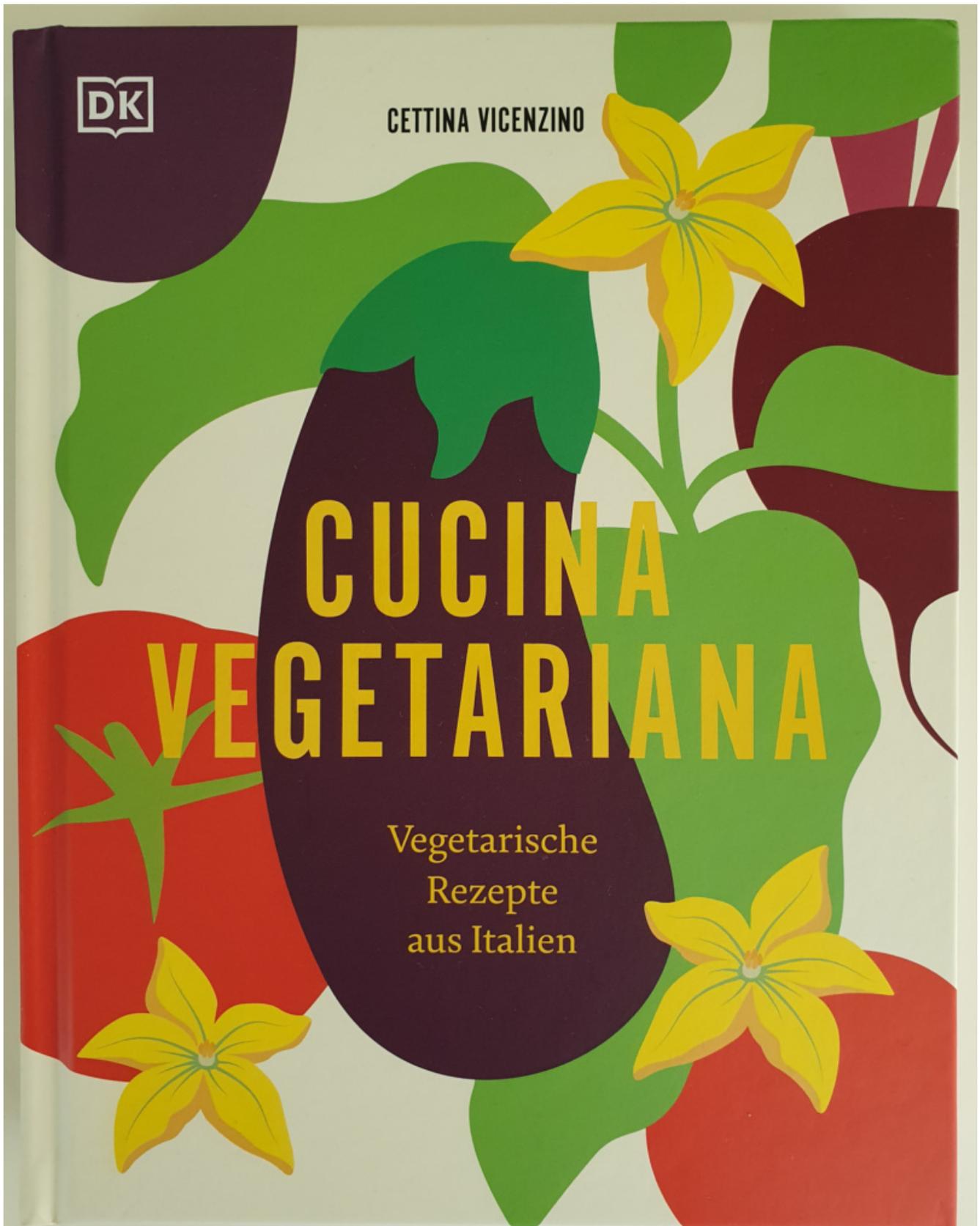


Ich hoffe, ich konnte euch Appetit machen auf ein schlotziges Risotto – und diesen abgefahrenen Knoblauch, der übrigens sehr viel verträglicher sein soll als der nicht fermentierte!

Habt eine genussvolle Woche und macht es euch gemütlich!

Eure Judith

Buchvorstellung: „Cucina vegetariana. Vegetarische Rezepte aus Italien“ von Cettina Vicenzino



Heute gibt es mal wieder Lesefutter. Ein wunderschönes neues Kochbuch des DK Verlags steht seit einigen Wochen in meinem Regal. Wie auch schon „[Toskana in meiner Küche](#)“ gefällt mir das neue Buch von Cettina Vicenzino unglaublich gut! Dass

Italien mein Herzensland ist und ich die italienische Küche in all ihren Facetten liebe, muss ich sicher nicht mehr betonen. Da darf diese vegetarische Rezeptsammlung natürlich nicht fehlen!

