

# Ricette vialline di Marzo



Rezepte mit Erzeugnissen von Sa Vialla  
... Penne Sisse mit Artischocken und Pecorino, eine Quiche mit Ribollita,  
der glutenfreie Schokokuchen von Giuliana....

# <<Pompelmo Fizz>>

(= Grapefruit Spritz)

Empfohlener Wein: Torbolino non filtrato

**Zutaten für 4 Personen:** 300 ml gut gekühlter, ungefilterter Torbolino, 5 rosa Grapefruits, 100 ml kaltes Mineralwasser mit Kohlensäure, Eiswürfel

Die Grapefruits halbieren und auspressen, dabei eine der Hälften für die Dekoration beiseitelegen. Wenn Sie kein Fruchtfleisch im Aperitif wünschen, filtern Sie den Saft durch ein engmaschiges Sieb.

Nun jeweils 2-3 Eiswürfel in vier Gläser geben und zu gleichen Teilen zuerst mit dem frisch gepressten Grapefruitsaft und dann dem Torbolino non filtrato auffüllen und ganz zum Schluss das sprudelnde Mineralwasser hinzufügen. Schneiden Sie nun die beiseitegelegte Grapefruihälfte in Scheiben, dekorieren Sie die Gläser damit... und im Nu haben Sie einen frischen und durststillenden Aperitif mit wunderschönen Farbtönen zubereitet. Nun bleibt nur noch, anzustoßen: Cin cin, zum Wohl!





# << Penne, Carciofi e Pecorino >>

(= Penne, Artischocken und Pecorino)

Ein leichtes Rezept mit einfachen, unverfälschten Zutaten, das man allerdings in der richtigen Jahreszeit zubereiten muss und dessen Zutaten sorgsam ausgewählt werden sollten: Es wird auch die anspruchsvollsten Gaumen für sich einnehmen.

**Zutaten für 5-6 Personen:** 500 g Penne Lisce oder Penne Rigate, 4 Artischocken, 2 Knoblauchzehen, 6-7 Minzeblätter, 1 getrocknete Chilischote, 5 EL Olivenöl Extravergine, etwas gealterter Pecorino, Salz und Pfeffer

Zerdrücken Sie die Knoblauchzehen mit der flachen Hand. Dann zusammen mit der Chilischote (wenn Sie ein weniger scharfes Gericht bevorzugen, entfernen Sie vorher die Samen) und dem Öl in einer schweren Pfanne anschmoren. Sobald der Knoblauch goldgelb wird, herausnehmen. Sofort die geputzten und in Scheiben geschnittenen Artischocken hineingeben. Rühren Sie gut mit einem Holzlöffel um und schmecken Sie mit Salz und Pfeffer ab. Dann fügen Sie etwas warmes Wasser hinzu (ungefähr  $\frac{1}{2}$  Glas), damit sie während des Garens nicht zu trocken werden. Die Penne bissfest garen, dabei etwas von dem Kochwasser beiseitestellen. Die Nudeln in die Pfanne geben und mit den Artischocken vermengen. Einen Schöpflöffel Kochwasser hinzufügen, nochmals umrühren und hier und da einige mit den Fingern zerkleinerte Minzeblätter darüber verteilen. Dann den Herd ausstellen, reichlich gealtertem Schafskäse über die Pasta reiben, noch einmal sorgfältig umrühren und die Pfanne mit einigen Pecorinospänen und 2-3 Minzeblättchen „geschmückt“ zu Tisch bringen. Sofort heiß servieren.







