



PRIMAVERA FRÜHLING

BLÜHENDE WIESEN, STILLE AM SEE, BUNTES MARKTGETÜMMEL.
FISCHE, MUSCHELN, PRALLE KIRSCHEN, DAS ERSTE GEMÜSE
UND VIELES MEHR...

WIE GERNE WÜRDEN MAN JETZT AUF DER PIAZZA EINER ITALIENISCHEN STADT SITZEN
UND SICH SEIN GEMÜT ERWÄRMEN LASSEN.

DIE ITALIENISCHE VITALITÄT
IST DAS THEMA DES HEUTIGEN ABENDS



MENU



SALVIA FRITTA FARCITA



TAGLIATELLE ALLO ZAFFERANO,
CARBONARA DI ASPARAGIE, GUANCIALE ED ERBE AROMATICHE



POLLO ALLA CONTADINA

COTORNI :

PATATE AL LIMONE

CAROTE AL BALSAMICO

ASPARAGI VERDI FRITTI



SOUFFLÉ DI FRAGOLE CON SALSA DI ARANCE

STUZZICHINI

Salvia frita farcita

Mit Sardellen und Pecorino gefüllte, frittierte Salbeiblätter

Menge: 16 gefüllte Salbeiblätter

32	Salbeiblätter (die grösseren Blätter auswählen)
40 g	Junger Pecorino
2	Sardellen, ab gespült
5	Kapern
40 g	Reismehl
	Meersalz (nach Belieben)
	Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
	Natives Olivenöl extra



Die Salbeiblätter abspülen und mit Küchenpapier abtrocknen.

Den Käse zusammen mit Sardellen und Kapern zu einer mittelfeinen Paste mixen und diese eventuell leicht salzen (aber die Paste müsste salzig genug sein).

Die Paste auf 16 Salbeiblätter verteilen, jedes Salbeiblatt mit jeweils einem weiteren Salbeiblatt wie ein Sandwich abdecken und beide Blätter zusammendrücken.

Das Reismehl mit etwa 70 ml Wasser zu einem flüssigen Teig, der einem Pfannenkuchenteig ähnelt, verrühren und diesen mit etwas Pfeffer abschmecken. Einen grossen Teller mit Küchenpapier belegen.

In einer Pfanne das Öl erhitzen.

Nun jedes Salbeisandwich vorsichtig durch den Teig ziehen, Teig etwas abtropfen lassen, die gefüllten Blätter sofort in die Pfanne geben und von beiden Seiten anbraten.

Blätter aus der Pfanne nehmen und auf dem Küchenpapier abtropfen lassen.

Die Salbeiblätter sollten warm gegessen werden.

Salbei-Kartoffelchips

2-3	Kartoffeln mehligkochend
einige	Salbeiblätter
	Salz und Pfeffer

Dafür rohe mehligkochende Kartoffeln in sehr feine Scheiben schneiden bzw. hobeln, je ein Salbeiblatt auf einer Kartoffelscheibenseite andrücken und die Kartoffelscheiben in heissem Öl zuerst auf der Salbeiseite braten und wenden.

Mit Salz und Pfeffer würzen und zusammen mit den gefüllten Salbeiblättern servieren.

IL PRIMO

Tagliatelle allo zafferano, carbonara di asparagi, quanciale ed erbe aromatiche

Tagliatelle mit Safran, Spargel-Carbonara, Guanciale und Kräuter

Menge für 4 Personen

Ca. 40	Safranfäden
1 EL	Lauwarmes Wasser
150 g	Weissmehl
70 g	Hartweizengriess
2	Eier
400 g	dünne grüne Spargeln
100 g	Guanciale (alternativ normaler Speck)
Viel	Kräutern (z.B. Basilikum, glatte Petersilie, Thymian, Oregano, Majoran, Bohnenkraut)
3	Eigelb
150 g	Saurer Halbrahm
70 g	Extrahartkäse, gerieben
½	Zitrone, fein abgeriebene Schale
1 EL	Zitronensaft
Viel	Grob gemahlener Pfeffer
1	Knoblauchzehe



Safranfäden 15 Min. im Wasser einweichen.