Aber schauen wir mal ins Buch: Mit über 70 Rezepten lädt die Autorin zu einer Entdeckungsreise in ihr Land ein. Nicht nur leckere Gerichte hat sie auf ihrer Reise durch den Stiefel zusammengetragen, sondern auch Geschichten und Begegnungen mit interessanten Menschen. Das Buch beleuchtet also die Vielfalt der vegetarischen Küche und stellt auch Menschen und ihre Geschichten vor, geht in Exkursen auf Besonderheiten von Zutaten wie Mehl oder Hülsenfrüchten ein und macht einfach Lust, sofort die Koffer zu packen und ebenfalls loszureisen.

Vorwort Cettina Vicenzino 10

Saisonkalender 18

ANTIPASTI & CONTORNI 20

Viaggiare & mangiare in Calabria 44

Basics 70

PRIMI 78

Die Pastamanufaktur 80

Das goldene Dreieck des Reises 120

SECONDI 142

Der Ofen und das Korn 144

Hülsenfrüchte: das Fleisch der Armen 160

Viaggiare & mangiare in Sicilia 176

FINE 196

Viaggiare & mangiare in Veneto 206

Auf einen Kaffee an der Bar 228

Italienische Lebensmittel einkaufen 230

Register 232

Das Buch gliedert sich in 4 Kapitel plus einem Mini-Kapitel mit „BASICS“ und richtet sich nach dem italienischen Menü aus: Vorspeisen & Beilagen, Erste Gänge, Zweite Gänge und Desserts bzw. der „Abschluss“ einer Mahlzeit (‘fine‘ ist das Ende).

Jedes Gericht ist farbenfroh bebildert und auch zwischen den Gerichten findet man viele schöne Aufnahmen von Land, Leuten und Zutaten. Bei den Pastagerichten sind die einzelnen Handgriffe mit Bildern dargestellt, was sicher sehr hilfreich ist, wenn man das erste Mal selbst Orecchiette oder Cavatelli formen möchte.

Jedes Rezept wird von einem kleinen Text begleitet, in dem die Autorin auf Zutaten eingeht oder erzählt, wie ein Gericht entstand oder woher sie es kennt.



Kostprobe?

Als Vorspeise oder Snack klingen „Crostoni mit Ziegenkäse, süßsauren Zwiebeln und Kartoffeln“ doch köstlich.

Ein Primo nach meinem Geschmack wären „Tortiglioni mit Fenchel, Rosinen, Pinienkernen und Semmelbröseln“ oder – mal ganz was anderes – „Herzhaftes ‘Spaghettieis’“ (Spaghettoni mit Mascarpone, Vanille und Erdbeeren).

Als Secondo würde ich mir „Gegrilltes, in Radicchio eingerolltes Omelett“ bestellen, oder eins meiner italienischen Lieblingsgerichte: „Melanzane alla parmigiana“.

Als (süßen) Abschluss finde ich die „Käseplatte mit Maiskeksen, Akazienhonig und Kaffeepulver“ sehr spannend (die nur leicht süßen Kekse mit Rosinen habe ich schon nachgebacken) oder die „Pistazien-Mandel-Schoko-Creme“.



Besonders schön an diesem Buch finde ich, dass drei wunderbare Menschen, die ich persönlich kenne, darin vorgestellt werden. Und zwar erzählt Cettina die Geschichte von Katrin, Manuel und Mimma. Katrin und Manuel (Mimmas ältester Sohn) haben sich in Kalabrien kennen und lieben gelernt und haben eine Weile zusammen in Italien gelebt, sind mittlerweile aber in Deutschland, wo Manuel seinen Traum von einer eigenen Pizzeria wahrgemacht hat (wenn ihr jemals am Wochenende in Freiburg im Breisgau seid, reserviert euch einen Tisch im „[Strombolicchio - La pizza](#)“ und genießt eine fantastische, mit viel Liebe, Herzblut und süditalienischen Zutaten gebackene Pizza!). Katrin vermittelt tolle Unterkünfte in Kalabrien und steht als Expertin dieser Region ihren Reisenden immer mit Rat, Tat und Insidertipps zur Seite. Schaut mal bei „[Urlaub an der Stiefelspitze](#)“ (ich habe selbst schon eine Unterkunft bei ihr gebucht) vorbei – Kalabrien ist absolut eine Reise wert! Und wenn ihr dort seid, könnt ihr bei Mimma in Tropea einen

Kochkurs buchen und bei ihr lernen, wie man Pasta herstellt und dazu köstliche Saucen kocht, zum Beispiel mit der berühmten roten Tropea-Zwiebel.



