

# Ricette vialline di Aprile



Rezepte mit Erzeugnissen von Sa Vialla....

... die typisch toskanischen „Gnudi“ in Begleitung eines appetitanregenden Aperitifs, eines herzhaften Käsekuchens und einer traditionellen Ostermehlspeise aus Neapel, der Pastiera...

## << Pompeimo Fizz >> (= Grapefruit Spritz)

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 Farbnuancen zubereitet. Nun bleibt nur noch, anzustoßen: Cin cin, zum Wohl!





## <<Sa Torta al Formaggio di Sabina (senza glutine)>>

(= Herzhafter glutenfreier Käsekuchen vom Sabina)

Zutaten für eine runde Back- oder Auflaufform mit 22 cm Durchmesser: 250 g Buchweizenmehl, 100 g Maismehl Fioretto (sehr feines Maismehl), 150 g gealterter Pecorino, 3 Eier,  $\frac{1}{2}$  Würfel Hefe, 170 ml Milch (1), 2 TL Salz, 1 Prise Rohrzucker, 3 EL Öl zum Einfetten der Form

Mischen Sie zunächst die beiden Mehlsorten sorgfältig mit dem Zucker in einer Schüssel. Dann die Milch ganz leicht in einem kleinen Töpfchen erhitzen, die Hefe darin auflösen und nach und nach unter ständigem Rühren mit dem Mehl in der Schüssel vermengen. Fügen Sie nun ein Ei nach dem anderen hinzu, das Salz sowie den geriebenen Pecorino und verrühren alles, bis Sie eine gleichmäßige Masse erhalten haben. Geben Sie diese in die sorgfältig eingefettete Form und lassen Sie den Teig 20 Minuten lang an einem warmen und feuchten Ort gehen. Dann den Kuchen im auf 160 °C vorgeheizten Ofen 40 Minuten lang backen. Wenn Sie mögen, können Sie mit denselben Zutaten und der derselben Herstellungsweise auch einen niedrigeren Kuchen, eine Focaccia, zubereiten. Geben Sie den Teig dazu in eine 30x40 cm große, mit Backpapier ausgelegte und eingefettete Backform. Dann 25-30 Minuten bei 160 °C backen.

Sabina, Antonio So Francos Ehefrau, verwendet anstelle des gealterten Pecorinos einen etwas frischeren, wie den Abbruciato, schneidet ihn in kleine Würfel und mengt ihn unter den Teig. Das Backen im Ofen verwandelt die Stückchen in weiche, schmackhafte „Tropfen“.

Die „Torta al Formaggio“ ist sehr lecker ohne alles, so wie sie ist. Man kann sie aber auch mit Wurstwaren wie Schinken, Salami, Fenchelsalami und/oder relativ jungem Käse (Pecorino, Emmentaler) begleiten und so weiter und so fort, mit allem, nach dem man sich die Finger lecken kann.

(1) Verwendet man Wasser anstatt der Milch und einen sehr lang gereiften Pecorino, kann diese glutenfreie Torten auch diejenigen erfreuen, die an Laktoseintoleranz leiden.



## << „Gnudi“ di Ricotta e Spinaci con burro e salvia >>

(= Die „Nackten“ aus Ricotta und Spinat  
mit Butter-Salbeisoße)

**Zutaten für 4 Personen:** 400 g frischer Ricottakäse,  
200 g junger Spinat, 150 g Mehl, 80 g geriebener gealterter  
Pecorino, 1 Ei, 3 EL Olivenöl Extravergine,  
2 Knoblauchzehen, Salz und Pfeffer nach Geschmack

**Zum Anrichten:** 70 g Butter, 12 Salbeiblätter, geriebener  
gealterter Pecorino

Den Spinat gründlich waschen und ihn, ohne ihn abtropfen  
zu lassen, wenige Minuten bei mäßiger Hitze mit  
einer Prise Salz in einem Topf kochen. Der Spinat gibt so  
genügend Flüssigkeit zum Kochen ab (wenn Sie den Topf  
während des Kochens abgedeckt lassen, bleibt er grüner).  
Abtropfen, mit den Händen ausdrücken und mit einem  
Messer auf einem Holzbrett fein hacken; dann in einer  
Pfanne mit zwei, drei Esslöffeln bereits warmem Öl und

