

Ricette vialline di Maggio



Rezepte mit Erzeugnissen von La Vialla.....

Endlich Frühling! Vorweg ein „Rossini“ mit frischen Erdbeeren, um den Appetit anzuregen... knusprige frittierte Artischocken, ein vorzüglicher Brotauflauf mit Brokkoli, gefolgt von der klassischen, typisch toskanischen Tagliata und „Baccalà alla Maremmena“. Zum süßen „Ende“ ein köstlicher Streuselkuchen mit Erdbeerkonfitüre...



<<Rossini alla maniera de La Violla>> (= „Rossini“ nach La-Violla-Art)

Zutaten für 4 Personen: 450 g frische Erdbeeren (sowie eine Handvoll für die Dekoration), 60 ml Zitronensaft (ca. 2 Zitronen), 120 ml Orangensaft (ca. 2 Orangen), 2 EL Rohrzucker, 12 Eiswürfel

Die Erdbeeren vorsichtig waschen und abtrocknen. Dann die Blättchen und den Stiel entfernen. Grob zerkleinern und zusammen mit den anderen Zutaten in einen Mixer geben. Zu einem Püree verarbeiten und in eine Karaffe gießen. Servieren Sie den Rossini sofort, bevor das Eis vollkommen schmilzt, und verzieren Sie die Karaffe und die Gläser mit „ganzen“ Erdbeeren, die Sie an der Spitze einschneiden und auf dem Rand oder auf einen Holzspieß stecken. Ein leckerer Multivitaminmix für einen (wirklichen) Toast auf die Gesundheit... natürlich passt je nach Geschmack auch etwas Sekt sehr gut dazu!...



<<Carciofi fritti>>

(= Frittierte Artischocken)

Zutaten für 4-5 Personen: 8 Artischocken, 200 g Mehl, 200 ml Mineralwasser ausreichend Olivenöl (zum Frittieren), 2 Zitronen, Salz

Eine Schüssel mit Wasser füllen, den Saft der beiden Zitronen hineingeben und die ausgedrückten Zitronenhälften mit hinzufügen. Mit einem scharfen Messer den Stiel der Artischocke abschneiden und dabei ein etwa 5 cm langes Stück davon lassen. Nun ziehen Sie mit den Händen die härteren, äußeren Blätter ab, entfernen die Spitze und schneiden rundherum von oben nach unten den äußeren Teil ab. Dann schälen Sie den Stiel. Wie man sieht, ist der Umfang der „behandelten“ Artischocke nach dem Putzen bedeutend geringer. Das soll allerdings so sein. Man muss zum „Herzen“ dieses Gemü-

ses vordringen. Den „Kopf“ mit einer der ausgedrückten Zitronen einreiben und dann die Artischocke halbieren. Sollten sich im Inneren die feinen Härchen befinden, entfernen Sie auch diese. Nach und nach die geputzten Artischocken in das vorbereitete Wasser mit den Zitronen geben. Nach 10-15 Minuten abgießen, mit Küchenpapier trocken tupfen und nochmals halbieren.

Dann den Teig zubereiten: Das Mehl in eine Schüssel geben und unter ständigem Rühren mit dem Schneebesen langsam das Mineralwasser dazugeben, bis Sie einen relativ flüssigen, gleichmäßigen und glatten Teig erhalten haben. Nun ausreichend Olivenöl in einer Pfanne mit hohem Rand erhitzen. Die Artischockenschnitze sorgfältig mit Küchenpapier trocken tupfen, damit es beim Frittieren keine kochend heißen Spritzer gibt. Dann in den Teig geben, sorgsam darin wenden und frittieren, sobald das Öl schön heiß ist. Machen Sie die Probe mit einem Stückchen Brot: Wenn es sofort zu brutzeln beginnt, ist es heiß genug. Während des Frittierens die Artischocken ein, zwei Mal vorsichtig wenden und nach und nach die Hitze etwas reduzieren, damit sie auch im Inneren gar werden und außen nicht verbrennen. Wenn sie schön goldgelb sind, mit einem Schaumlöffel aus der Pfanne nehmen und zum Abtropfen auf Küchenpapier legen. Salzen und schnellstens ganz heiß servieren. Wie auch immer Sie Artischocken zubereiten, (gut!) frittiert sind sie eine unvergessliche Köstlichkeit.