Wer Italien und (vegetarische) italienische Küche liebt, der sollte dieses Buch nicht verpassen.

Von mir bekommt es eine uneingeschränkte Lese-Empfehlung!

Euch macht es hoffentlich genauso große Freude wie mir. Viel Spaß beim Schmökern, Nachkochen und Vom-Süden-Träumen.

Alles Liebe,

eure Judith

** unbezahlte Werbung ohne Auftrag durch Verlinkung **

Torta del nonno – Schokomürbekuchen mit Kaffeecreme



Torta del nonno? Heißt das nicht della nonna? Nein, ihr lest schon richtig. Diese torta ist dem Opa (nonno) gewidmet, wie das bekannte Pendant mit Zitronencreme der Oma (nonna). Das Rezept

stammt aus dem Buch „[Toskana in meiner Küche](#)“ von Cettina Vicenzino, die das Rezept auch erfunden hat.

Schon beim ersten Durchblättern fiel mir diese Torta del nonno ins Auge. Da ich die zitronige [Torta della nonna](#) sehr liebe, aber auch auf Schokokuchen und Kaffee stehe, war für mich klar: Diese Kreation kann nur fantastisch sein und wird ausprobiert!

Als ich beim Foodsaving Milch und Eier, die ich sonst eigentlich nie kaufe, rettete, fiel mir diese Torte wieder ein. Naschkater war begeistert von meinem Backvorhaben und so entstand gestern nach langer Zeit mal wieder eine Torte ganz genau nach Rezept (nur Pinienkerne musste ich durch Mandelblättchen ersetzen). Naja, und den Zucker habe ich minimal reduziert, aber das zählt kaum.



Das Ergebnis schmeckt buonissimo! Direkt nach dem Abkühlen

konnten wir dem Duft nicht mehr widerstehen und mussten ein Stückchen probieren – normalerweise ein Tabu im Hause Naschkatze, denn die Kamera isst immer zuerst.

Für eine Springform mit 20 cm Durchmesser:

FÜLLUNG:

5 g espressopulver

500 ml Milch

1 TL Zimt

2 Eier (Gr. M)

2 Eigelb

100 g Zucker

1 Prise Salz

50 g Maisstärke

TEIG:

250 g Mehl

(Type 405 oder Dinkel 630 oder 1050)

40 g Kakaopulver

1 Prise Salz

150 g kalte Butter in Stückchen

1 Ei

90 g Zucker

AUßERDEM:

1 Eiweiß

20 g Walnusskerne

20 g Pinienkerne

(oder Mandelblättchen)

Puderrucker zum Servieren

[Getrocknete Linsen oder Kichererbsen zum Blindbacken]

Am Vorabend oder einige Stunden zuvor das espressopulver mit 200 ml Milch verrühren und zugedeckt (im Kühlschrank) ziehen lassen. Dann durch ein Sieb gießen und bei Bedarf noch durch einen Papierteefilter. Mit der restlichen Milch (300 ml) mischen.

Für den Teig Mehl, Kakao und Salz mischen und zügig mit der Butter verkneten. Ei mit Zucker mischen und zur Mehl-Butter-

Mischung geben. Alles zu einem glatten Teig kneten, aber nicht zu lange, da der Teig sonst hart und nicht mürbe wird. Den Teig in Folie wickeln und 1 Stunde kühlen.

Für die Füllung die Kaffeemilch mit dem Zimt erhitzen, aber nicht aufkochen lassen. Eier, Eigelbe und Zucker leicht schaumig schlagen und das Salz unterrühren. Die Stärke nach und nach dazu sieben (!) und gut unterrühren.

Die Kaffeemilch in dünnem Strahl in die Eiermischung einrühren. Alles erneut in den Topf geben und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren eindicken lassen. Die Creme in eine Schüssel füllen, Frischhaltefolie auflegen und abkühlen lassen.

Den Ofen auf 180 °C vorheizen. Ein Drittel des Teigs abnehmen und zur Seite stellen. Den restlichen Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche ausrollen und die Tarte- oder Springform samt Rand damit auskleiden. Den Teig mit Backpapier abdecken, mit Backlinsen oder -kichererbsen beschweren und im heißen Ofen 12 Minuten blindbacken. Die Form aus dem Ofen nehmen, die Linsen und das Papier entfernen und den Teig noch 1-2 Minuten backen. Dann etwas abkühlen lassen.