Mit Weissmehl, dem Hartweizengriess und den Eiern den Pasta-Teig zubereiten.

Die Spargeln von den holzigen Enden befreien, die Stangen schräg in Stücke schneiden, die Spitzen ganz lassen.

Den Guanciale in feine Streifen schneiden und die Kräuter grob hacken.

Das Eigelb mit dem Halbrahm, dem Extrahartkäse und der Zitronenschale verrühren, mit Salz und viel grob gemahlenem Pfeffer abschmecken.

Teig in 1 mm dünn auswallen und Tagliatelle herstellen.

In einer grossen Bratpfanne die Guanciale-Streifen bei mittlerer Hitze langsam knusprig braten. Spargelstücke dazugeben.

Die Knoblauchzehe dazupressen, leicht salzen.

Spargel bei mittlerer Hitze ca. 3 Min. gabelart dünsten

Die Kräuter zugeben, alles mischen, salzen und Pfanne vom Herd nehmen.

Tagliatelle in Salzwasser ca. 1 Min. al dente kochen, abgiessen.

Pasta, etwas Kochwasser und Sauce zum Spargel geben und unter Rühren nochmals kurz erhitzen.

Vorsicht: Ei darf nicht Stocken.

Auf dem Teller verteilen und mit frisch geriebenem Extrahartkäse servieren.

IL SECONDO

Pollo alla contadina

Poulet nach Bäuerinnenart

Menge für 4 Personen

- | | |
|------------|---|
| 1 | Bratpoulet von 1,2 bis 1,5 kg ohne Innereien |
| 2 | Knoblauchzehen, geschält, fein gehackt |
| ½ | Weisse Zwiebel, fein gehackt |
| ½ Handvoll | Rosmarin, fein gehackt |
| Einige | Salbeiblätter, fein gehackt |
| 2 EL | Olivenöl |
| 1/8 l | Trockener Weisswein |
| 1/4 l | Geflügelbrühe |
| 1 | Getrockneter Peperoncino, zerkrümelt (frischen in feine Scheiben geschnitten) |
| | Salz |
| | Pfeffer aus der Mühle |



Das Poulet in 8 Stücke zerschneiden, unter fließendem Wasser waschen und mit Küchenpapier trocknen. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

In einer Sauteuse Knoblauch, Zwiebel, Rosmarin und Salbei mit Olivenöl etwa 5 Minuten sanft bräunen.

Die Hälfte davon in einen Schmortopf geben und die Pouletstücke darin während etwa 15 Minuten rundherum anbraten, dabei stetig wenden. Dann mit dem Weisswein ablöschen und den Alkohol verdunsten lassen.

Den Peperoncino beifügen und das Geflügel etwa 30 Minuten schmoren lassen; verdampfte Flüssigkeit von Zeit zu Zeit durch etwas Geflügelbrühe ersetzen.

Das Geflügel auf vier vorgewärmten Teller anrichten und die restliche Kräuter-Gewürz-Mischung darüberstreuen.

Tipp:

Variante mit Pouletunterschenkel

Nach Anbraten Haut ablösen.

Haut in Backofen trocken

Haut als Dekoration verwenden.

I COTORNI

Patate al limone

Zitronenkartoffeln

Menge für 4 Personen

1.5 kg	Kartoffeln, am besten junge Kartoffeln
1 dl	Olivenöl
1 dl	Hühnerbouillon
0.6 dl	Zitronensaft
3	Knoblauchzehen, fein gehackt
1 EL	Oregano getrocknet
	Frischer Oregano
	Salz und Pfeffer



Die Kartoffeln rüsten, schälen und in Stücke schneiden. Neue Kartoffeln nicht schälen.
Die Kartoffeln in eine grosse Backform geben.
Mit dem Olivenöl, dem Salz, Pfeffer und dem getrockneten Oregano vermischen.
Anschliessend alles 20 Minuten im 200 Grad heissen Backofen rösten.

