

# Ricette vialline di Suglio



## Rezepte mit Erzeugnissen von La Vialla.....

Ein nach Savendel und Zitronen duftender Aperitif öffnet leckeren Gerichten die Tore wie einem Omelett mit Wildfenchelpesto, einem Tintenfischsalat und vielem mehr...



## <<Aperitivo con limone, miele e lavanda>>

(= Aperitif mit Zitrone, Honig und Lavendelblüten)

**Zutaten für 4-5 Personen:** 1 Flasche trockener Weißwein, 1 unbehandelte Zitrone, 1 EL Tausendblumenhonig,  $\frac{1}{2}$  EL getrocknete Lavendelblüten, 35 g Zucker,  $\frac{1}{2}$  Glas Wasser

Geben Sie die abgeriebene Zitronenschale und den ausgepressten Saft in ein kleines Töpfchen mit schwerem Boden. Fügen Sie den Honig, die Lavendelblüten, den Zucker und das Wasser hinzu, vermengen Sie alles und lassen Sie das Ganze bei mittlerer bis geringer Hitze etwa 20 Minuten lang köcheln. Rühren Sie hin und wieder mit einem Holzlöffel um, damit der Sirup nicht am Topfboden ansetzt. Dann vom Herd nehmen und über Nacht ruhen lassen.

Am Tag darauf durch ein feines Sieb in eine Karaffe geben und den Wein angießen. Umrühren und etwa zwei Stunden in den Kühlschrank stellen. Servieren Sie diesen ungewöhnlichen, aber köstlichen und für die warme Jahreszeit idealen Aperitif unbedingt gut gekühlt. Sollten Sie etwas „Selbfteres“ bevorzugen, bereiten Sie ihn mit einem Perlwein wie dem Mussantino zu oder (warum nicht?!) bringen Sie gleich zwei Versionen zu Tisch: Sie werden sehen, dass alle beide ein Riesenerfolg sein werden!



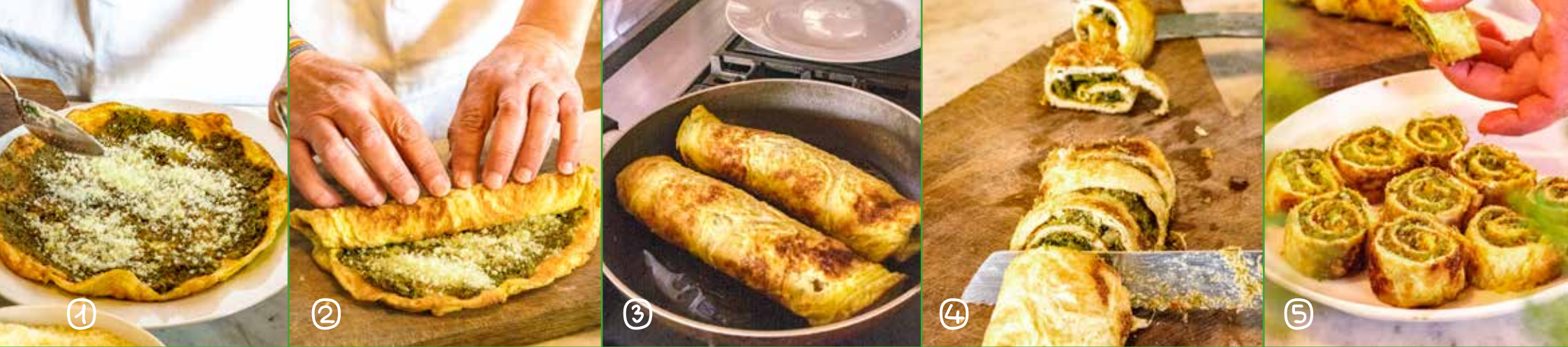
## <<La Frittata con Pesto al Finocchietto e Pecorino>>

(= Mit Wildfenchelpesto und Pecorino gefülltes Omelett)

**Zutaten für 3-4 Personen:** 5 Eier, 7-8 EL Olivenöl Extravergine, 4 EL grob geriebener Pecorino Abbruciato (oder Parmesan), 5 getrocknete Tomaten, 4 EL Wildfenchelpesto\*, Salz