## << La Torta salata con la Ribollita toscana >>

(= Mit toskanischer Ribollita gefüllte Quiche)

### Zutaten für 4 Personen

**Für den Quiche-Teig:** 350 g Mehl Type 1050 (plus einige Handvoll, um den Teig auszurollen), 150-160 ml Wasser, 12 g Hefe, 4 EL Olivenöl Extravergine, 1 Prise Salz

**Für die Füllung:** 2 Gläser Ribollita von Sa Vialla, 100 g frischer Pecorino, 50 g geriebener reifer Pecorino, 2 Eier, 50 g Paniermehl,  $\frac{1}{2}$  Zwiebel

Bereiten Sie als Erstes den Quiche-Teig zu: Geben Sie das Mehl in eine Schüssel und drücken Sie eine Mulde in die Mitte, in die Sie die in einem Glas lauwarmem Wasser aufgelöste Hefe gießen. Beginnen Sie, alles mit einer Gabel zu vermengen und fügen Sie nach und nach das restliche Wasser, etwas Salz und zum Schluss 2 Esslöffel Öl hinzu. Arbeiten Sie, sobald der Teig eine festere Konsistenz annimmt, mit den Händen weiter und formen Sie schließlich eine glatte Kugel daraus, die Sie mit einem Geschirrtuch bedeckt eine Stunde lang gehen lassen. Bereiten Sie in der Zwischenzeit die Füllung zu, indem Sie die Ribollita in einer Schüssel mit den Eiern und dem in kleine Würfel geschnittenen frischen Pecorino vermengen. Nehmen Sie

dann den aufgegangenen Teig und rollen Sie ihn mit dem Nudelholz auf Ihrer Arbeitsfläche aus, wobei Sie sich mit etwas Mehl (auf und unter dem Teig) behelfen können und versuchen, ihm eine möglichst runde Form zu geben: Sein Durchmesser sollte ein paar Zentimeter größer als die Backform sein, die Sie für die Quiche verwenden. Die Teigplatte in die Form legen (am besten eine Springform), mit 2 Esslöffeln Öl einfetten und an Boden und Rand rundherum gut andrücken (deshalb der größere Durchmesser!). Nun die Füllung darauf geben, gut verteilen und glattstreichen, die Oberfläche mit dem geriebenen Pecorino und Paniermehl bestreuen und hier und da mit der in feine Scheiben geschnittenem Zwiebel garnieren. Im auf 220 °C vorgeheizten Ofen 40 Minuten backen, bis sich eine schöne goldbraune Kruste auf der Oberfläche gebildet hat. Aus dem Ofen nehmen und 10 bis 15 Minuten ruhen lassen.

Wenn Sie möchten, können Sie Ihre Quiche mit knusprigen Schwarzkohlchips servieren. Hier ist das Rezept:

## <<Le Chips di Cavolo nero>> (= Schwarzkohlchips)

**Zutaten für 1-2 Backbleche:** 250 g toskanischer Schwarzkohl (sollte er nicht erhältlich sein, können Sie Grünkohl verwenden),  
2 EL Olivenöl Extravergine mit Chili, Salz

Putzen Sie als Erstes den Schwarzkohl: Entfernen Sie die äußeren weicheren oder beschädigten Blätter vom Strunk sowie die Mittelrippe des Blattes, die härter ist und sich wenig zum Verzehr eignet. Für diesen Arbeitsschritt halten Sie das Blatt am Ende der Mittelrippe mit der Hand fest, umfassen es mit der anderen und ziehen diese geschlossen längs des Blattes nach oben. Auf diese Weise „ziehen Sie das Blatt ab“. Sollte Ihnen dies zu umständlich erscheinen, legen Sie die Blätter eins nach dem anderen auf ein Holzbrett und schneiden die Mittelrippe mit einem kleinen Messer heraus. Die Kohlblätter unter fließendem Wasser abwaschen und sorgfältig mit Küchenpapier oder einem sauberen Küchenhandtuch trocken tupfen (es ist sehr wichtig, dass sie vollkommen trocken sind). 2-3 Blätter auf einmal von Hand in die gewünschte Chips-Größe zerpfücken (bedenken Sie dabei, dass sie während des Backens deutlich kleiner werden) und in eine große Schüssel legen. Fügen Sie das Chili-Öl hinzu und vermischen Sie alles mit den Händen, damit das Öl sich gleichmäßig auf den Blättern verteilen kann (Achten Sie darauf, Ihre Augen nicht mit den Händen zu berühren und waschen Sie sich hinterher sorgfältig die Hände!). Legen Sie ein Blech mit Backpapier aus und verteilen Sie eine Lage Kohlblätter darauf, ohne dass sie überlappen; leicht salzen und dann im auf 150 °C vorgeheizten Ofen etwa 10 Minuten lang backen - passen Sie dabei gut auf, da die Kohlblätter leicht verbrennen. Wenn Sie sehen, dass sie nach der angegebenen Zeit noch nicht knusprig sind, verlängern Sie die Backzeit um ein paar Minuten. Verfahren Sie mit dem restlichen Kohlblättern auf die gleiche Weise.