<<Pasticcio di Pane, Broccoli Trifolati e Pecorino>>

(= Brotauflauf mit gedünstetem Kräuter-Brokkoli und Pecorino)

Zutaten für 4 Personen, Für die „Broccoli Trifolati“ (1): 800 g Brokkoli, 3 EL

Olivener Öl Extra vergine, 1 Knoblauchzehe, 1 Sträußchen Petersilie, 1 EL Weinessig, 1 Chilischote, 1 unbehandelte Zitrone, Salz, Pfeffer

300 g altbackenes toskanisches Weißbrot (um es selbst zuzubereiten, siehe nächstes Rezept), 500 ml Vollmilch, 350 g junger Pecorino, 2 Eier, 30 g geriebener reifer Pecorino, 20 g Butter, 2 EL Olivenöl Extra vergine, $\frac{1}{2}$ TL Muskatnuss, Salz, Pfeffer

Zunächst den Brokkoli zubereiten: Das Gemüse waschen und putzen, die zartesten

Teile, die Röschen, abtrennen und 5 Minuten in kochendem Salzwasser blanchieren, in das Sie auch die in Spalten geschnittene Zitrone „getaucht“ haben. 3 Esslöffel Öl zusammen mit der Chilischote und der fein gehackten Knoblauchzehe in einer Pfanne mit schwerem Boden erhitzen. Die Röschen abgießen, in die Pfanne geben und mit Salz, Pfeffer und dem Essig würzen. Umrühren und etwa 15 Minuten dünsten, dann den Herd ausstellen und die gewaschenen, trocken getupften und fein gehackten Petersilienblättchen sowie einen „Schuss“ rohes Öl darüber geben und beiseitestellen.

Das Brot in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Eier mit einer Prise Salz, etwas Pfeffer und ein wenig Muskatnuss in einer Schüssel verquirlen; die Milch hinzufügen und alles sorgfältig miteinander aufschlagen. Die Brotscheiben in die Mischung tauchen und eine davon in eine gebutterte Auflaufform legen (schrägstehend und auf dem kürzeren Rand aufliegend), eine Scheibe jungen Pecorino und zwei Löffel gedünsteten Brokkoli darauf geben und dann so fortfahren, wobei Sie die Zutaten auf diese Weise abwechseln. Mit dem geriebenen Pecorino bestreuen, etwas Öl darüber träufeln und für 20-25 Minuten in den auf 190 °C vorgeheizten Backofen schieben. Vor dem Servieren 10-15 Minuten ruhen lassen.



<<Pane toscano>>

(= Das toskanische Brot)

Zutaten: 500 g Mehl, 25 g Bierhefe, 300 ml lauwarmes Wasser

Das toskanische Brot, das „echte“, ist lecker und auch in Italien, unter den vielen anderen Brotsorten der verschiedenen Regionen, für eine einzigartige Eigenschaft berühmt: Es ist ungesalzen. Der Brauch, das Brot nicht zu salzen, wird auf das 12. Jahrhundert zurückgeführt, als die Rivalität zwischen Florenz und Pisa dazu führte, dass die Seerepublik Pisa ein waschechtes „Embargo“ auf das Salz (zu jener Zeit ein kostbares Gut) gegen die Städte im Landesinneren verhängte. Die aus Notwendigkeit heraus entstandene Sitte war bereitwillig angenommen worden, und auch in späteren Epochen kehrte das Salz nicht in das Brot von Florenz und der ganzen Toskana zurück. Davon abgesehen ist es ein perfekter Begleiter der toskanischen Küche, die sich durch sehr würzige Speisen auszeichnet (Wurst, Braten, Fleischartöpfe, Wild, schmackhafte Gemüse- oder Fischsuppen...), und seitdem blieb das toskanische Brot ohne Salz.