\*Um das Wildfenchelpesto selbst zuzubereiten: 250 g Wildfenchel (noch nicht geputzt), 40 g getrocknete Tomaten, 12 EL Olivenöl Extravergine, 15 g Pinienkerne, 1 EL Rosinen, 1 EL Karpfen, 1 Knoblauchzehe,  $\frac{1}{2}$  kleine Zwiebel, 1 TL Balsamessig, 1 EL Weißwein, 2-3 Stängel Petersilie,  $\frac{1}{2}$  getrocknete Chilischote, Salz und Pfeffer

Für das Wildfenchelpesto: Die Rosinen 10 Minuten in warmem Wasser einweichen, abtropfen lassen, mit den Händen gut ausdrücken und trocken tupfen. Die „Blätter“ des Wildfenchels und der Petersilie von den Stängeln zupfen, waschen und mit Küchenpapier ebenfalls trocken tupfen. Dem Wildfenchel zusammen mit allen anderen Zutaten außer dem Öl grob hacken; dann das Ganze im Mixer pürieren. Die Mischung in eine nicht zu große Schüssel ge-



ben und tropfenweise und unter ständigem Rühren das Olivenöl hinzufügen, bis eine glatte und cremige Soße entstanden ist: das „Pesto al Finocchietto“! Die Eier in einer Schüssel mit einer großzügigen Prise Salz etwa eine Minute lang aufschlagen. Zwei Esslöffel Öl in einer kleinen Pfanne (von ca. 18 cm Durchmesser) mit schwerem Boden erhitzen und, sobald es schön heiß ist, die Hälfte der verquirlten Eier hineingeben. Rütteln Sie ein wenig an der Pfanne und kippen Sie sie etwas, damit das Ei gut gart. Das Omelett auf einen Teller gleiten lassen und zusammen mit einem weiteren Esslöffel Öl erneut in die Pfanne geben, um auch die andere Seite zu garen. Wiederholen Sie den Vorgang, um das zweite Omelett zuzubereiten. Beide Omeletts auf einen Teller legen, jeweils mit zwei Esslöffeln Pesto<sup>1</sup> bestreichen, mit zwei Esslöffeln geriebenem Pecorino bestreuen ① und aufrollen ②. Wieder in die mit etwas Öl eingefettete Pfanne geben ③, mit einem Deckel verschließen und bei schwacher Hitze 3 bis 4 Minuten weitergaren, bis der Pecorino schmilzt. Die Omeletts ein wenig abkühlen lassen, auf ein Schneidebrett legen, in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden ④ und auf einen Servierteller legen ⑤. Servieren Sie dieses appetitliche Gericht (das Rezept stammt von Francos Mutter!) heiß oder lauwarm und garnieren Sie es mit in Streifen geschnittenen getrockneten Tomaten.

<sup>1</sup> Übrig gebliebenes Pesto kann einige Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden; „versiegeln“ Sie es mit einer dünnen Schicht Olivenöl Extravergine und verwenden Sie es, um Pasta, gegrilltes Gemüse usw. .... zuzubereiten.



## <<Trofie al Pesce Spada, Pomodorini e Melanzane>>

(= Trofie mit Schwertfisch,  
Kirschtomaten und Auberginen)

**Zutaten für 4 Personen:** 400 g Trofie (oder Penne Rigate), 300 g in Scheiben geschnittener Schwertfisch, 300 g frische Kirschtomaten (oder „Bombolino-Tomaten“ nature aus dem Glas), 300 g Auberginen, 1 Knoblauchzehe, 3 EL Olivenöl Extravergine + circa 500 ml zum Ausbacken der Auberginen, 5-6 Basilikumblätter,  $\frac{1}{4}$  Glas trockener Weißwein, Salz

Entfernen Sie den Stiel der Aubergine, waschen Sie sie und schneiden Sie sie in Würfel. Diese ausgebreitet in ein Nudelsieb geben, grobes Salz darüber streuen, einen Teller darauflegen, den Sie mit einem Gewicht beschweren, und das Gemüse etwa eine Stunde lang „ausweinen“ lassen. Waschen und vierteln Sie in der Zwischenzeit die Kirschtomaten (falls Sie „Bombolino-Tomaten“ aus dem Glas verwenden, lassen Sie diese ganz und tropfen sie