Danach den Zitronensaft und Bouillon dazugeben und alles nochmals 20 Minuten rösten,
bis die Kartoffeln die Flüssigkeit aufgesogen haben und gar, knusprig und golden sind.

Mit etwas frischem Oregano und Fetakäse garnieren und servieren.

Asparagi verdi fritti

Gebratener grüner Spargeln

Menge für 4 Personen

2 Bund	Grüne Spargel
4	Knoblauchzehen
4 EL	Olivenöl
2 Prise	Salz
2 Prise	Pfeffer aus der Mühle
2 Prise	Zucker
2 Schuss	Balsamicoessig



Den grünen Spargel nicht schälen, nur die holzigen Enden abschneiden.
Den Knoblauch schälen und in ganze Stücke belassen.

Etwas Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und den Spargel ca. 4 Minuten rundherum anbraten.
Knoblauch hinzufügen und die Hitze zurückdrehen – weitere 5 Minuten braten – bis das Gemüse ein wenig Farbe angenommen hat.

Dann noch ein paar halbierte Cocktailtomaten in die Pfanne geben, ein wenig Zucker und Balsamicoessig hinzufügen und kurz ziehen lassen.

Zum Schluss den Spargel ein wenig mit Salz und Pfeffer würzen.

Carote al balsamico

Balsamico Karotten

1 kg	Karotten (Bio)
2 EL	Kräuterbutter
50 ml	Aceto Balsamico di Modena I.G.P
1 TL	Aceto Balsamico Tradizionale di Modena D.O.P.
2 EL	Zucker
2 EL	Honig
1 Prise	Salz und Pfeffer



Die Karotten waschen und schälen.

Die Karotten entweder in längliche Streifen oder in kleine Stücke schneiden.

Die Karotten ca. 8 Minuten in einem Topf mit leicht gesalzenem Wasser kochen.

Butter in der Pfanne schmelzen lassen, den Honig zu den Karotten geben und dann den Zucker hinzufügen bis der Zucker goldgelb ist.

Die geschnittenen, gekochten Karotten hinzufügen und anbraten.

Jetzt den Balsamico (I.G.P.) hinzufügen und weiter die Karotten mit dem Balsamico ca. 2 Minuten lang in einer beschichteten Pfanne anbraten.

Nun noch eine Prise Salz und Pfeffer hinzufügen und dann servieren.

Zum Servieren einen Teelöffel Aceto Balsamico Tradizionale di Modena D.O.P. als finaler Abschluss über die fertig zubereiteten, warmen Karotten träufeln

IL DOLCE

Soufflé di fragole con salsa di arance

Erdbeeren-Soufflé mit Orangensauce

Menge 4 Personen

250 g Erdbeeren
80 g Zucker
4 EL Wasser (evtl.)
1 Prise Salz
4 Eiweiss

Sauce

Saft von 4 Orangen



Die Erdbeeren mit 40 gr. Zucker und evtl. dem Wasser 8 Minuten im Wasserbad erwärmen.
4 Souffléförmchen mit Butter ausstreichen und die Form mit Zucker auskleiden, so dass bis zum Rand lückenlos bestreut ist.
Den restlichen Zucker aus der Form schütten.

Den übriggebliebenen Zucker zusammen mit 1 Prise Salz und dem Eiweiss zu einem festen Eischnee schlagen.

Die Erdbeermasse vorsichtig unter den Eischnee heben und in die Förmchen füllen, einen Fingerbreit unter dem Rand freilassen.

Im Ofen ca. 20 - 25 Minuten bei 160 Grad backen.

Unterdessen die Sauce zubereiten:

Den Saft der Orangen mit wenig Zucker bei grosser Hitze eindicken lassen.
Das Soufflé mit der Sauce begiessen und sofort servieren.

Tipp:

Das Geheimnis eines guten Soufflés liegt im strengen Einhalten der Zubereitungszeiten und in der richtigen Abfolge der einzelnen Arbeitsgänge.