Am Abend vor dem Zubettgehen in einer Schüssel 50 g Mehl, die zerbröckelte Hefe und einen Finger breit warmes Wasser (mindestens 37 °C) zu einem weichen Teig verarbeiten. Abdecken und über Nacht an einem warmen Ort gehen lassen. Am Morgen das restliche Mehl auf dem Tisch anhäufen und dem aufgegangenen Teig in die Mitte geben. Behelfen Sie sich mit ca. 300 ml warmem Wasser und verkneten Sie alles gut mit den Händen (viele Male auseinanderziehen und energisch wieder zusammen-

drücken), bis Sie einen weichen und luftigen Teig erhalten. Formen Sie eine Kugel und legen Sie diese in eine leicht bemehlte Schüssel. Schneiden Sie mit einem scharfen Messer sanft ein Kreuz in die Oberfläche des Teigs, bedecken Sie ihn mit einem Tuch (am besten aus Wolle) und lassen Sie ihn mindestens eine Stunde lang an einem warmen, vor Luftzügen geschützten Ort gehen. Wenn sich das Volumen des Teigs verdoppelt hat, kneten Sie ihn erneut kurz durch und geben ihm die gewünschte Form. Den Ofen auf 200 °C vorheizen, das Brot hineinschieben und 20 Minuten lang backen, dann die Temperatur verringern und weitere 15-20 Minuten backen. Am Ende der Garzeit sollte das Brot eine schöne, goldene Farbe haben.

Wenn Sie Sauerteig verwenden und den Teig des Brotes länger aufgehen lassen möchten, finden Sie hier die Zutaten und das Verfahren: 300 g Mehl, 200 g Manitoba-Mehl, 230 ml Wasser, 130 g Sauerteig (um ihn selbst herzustellen, [hier klicken](#))

Die beiden Mehlsorten in eine große Schüssel geben und eine Mulde hineindrücken, in die Sie den Sauerteig zusammen mit etwas (wärmern!) Wasser geben; sorgfältig mit einer Gabel verrühren, damit er sich auflöst. Das Mehl nach und nach vom Rand her einarbeiten und schrittweise auch das restliche Wasser hinzufügen. Sobald der Teig Konsistenz angenommen hat, mit den Händen weiter kneten, bis eine glatte und weiche Kugel entstanden ist (be-helfen Sie sich mit ein paar Handvoll Mehl, damit er nicht anklebt). Mit einem Geschirrtuch abdecken und etwa 2 Stunden lang gehen lassen. Nach Ablauf dieser Zeit den Teig erneut durchkneten (sein Volumen wird sich in der Zwischenzeit verdoppelt haben), die Oberfläche kreuzförmig einschneiden und eine weitere Stunde gehen lassen. Dann den Teig über Nacht (oder etwa 12 Stunden lang) in den Kühlschrank stellen. Am Morgen drauf auf eine be-mehlte Arbeitsfläche geben, noch einmal kneten, mit einem Geschirrtuch abdecken und wiederum etwa 2-3 Stunden gehen lassen. Nun können Sie das Brot wie oben beschrieben im Ofen backen.

Gute Regeln für das Backen des Brotes:

- 1) nicht in den Ofen schieben, bevor er die richtige Temperatur erreicht hat;
- 2) stellen Sie ein kleines, mit Wasser gefülltes Gefäß zu dem Brot in den Ofen: es unterstützt das Aufgehen und das richtige Garen;
- 3) nachdem Sie das Brot aus dem Ofen genommen haben, lassen Sie es auf einem Rost abkühlen, damit die Feuchtigkeit vollständig verdampfen kann.



<<Tagliata di bistecca alla griglia>>

(= Tagliata aus T-Bone-Steak vom Grill)

Zutaten für 4-5 Personen: 1 T-Bone-Steak von mindestens 1,5 bis 1,8 kg (bedenken Sie, dass der Knochen 30% des Gewichts ausmacht). Was das Fleischstück betrifft, gibt es zwei unterschiedliche Meinungen: Die einen bevorzugen das Filet, das gut und im Allgemeinen zart wie Butter ist, die anderen dagegen das Lendenstück, das weniger „buttrig“, dafür aber geschmacksintensiver ist., Grobes Salz, Kaltgepresstes Olivenöl, Pfeffer (möglichst frisch gemahlen)

Um eine vorzügliche/perfekte Tagliata zubereiten zu können, sollten Sie sich als allererstes eine Brat- oder Grillpfanne besorgen, falls Sie noch keine besitzen; am besten wäre es jedoch, den Grill anzuwerfen...