nur ab) und legen Sie sie beiseite. Die Schwertfischscheiben unter fließendem Wasser waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und in Würfel schneiden ①. Die Auberginenstückchen sorgfältig abspülen, um das Salz zu entfernen, ausdrücken, mit einem Geschirrtuch trocken tupfen und in schön heißem Öl ausbacken. Sobald Sie eine goldbraune Farbe angenommen haben, herausnehmen ②, auf saugfähigem Papier abtropfen lassen und beiseitestellen. Füllen Sie einen Topf möglichst mit bereits heißem Wasser, bringen Sie es zum Kochen, salzen Sie es und geben Sie die Nudeln hinein. Die Knoblauchzehe schälen und im Ganzen in einer großen Pfanne in 3 Esslöffeln Olivenöl andünsten; sobald sie Farbe angenommen hat, entfernen und sofort die Schwertfischstückchen in die Pfanne geben. Garen Sie den Fisch ein paar Minuten lang bei mittlerer Hitze und löschen Sie dann mit dem Wein ab, den Sie vollständig verdampfen lassen. Fügen Sie nun die Tomaten hinzu, rühren Sie um, und geben Sie nach etwa 2 Minuten auch die bissfest abgegossenen Nudeln in die Pfanne. Schwenken Sie das Ganze etwa eine Minute, stellen Sie dann den Herd ab und geben Sie die warm gehaltenen Auberginen ③ und die Basilikumblätter darüber... Noch einmal gut umrühren und sofort zu Tisch!



## <<Il Polpo con le Patate e i Carciofini>>

(= Tintenfisch mit Kartoffeln  
und eingelegten Artischocken)

**Zutaten für 4 Personen:** 1 Tintenfisch (etwa 600-800 g), 600-800 g Kartoffeln (in jedem Fall das gleiche Gewicht wie das des Tintenfischs), 1  $\frac{1}{2}$  unbehandelte Zitronen, 1 Sorbeerblatt, 1 Gläschen „Carciofini Trifolati“ zu 135 g (oder mehr, wenn sie ein geschmacksintensiveres Gericht bevorzugen), 1 Sträußchen Petersilie, 3-4 EL Olivenöl Extravergine, Salz und Pfeffer

Beginnen wir mit einem Geheimtipp: Damit Tintenfisch schön zart wird, sollte man ihn mindestens eine Nacht lang einfrieren. Es handelt sich um ein Tier, das zu 80% aus Wasser besteht; durch das Einfrieren quillt es auf, sodass die Fasern aufbrechen und das Fleisch nach dem Auftauen weicher wird. Setzen Sie zwei Töpfe mit reichlich Wasser auf, einen für die Kartoffeln und einen schön großen für den Tintenfisch. Sobald das Wasser kocht, die gewaschenen, aber nicht geschälten Kartoffeln zusammen mit einer Prise Salz hineingeben; in den anderen Topf das Sorbeerblatt und die in 8 Schnitze geschnit-



tene Zitrone geben. Nun zunächst die Zentakel 2- bis 3-mal in das siedende Wasser tauchen ①, dann den gesamten Tintenfisch hineingeben, eine Prise Salz hinzufügen und bei niedriger Hitze etwa 20 bis 25 Minuten garen (für ein halbes Kilo Tintenfisch berechnet man 20 Minuten). Nach Ablauf dieser Zeit den Herd abstellen und den Tintenfisch in seinem Kochwasser abkühlen lassen. Wenn die Kartoffeln (auf den Punkt genau!) gar sind, abgießen und, sobald sie lauwarm sind, pellen und in große Würfel schneiden. Den abgekühlten Tintenfisch aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und in Stückchen schneiden ②. Den „Fisch“ und die Kartoffeln – beide noch lauwarm – sowie den Inhalt eines Gläschens (oder zwei) der eingelegten Artischocken mit Kräutern auf einen relativ tiefen Servierteller geben ③. Mit dem Saft einer halben Zitrone anmachen, gut umrühren und gegebenenfalls mit Öl, Salz und etwas Pfeffer abschmecken. Alles sorgfältig vermengen und mit einem Deckel zugedeckt 10-15 Minuten ruhen lassen, damit das Ganze Geschmack annimmt. Die gewaschene und trocken getupfte Petersilie fein hacken und im Moment des Servierens über das – noch lauwarme – Gericht streuen ④.