zwei Knoblauchzehen für einige Minuten Geschmack annehmen lassen. In einer Schüssel den Ricotta, den Spinat (sobald er abgekühlt ist), 100 g Mehl, den geriebenen Parmesan, das Ei, Salz und Pfeffer sorgfältig mit einem Holzlöffel vermengen. Aus dieser Mischung mit den Händen und unter Zuhilfenahme eines Löffels ovale Klößchen von ungefähr 3 cm Durchmesser formen. Im übrig gebliebenen Mehl wälzen und auf einem Geschirrtuch (mit Mehl bestäubt) eine Stunde ruhen lassen. Bringen Sie nun reichlich Salzwasser zum Kochen und erhitzen Sie die Butter in einer großen Pfanne mit schwerem Boden. Sobald sie geschmolzen ist und zu schäumen beginnt, fügen Sie die gewaschenen und mit einem Geschirrtuch trocken getupften Salbeiblätter hinzu (je nach Geschmack lassen Sie sie ganz oder schneiden sie in Streifen). Sanft anbraten und die Gnudi in dem kochenden Wasser garen. Wenn sie an die Oberfläche steigen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und vorsichtig in der Pfanne mit der Butter und dem Salbei schwenken. Servieren Sie die Gnudi schön heiß mit reichlich geriebenem Pecorino bestreut.

In der Toskana variiert der Name dieser „Klößchen“ sehr: außer „Gnudi“ (vom antiken toskanischen ignudo, nackt), nennt man sie auch „Malfatti“ (= Misslungene) oder „Strozzapreti“ (= Pfarrerwürger), und wahrscheinlich sind das noch lange nicht alle Namen!

# <<Coniglio in Porchetta>>

(= Mit Fenchel gefülltes Kaninchen)

**Zutaten für 6 Personen:** 1 ganzes Kaninchen (mindestens 1,5 kg), 3 Scheiben durchwachsender Speck (dick geschnitten), 1 Glas Olivenöl Extravergine,  $\frac{1}{2}$  Glas trockener Weißwein, 3-4 Knoblauchzehen, 1 Bund wilder Fenchel (wenn möglich), 1 EL Fenchelsamen (3 EL, wenn Sie keinen frischen Fenchel zur Verfügung haben), Salz und Pfeffer

Als erstes - sollte dies der Fleischer noch nicht für Sie getan haben - säubern Sie das Kaninchen: Entfernen Sie den Kopf, die Innereien und das überschüssige Fett aus dem Inneren. Legen Sie es für etwa eine Stunde in eine geräumige Schüssel mit kaltem Wasser (dadurch wird es zarter). In der Zwischenzeit zwei Scheiben durchwachsenden Speck würfeln und zwei Knoblauchzehen grob zerkleinern. Vermischen Sie in einer kleinen Schüssel drei Teelöffel Salz und einen Teelöffel gemahlener Pfeffer und würzen Sie das Innere des trocken getupften Kaninchens damit (die Menge hängt vom persönlichen Geschmack ab, übertreiben Sie es ruhig ein wenig, wenn Sie würzige Gerichte mögen). Füllen Sie das Kaninchen mit dem Knoblauch und dem Speck sowie mit



dem Wildfenchel (sollten Sie keinen zur Verfügung haben, können Sie auch ein bis zwei Esslöffel getrocknete Fenchelsamen verwenden) und verschließen Sie den Bauch mit einigen Zahnstochern. Den übrigen Knoblauch und Speck fein hacken, mit Salz, Pfeffer und einem Esslöffel Fenchelsamen vermengen, dann mit einem scharfen und spitzen Messer die Schenkel des Kaninchens einschneiden (zwei Einschnitte auf den fleischigeren Stellen der Schenkel) und die Mischung in die Einschnitte füllen. Das Kaninchen nun auch von außen mit ein wenig Salz und Pfeffer würzen und in eine Ofenform legen. Gießen Sie das Öl darüber und schieben Sie es in den auf 180 °C vorgeheizten Backofen. Das Kaninchen von allen Seiten solange anbraten, bis es eine gleichmäßige, goldbraune Farbe angenommen hat (nehmen Sie von Zeit zu Zeit die Form aus dem Ofen, um es besser wenden und mit dem Bratensaft begießen zu können). Nach ungefähr der Hälfte der Kochzeit mit dem Weißwein ablöschen und zurück in den Backofen stellen, um die Flüssigkeit verdampfen zu lassen. Die Kochzeit des Kaninchens beträgt mindestens eine Stunde (kontrollieren Sie ab und zu das Fleisch, indem Sie es mit einer Gabel „prüfen“, ohne wirklich hineinzustecken). Die Form am Ende der Kochzeit aus dem Ofen nehmen, einen kurzen Moment abkühlen lassen, das Kaninchen mit einer Küchenschere halbieren und die Hälften dann in 3-4 Portionen zerteilen. Servieren Sie es schön heiß mit einigen Fenchelzweiglein und dem Speck der Füllung garniert (bevor Sie es zu Tisch bringen, stellen Sie das Kaninchen nochmals für einige Sekunden zurück in den Backofen, um es aufzuwärmen).