Es gibt zwei Regeln für eine gute Tagliata: qualitativ hochwertiges Fleisch, und es darf nicht direkt aus dem Kühlschrank in die Pfanne! Das Fleisch sollte möglichst Raumtemperatur haben oder noch besser sogar eine Temperatur von 30-40 °C.

Wenn Sie das Fleisch in der Grillpfanne zubereiten,

warten Sie, bis diese heiß ist. Sollten Sie einen Holzkohlegrill verwenden, bemühen Sie sich, eine gleichmäßige Glut zu erhalten, ohne die Kohlenstücke allzu sehr hin- und herzubewegen. Die Glut ist optimal, wenn etwas Asche entstanden ist, da Ihnen andernfalls eventuelle Flammen einen bösen Streich spielen und das Fleisch verbrennen könnten! Hier bei uns sagt man, dass die Glut bereit ist, sobald sie ein „weißes Gesicht“ hat!

Hohe Temperaturen verschließen sofort die Poren des Fleisches, wodurch verhindert wird, dass es seinen Saft verliert; es bleibt auf diese Weise weich und schmackhaft. Das Steak sollte wie bereits gesagt mindestens Raumtemperatur haben, sodass zwischen dem Fleisch und dem heißen Grill oder der Grillpfanne möglichst wenig Temperaturunterschied herrscht, andernfalls wird es außen verbrannt und innen noch kalt sein. Das Steak auf beiden Seiten mit grobem Salz würzen und in die Pfanne oder auf den Grill legen. Machen Sie sich keine Gedanken über die Salzmenge, das Fleisch nimmt nur so viel auf, wie notwendig ist. Salz hilft ebenfalls dabei, die Poren zu schließen und somit den Saft im Inneren zu halten, sodass das Steak nicht verbrennt, sondern perfekt gebraten wird.

Zuerst auf der einen, dann auf der anderen Seite je 3-5 Minuten grillen, je nach Dicke des Fleischstückes und dem persönlichen Geschmack. Danach das Steak auf den Grill oder die Pfanne stellen, und zwar „aufrecht“ auf der Seite des Knochens, damit auch den Bereich um den Knochen herum gut gebraten wird.

Sobald das Fleisch gar ist, einen Moment aus der Pfanne oder vom Grill nehmen und, ohne es vom Knochen zu lösen, fächerartig in etwa 1,5 bis 2 cm dicke Scheiben schneiden; noch einmal kurz auf den Grill legen, um das Innere ein letztes Mal zu erhitzen und den perfekten Garpunkt zu erreichen, an dem das Fleisch „durch“ ist (aber nicht übertreiben, sonst wird es zäh!)

Schneiden Sie nun die Fleischstücke ab und richten Sie sie zusammen mit dem Knochen fächerförmig auf einem Servierteller an: Es ist zwar nicht „die feine englische Art“, das Fleisch um den Knochen herum abzunagen, aber ein wahrer Seckerbissen! Bestreuen Sie das Ganze mit frisch gemahlenem Pfeffer, geben Sie ein paar Tropfen Olivenöl darüber und... guten Appetit!



<<Baccalà alla Maremmana>> (= Klippfisch auf maremmanische Art)

Zutaten für 4 Personen: 800 g gewässertes und entsalzener Klippfisch (1), 400 g frische, reife passierte Tomaten (oder passierte geschälte Tomaten), 1 Zwiebel, 1 Sträußchen Basilikum, 1 Sträußchen Petersilie, 2 Knoblauchzehen, 1 Glas trockener Weißwein, 7 EL Olivenöl Extravergine, Salz, Pfeffer