Die abgekühlte Creme auf dem Teigboden verteilen. Aus dem restlichen Teig einen Deckel ausrollen, auf die Creme legen und an den Seiten festdrücken. Den Deckel mit einer Gabel oder einem Holzstäbchen mehrmals einstechen und mit Eiweiß bepinseln. Die Walnüsse und Pinienkerne (oder Mandelblättchen) darauf verteilen und den Kuchen 30 Minuten backen. Die fertige Torta aus dem Ofen nehmen, abkühlen lassen und mit Puderzucker bestäuben.



Wenn die Torta einen Tag durchgezogen ist, schmeckt sie

unserer Meinung nach fast noch besser. Auf jeden Fall ist sie ein Genuss! Findet ihr hoffentlich auch!

Habt eine genussreiche Woche, ihr Lieben!

Eure Judith

Buchvorstellung: „TOSKANA in meiner Küche“ von Cettina Vicenzino



Bei einer großen Italienliebhaberin wie mir darf dieses neue Kochbuch in einer Kochbuchsammlung natürlich nicht fehlen: „TOSKANA in meiner Küche“ von Cettina Vicenzino erzeugt Fernweh und Sehnsucht nach dem Süden. Die Toskana hat es ja vielen Deutschen angetan. Wer kennt nicht die Bilder sanfter grüner Hügel mit kleinen Landgütern

und piniengesäumten Straßen? Früher war die Toskana, so schreibt Cettina in ihrem Vorwort, der Inbegriff für Italien. Mittlerweile ist der Blick auf Italien zum Glück etwas vielfältiger geworden und man findet auch Kochbücher über andere Regionen, die genauso schön, spannend und liebenswert



sind.

Trotzdem verbinde ich mit der Toskana sehr viel, denn ich habe sie mehrmals intensiv bereist – allerdings vor allem unter kunsthistorischem Aspekt – wobei der Genuss natürlich trotzdem nicht zu kurz kam. Umso spannender finde ich es jedoch, einen Reisebericht von jemand anderem zu lesen, gepaart mit Ausflügen zu lokalen Produzenten und Gastronomen.

INHALT:

Die 6 Kapitel des Buchs lauten wie folgt:

Vorwort 8

APRIRE 16

Il cioccolato 30

Martina & Vanessa 42

PANE & POMODORI 46

Michaela 58

Pici fatti a mano 74

Il formaggio 84

LEGUMI & VERDURE 88

Valeria 106

CARNE 128

Il macellaio 144

Emanuela 150

La Maremma 162

ACQUA 164

CHIUDERE 188

Viaggiare 200

Il gelatiere 214

Nachwort 224

Adressen 230

Register 232

Danke 238

Impressum 240

Kapitel 1 dreht sich um den Aperitif, Kapitel 2 um „Brot und Tomaten“. In Kapitel 3 findet man Rezepte aus Hülsenfrüchten und Gemüse, dann folgen Fleisch und Fisch, bevor das Buch mit den Desserts und Kuchen „schließt“ (chiudere= schließen).

Die Kapitel enthalten neben zahlreichen Rezepten auch mehrere

Porträts, beispielsweise der Antica Macelleria Cecchini oder von Valeria, der 2-Sterne-Köchin aus der Maremma.



KOSTPROBE?

Einfache Dinge, die köstlich schmecken – das beherrschen die Italiener bestens. Da reicht schon eine Schiacciata all'olio, ein toskanisches Fladenbrot mit Olivenöl. Oder eine [Panzanella](#), ein Tomatensalat mit altbackenem Brot. Nicht ganz so bekannt, aber absolut köstlich: Gnudi toscani, Spinat-Ricotta-Knödel, die mit Parmesan serviert werden. Raffiniert wird es mit dem „Tonno (Thunfisch) del Chianti“, der gar kein Thunfisch ist, sondern gekocht und in Öl eingelegte Schweinekeule, die sich dann wie Thunfisch präsentiert. Und nach den herzhaften Leckereien kann man sich dann durch eine [Torta della nonna](#), [Cantucci](#) oder [Castagnaccio](#) – Kastanienkuchen mit Rosmarin, Rosinen und Pinienkernen – naschen.