Bei uns ist es ein typisches „Sonntagsessen“ und wird mit Kartoffeln serviert (es gilt sogar diejenigen, die die Kartoffeln dem Kaninchen vorziehen, da diese so vorzüglich werden!). Ihre Zubereitung ist einfach: Wenn Sie das Kaninchen aus dem Ofen nehmen, um es mit dem Wein abzulöschen, geben Sie 3-4 groß gewürfelte Kartoffeln hinzu und über diese eine Prise Salz, Pfeffer und Fenchel. Kaninchen und Beilage würzen sich gegenseitig; das gute Gelingen ist garantiert und das Ergebnis exzellent!



# <<Insalata di primavera>>

(= Frühlingsalat)



Zutaten für 4 Personen: 2 Bund grüner, frischer und feiner Spargel (circa 20 Stück), 2 zarte Fenchelknollen, 3 frische, kleine und zarte Artischocken, 200 g in Späne geschnittener Pecorino Abbruciato, 2 Handvoll gemischter, zarter Salat (Feldsalat, Rucola, roter Radicchio), 1 unbehandelte Zitrone, 1 EL Balsamico Bianco,  $\frac{1}{2}$  TL Pfeffer,  $\frac{1}{2}$  fein gehackte, getrocknete Chilischote,  $\frac{1}{2}$  Tasse Olivenöl Extravergine,  $\frac{1}{2}$  Tasse entsteinte, in Öl eingelegte Oliven, 1 EL Pinienkerne, 1 Knoblauchzehe, Salz nach Geschmack

Für die Vinaigrette: In einer großen Schüssel den Knoblauch - geschält, vom inneren Keim befreit, mit einer Gabel zusammen mit einer Prise Salz zerdrückt und zu einer „Creme“ verarbeitet -, den Saft und die Schale einer halben Zitrone (davon nur der gelbe Teil, in feine Streifen geschnitten), den Balsamico Bianco, den Pfeffer und die getrocknete Chilischote vermischen. Zügeln Sie nach und nach das Öl hinzu

und vermengen Sie alles sorgfältig.

Für den Salat: Den unteren, härteren, weißlich-grünen Teil der Spargelstangen abschneiden, den Spargel waschen und 10 Minuten in kochendem Wasser mit einer Prise Salz und ohne Deckel blanchieren, damit er sich nicht verfärbt; abtropfen und abkühlen lassen. Die Artischocken von den harten, äußeren Blättern befreien und 3/4 des Stiels und einen guten Teil der „Spitze“ abschneiden - es sollte nur das zarte „Herz“ übrigbleiben - und 10 Minuten in mit dem Saft einer halben Zitrone gesäuertes kaltes Wasser legen. Die äußeren Blätter und den unteren harten Teil der Fenchelknollen entfernen, waschen, abtropfen lassen und in feine Scheiben schneiden. Zusammen mit den sorgfältig abgetropften und in Schmitze geschnittenen Artischocken und dem in 3-4 Stücke zerteilten Spargel in die Schüssel mit der Vinaigrette geben, das Gemüse mit der Soße vermischen und etwa 10 Minuten lang ziehen lassen. In der Zwischenzeit die Pinienkerne in einer Pfanne bei starker Hitze für einige Augenblicke Farbe annehmen lassen. Nun auch den gewaschenen und „abgetrockneten“ Salat in die Schüssel geben, die Oliven - nach Belieben klein geschnitten - und die gerösteten, abgekühlten Pinienkerne hinzufügen, alles sorgfältig und vorsichtig vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken (1). Auf einem Servierteller anrichten und mit dem Pecorino-Spänen garnieren; sofort auf den Tisch bringen.

(1) Eine weitere leckere „Ergänzung“, die als Setztes hinzugefügt werden kann, ist - falls Sie welche bekommen - eine Handvoll junge, soeben aus den Schoten gelöste Puffbohnen.