## <<Carpaccio di Carciofi>> (= Artischocken-Carpaccio)

**Zutaten für 2 Personen:** 2 Artischocken, 1 große, saftige Zitrone (oder zwei kleine), 3 EL Olivenöl Extravergine, 60 g Parmesanspäne, Salz und Pfeffer (letzterer nach Geschmack)

Die Artischocken putzen, indem Sie mit einem scharfen Messer die Blattspitzen mindestens 2 cm unter der Spitze abscheiden und die äußeren, harten Blätter bis zum „Herz“ entfernen. Auch die Stängel fast ganz abschneiden, die Artischocken vierteln und dann für circa 20 Minuten mit dem Saft einer halben Zitrone in kaltes Wasser geben. Abgießen, mit Küchenpapier trockentupfen und jedes Artischockenviertel in feine Scheiben schneiden. Die Scheibchen auf einem Teller anrichten und mit dem Saft einer halben Zitrone, Salz, Olivenöl und einer Prise Pfeffer (nach Geschmack) anmachen. Das Carpaccio mit den Parmesanspänen bestreuen und ... Guten Appetit! Dieses Gericht ist einfach und schnell zuzubereiten und während der Artischocken-Saison eine wahre Köstlichkeit!



## << La Torta al Cioccolato senza glutine >>

(= Glutenfreier Schokoladenkuchen)

Empfohlener Wein: Vin Santo Occhio di Pernice D.O.C.

**Zutaten für eine runde Springform von 28 cm:** 300 g Bitterschokolade, 6 Eier, 300 g Zucker, 1 Vanilleschote, 250 g Butter + 1 walnussgroßes Stück, um die Backform einzufetten, 1 EL Maisstärke, 1 TL Orangencitruslikör, Puderzucker

Zerbrechen Sie die Schokolade in Stücke und stellen Sie diese in einem kleinen Topf im Wasserbad auf den Herd; sobald sie zu schmelzen beginnt, geben Sie die ebenfalls gestückelte Butter hinzu, rühren sorgfältig um, bis eine gleichmäßige Creme entsteht und schalten dann den Herd ab. Die Maisstärke in einer Schüssel mit dem Zucker vermengen, in das Töpfchen mit der geschmolzenen Schokolade geben und alles sorgfältig umrühren und vermischen. Die Eier trennen (das Eiweiß in eine große Schüssel geben), das Vanillemark (die Schote der Länge nach aufschneiden und das Mark mit der flach gehaltenen Messerspitze herausheben) und den Orangencitruslikör zu den Eigelben hinzufügen und das Ganze mit der Schokoladenmischung vermengen. Das Eiweiß zu nicht zu steifem Schnee schlagen, er sollte noch etwas „flüssig“ sein, zu der vorbereiteten Schokoladencreme geben und von unten nach oben unterheben; sobald der Teig glatt und homogen ist, in eine vorher gut gebutterte Springform füllen. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen 30 Minuten backen. Lassen Sie den Kuchen vollständig auskühlen, öffnen Sie den „Bügel“ der Form, legen Sie ihn - vorsichtig, damit er nicht zerbricht - auf einen geeigneten Teller oder ein Tablett und bestäuben Sie ihn mit Puderzucker: eine echte Köstlichkeit.... und ganz ohne Gluten!