## <<Insalatona di Luglio>>

(= Julisalat)

**Zutaten für 6-8 Personen:** 400 g Kopfsalat, 400 g grüne Bohnen, 400 g Kartoffeln, 400 g Karotten, 400 g Tomaten, 3 Eier, 5-6 Basilikumblätter, grobes Salz

**Für das Dressing:** 8-9 EL Olivenöl Extravergine, Salz und Pfeffer, 2 EL Balsam- oder Weinessig, je nach Geschmack

Nach dem Entfernen der beiden „Spitzen“ die grünen Bohnen sorgfältig waschen, die Kartoffeln schälen, waschen und beide zusammen in reichlich Salzwasser kochen (so sparen Sie Zeit, Wasser, Töpfe und... Mühe). Aufgrund der unterschiedlichen Kochzeit der beiden Gemüsesorten die Bohnen hin und wieder kosten (sie werden schnell gar) und mit einem Schaumlöffel aus dem Topf „fischen“, sobald sie gar, aber noch bissfest sind. Die Kartoffeln abgießen, bevor sie zu weich werden (sie sollten noch schön fest sein), abkühlen lassen und in große Würfel schneiden. Nun die Eier in ein Töpfchen mit kochendem Wasser gleiten und 10 Minuten köcheln lassen; unter fließendem Wasser abschrecken, abgießen und abkühlen lassen. Dann die Eier schälen und in 4 Schnitze teilen. Die Tomaten waschen, putzen und ebenfalls in Schnitze schneiden. Den Kopfsalat sorgfältig waschen, trocknen, zerkleinern (am besten mit den Fingern) und in eine Salatschüssel oder einen tiefen Servierteller geben. Die Karotten putzen und fein hobeln. Die verschiedenen Zutaten farblich abwechselnd in der Schüssel anordnen: den Salat als „Bett“, darauf die Karotten und grünen Bohnen, dann die Kartoffeln und Tomaten und zuletzt die Eierschnitze. Streuen Sie das mit den Fingern zerpfückte Basilikum über den Salat und machen Sie ihn mit einem Dressing aus Salz, Pfeffer, Essig (je nach Geschmack, auch Balsamico Bianco passt wunderbar) und natürlich Olivenöl Extravergine an!



## <<La Torta di Pesche alla Ricotta e al Mascarpone>> (= Pfirsichkuchen mit Ricotta und Mascarpone)

Zutaten für eine runde Springform von 24 cm Durchmesser: 280 g Mehl, 200 g Zucker, 4 Eier, 125 g frischer Ricotta vom Schaf, 125 g Mascarpone, 3 reife, aber feste unbehandelte Pfirsiche (wenn sie klein sind, 4 Stück),  $\frac{1}{2}$  unbehandelte Zitrone, den Abrieb, 1 Tütchen Backpulver, Puderzucker, 1 walnussgroßes Stück Butter zum Einfetten der Backform

Die Eier, den Zucker und die abgeriebene Zitronenschale von Hand oder (bequemer!) mit dem Mixer aufschlagen. Nach und nach den durch ein Sieb gedrückten Ricottakäse, den Mascarpone, das durchgeseibte Mehl und dann auch das Backpulver unter ständigem Rühren hinzufügen. Waschen und schälen Sie einen Pfirsich (oder zwei, falls sie klein sind) und schneiden Sie ihn in kleine Stücke, die Sie zu der Mischung geben; rühren Sie sorgfältig um, bis eine homogene Masse entsteht, die Sie in die mit Butter eingefettete und mit Mehl bestäubte Form „gießen“. Nachdem Sie sie sorgfältig gewaschen haben, schneiden Sie die beiden übrigen Pfirsiche ungeschält in feine Scheiben, die Sie wie eine Blume auf der Oberfläche des Kuchens arrangieren: Bilden Sie drei konzentrische Kreise, wobei Sie die Scheibchen mit der Seite der Schale nach außen hin anordnen. Im auf 180 °C vorgeheizten Backofen 45 Minuten backen (kontrollieren Sie, dass der Kuchen nicht zu viel Farbe annimmt und decken Sie ihn gegebenenfalls mit Alufolie ab). Prüfen Sie nach Ablauf dieser Zeit den Gargrad mit einem Zahnstocher: Stechen Sie ihn in die Mitte des Kuchens; wenn der Zahnstocher trocken herauskommt, ist der Kuchen fertig. Sobald er abgekühlt ist, aus der Form nehmen und mit Puderzucker bestreuen.