## <<Pastiera>> (= Neapolitanischer Ricottakuchen)

Zutaten für eine runde Backform von 30 cm Durchmesser

Für den Mücheteig: 500 g Mehl (und eine Handvoll für die Verarbeitung des Teigs), 200 g Zucker, 200 g Schmalz (oder Butter), 3 Eier (davon 1 Eigelb und 2 ganze Eier), 1 Tüte Vanillezucker, 1 unbehandelte Zitrone

Für die Füllung: 400 g vorgekochter Weizen (es gibt ihn schon gebrauchsfertig zu kaufen), 400 g frischer Ricottakäse von Schaf, 400 g Zucker, 6 Eier (davon 2 ganze und 3 Eigelbe für die Füllung sowie 1 Eigelb, um den Kuchen zu „bepinseln“), 1 unbehandelte Orange, 200 ml Milch (und 1 EL zum „Bepinseln“), 80 g kandierte Orangen, 50 g Schmalz (oder Butter), 2-3 EL Orangenblütenwasser

Die Pastiera ist ein traditioneller neapolitanischer Kuchen, der heute auf der ganzen Halbinsel verbreitet ist. Er ist vielleicht das charakteristischste Symbol der neapolitanischen Backkunst. Wir schlagen ihn in diesem toskanisch-riallinischen Menü vor, weil er als typische Osternachspeise mit Ricotta-Käse zubereitet wird. Und Ricotta ist im April bekanntlich die Hauptzutat bei Vialla.

Häufen Sie das Mehl auf dem Backbrett oder der Arbeitsfläche an, drücken Sie eine Mulde hinein und geben Sie die Eier, den Schmalz (oder die weiche Butter), den Zucker, den Vanillezucker und die abgeriebene Zitronenschale in die Mitte. Verarbeiten Sie das Ganze rasch und mit möglichst kalten Händen, bis Sie eine glatte Kugel erhalten (sollte der Teig zu sehr an den Händen kleben bleiben, behelfen Sie sich mit etwas Mehl). Den Teig mindestens zwei Stunden in Frischhaltefolie gewickelt im Kühlschrank ruhen lassen. In der Zwischenzeit bereiten Sie die Füllung der Pastiera zu: Sassen Sie den Weizen mit der Milch, der in kleine Würfel geschnittenen kandierten Orange und dem Schmalz (oder der Butter) ca. 10 Minuten lang in einem Töpfchen bei niedriger Hitze köcheln, wobei Sie von Zeit zu Zeit umrühren. Sobald eine Art „Creme“ entstanden ist vom Herd nehmen und abkühlen lassen. Streichen Sie dem Ricotta durch ein Sieb in eine Schüssel und vermengen Sie ihn mit dem Zucker, den Eiern, der abgeriebenen Orangenschale und dem Orangenblütenwasser. Fügen Sie die abgekühlte „Weizencreme“ hinzu und rühren Sie gut um, damit sich alle Zutaten verbinden. Nehmen Sie nun den Mürbeteig aus dem Kühlschrank und schneiden Sie ungefähr ein Viertel davon ab, um daraus später die Streifen über der Füllung zuzubereiten. Rollen Sie den restlichen Teig mit dem Nudelholz auf einem Stück Backpapier aus. Geben Sie dem Teig eine mehr oder weniger „runde“ Form, die ca. 3 cm größer als die Backform sein sollte. Heben Sie nun den Teig mit Hilfe des Backpapiers hoch und „stürzen“ Sie ihn in die schon eingefettete und bemehlte Form. Entfernen Sie das Backpapier, drücken Sie den Teig an den Rand der Form an und schneiden Sie die überschüssigen Stücke ab. Mit einer Gabel kleine Löcher in den Mürbeteig stecken, damit er sich während des Backens nicht aufbläht. Nun die Füllung auf den Teig geben und glattstreichen. Nehmen Sie den beiseitegelegten Teig und rollen Sie ihn ca. 3 mm dick aus. Schneiden Sie ihn in 2 cm breite Streifen und ordnen Sie diese „gitterförmig“ auf der Füllung des Kuchens an. Schlagen Sie ein Eiweiß mit einem halben Eiweiß und einem Esslöffel Milch auf und bürsteln Sie die Teigstreifen mithilfe eines Küchenpinsels damit; so bekommen sie beim Backen eine schöne, goldbraune Farbe. Für ca. 1 Stunde in den auf 180 °C vorgeheizten Backofen schieben. Prüfen Sie mit einem Zahnstocher, ob das Innere gestockt ist: Es sollte jedoch gleichzeitig weich und cremig bleiben. Die Pastiera aus dem Backofen nehmen und mindestens einen Tag ruhen lassen; mit Puderzucker bestäubt in ihrer Backform servieren.