PAPPARDELLE ALL'ANATRA

Pappardelle mit Entenragout

Für 4 Personen
Zubereitungszeit 20 Minuten,
plus Schmorzeit 1 Stunde 30 Minuten

- 3 Entenkeulen
- natives Olivenöl extra
- 40 g Lardo, zerkleinert
- 60 g Pancetta, zerkleinert
- 100 g Schalotten, geschält und zerkleinert
- 2 Knoblauchzehen, geschält und zerkleinert
- 120 g Karotten, zerkleinert
- 1 Stange Staudensellerie
- 450 ml Rotwein
- 600 g strückige Tomaten (aus der Dose)
- 2 Lorbeerblätter
- 1 gestrichener EL Fenchelsamen
- 1 Stück Bio-Orangenschale ohne weiße Haut
- Meersalz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 320 g Pappardelle (oder andere Bandnudeln)
- 4 gehäufte EL frisch geriebener Pecorino (oder Parmesan)

Pappardelle sind italienische sehr breite Bandnudeln, die vor allem in Nord- und Mittelitalien gerne gegessen werden, aber noch viel mehr sind sie toskanische Bandnudeln, denn sie werden am liebsten mit kräftigen Fleischsaucen beziehungsweise Ragouts gegessen, die Art von Pastasaucen, die man in der Toskana am liebsten mag, weil hier in dieser Region weniger die Pasta als vielmehr das Fleischgericht im Vordergrund steht. So wurde früher in erster Linie beispielsweise ein Kaninchen zubereitet und die verbliebene Restsauc mit Pasta gegessen. Daran wurde das Gericht pappardelle al coniglio (mit Kaninchen), es gibt aber auch pappardelle sulla lepre (mit Hasen), oder pappardelle con la nana o sul papero (nana ist das toskanische Wort für Ente und papero ist die Gans) oder pappardelle sul cinghiale (mit Wildschwein). Es gibt auch fleischlose Varianten mit Steinpilzen oder mit Fisch.

Auch wenn man als Ersatz natürlich tagliatelle, die typische Pasta der Nachbarregion Emilia-Romagna, verwenden kann, so ist der bedeutende Unterschied die Breite, die bei pappardelle bis zu vier Zentimeter erreichen kann. Pappardelle sind die breitesten Bandnudeln, weshalb sie auch als eine Art von Lasagne beschrieben werden und bereits im späten Mittelalter in der östlichen Toskana gegessen und später in Schriften des 13. Jahrhunderts erwähnt wurden.

Die Entenkeulen abwaschen und mit Küchenpapier abtupfen. In einem großen Schmortopf 6 EL Olivenöl erhitzen. Lardo, Pancetta, Schalotten, Knoblauch, Karotten und Staudensellerie in gleich große Stücke schneiden und zusammen mit den Keulen im Olivenöl etwa 5 Minuten anbraten. Ab und zu umrühren und die Keulen einmal wenden. Den Topfinhalt mit dem Rotwein ablöschen. Den Alkohol etwas verdampfen lassen. Tomaten, Lorbeerblätter, Fenchel und Orangenschale dazugeben. Die Mischung mit Salz und Pfeffer abschmecken und zugedeckt bei schwacher Hitze 1 Stunde köcheln lassen.

Die Entenkeulen aus dem Topf nehmen und das Fleisch vom Knochen lösen. Das Fleisch in kleine Stücke schneiden und zusammen mit 350–500 ml heißem Wasser zurück in den Topf geben. Das Entenragout erneut abschmecken und weitere 30 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Die letzten 10 Minuten ohne Deckel weiterköcheln lassen. Orangenschale und Lorbeerblätter entfernen.

Reichlich Wasser in einem großen Kochtopf aufkochen lassen, salzen und die Pappardelle darin al dente kochen. Kochwasser abschütten, die Pasta mit dem Entenragout gut durchmischen, auf Teller verteilen und mit Käse bestreut servieren.



Die Rezepte sind alle wunderschön bebildert und die Fotos von Landschaft, Produzenten und lokalen Persönlichkeiten wecken Reiselust. Toskana-Fans werden einige Rezepte kennen, aber für mich war noch einiges Neues dabei, obwohl ich diese Region [kulinarisch recht gut kenne](#).

Auf jeden Fall macht es Spaß, in „TOSKANA in meiner Küche“ zu schmökern und ganz sicher werde ich die „Torta del nonno“, das von der Autorin kreierte Pendant zur „Torta della nonna“ ausprobieren: Schokomürbekuchen mit Kaffeecreme, Pinienkernen und Walnüssen.



Ich freue mich jetzt noch mehr auf meine baldige Italienreise und wünsche euch eine genussvolle Woche und herrliche Sommertage!
 Eure Judith

Cettina Vicenzino
 „TOSKANA in meiner Küche“
 DK (Dorling Kindersley Verlag)
 ISBN: 978-3-83104172-5
 28,00 Euro