Entfernen Sie eventuell vorhandene Gräten und schneiden Sie den Fisch dann in etwa 5 cm breite Stücke. In einer Pfanne mit schwerem Boden 4 Esslöffel Öl erhitzen, den Klippfisch hineingeben und von allen Seiten anbraten. Die Flamme höherstellen, den Weißwein angießen und das Ganze auf kleiner Flamme 5-10 Minuten köcheln lassen, bis der Wein verdunstet ist. Dann den Fisch auf einen Teller geben und beiseitestellen. Die Petersilie und das Basilikum waschen, trocken tupfen und zusammen mit den geschälten Knoblauchzehen fein hacken. In derselben Pfanne, in der Sie den Klippfisch zubereitet haben, weitere 2-3 Esslöffel Öl leicht erhitzen und die Kräutermischung bei mittlerer Hitze etwa 5-6 Minuten darin andünsten; dann auch die geputzte, gewaschene und in feine Scheiben geschnittene Zwiebel dazugeben und alles etwa 10 Minuten weiterdünsten. Die passierten Tomaten hinzufügen, mit sehr wenig Salz - da der Fisch bereits sehr würzig ist, schmeckt man am besten erst ganz zum Schluss ab - und Pfeffer würzen, umrühren und eine Viertelstunde köcheln lassen; dann die angebratenen Klippfischstücke in die Pfanne geben und jeweils mit einem Esslöffel Soße bedecken. Das Ganze etwa zehn Minuten Geschmack annehmen lassen und dann den Herd ausschalten. 5 Minuten ruhen lassen und den Fisch zusammen mit der Soße auf einer (vorgewärmten) Platte schön heiß servieren!

(1) Auch wenn man ihn schon gewässert und vom Salz befreit kauft, ist es immer besser, Klippfisch mindestens einen Vormittag lang in Wasser zu legen und dieses vor dem Kochen ein oder zwei Mal zu wechseln. Wenn Sie ihn hingegen eingesalzen kaufen, muss er mindestens 2 Tage lang gewässert und das Wasser dabei häufig gewechselt werden.



<<Insalata del maniscalco>> (= Der Hufschmiedsalat)

Zutaten für 4 -5 Personen: 3 kleine, herzhafte Köpfe Salat (Radicchio, Chicorée, Endivie, Feldsalat, o.a.), 1 kleiner Bund Rucola, 200 g gealterter Pecorino, Aceto Balsamico, Olivenöl Extravergine, Salz

Waschen Sie alle Salatköpfe und den Rucola gut. Mit den Fingern zerkleinern, in eine Salatschüssel geben und mit dünnen Pecorinospänen garnieren. Bereiten Sie dann eine Vinaigrette zu, indem Sie Öl, Essig und Salz mit einer Gabel aufschlagen, mit dieser den Salat würzen und dann alles gut vermischen.



<<Stricciolata con la Confettura di Fragole>>

(= Streuselkuchen mit Erdbeerkonfitüre)

Zutaten: 300 g Mehl, 100 g zimmerwarme Butter, 100 g Rohrzucker, 1 unbehandelte Zitrone, 2 Eier, 1 Tüte Vanillezucker, $\frac{1}{2}$ Tüte Backpulver, 400 g Erdbeerkonfitüre (oder eine andere Sorte), 1 Prise Salz

Die Butter etwa 20 Minuten lang bei Zimmertemperatur weich werden lassen. Das Mehl in eine große Schüssel sieben. Das Backpulver, den Vanillezucker und das Salz hinzufügen und zusammen mit der in Stückchen zerteilten Butter sowie dem Zucker verkneten. Wenn die Masse beginnt zu zerkrümeln und sandartig wird, geben Sie die abgeriebene Zitronenschale und dann ein Ei nach dem anderen hinzu. Mit den Händen weiterkneten, bis Sie einen glatten und gleichmäßigen Teig erhalten h

sehen. Eine Kugel formen, halbieren und eine Hälfte in Frischhaltefolie eingewickelt im Kühlschrank für eine halbe Stunde ruhen lassen. Die andere Hälfte grob auf einen Teller bröseln, ebenfalls mit Frischhaltefolie bedecken und für die gleiche Zeit in das Gefrierfach stellen. Eine Kuchenform mit 28 cm Durchmesser und nicht zu hohem Rand mit Butter einfetten. Den in den Kühlschrank gestellten Mürbeteig auf der Arbeitsplatte der Küche oder auf einem Backbrett möglichst rund und einen halben Zentimeter dick ausrollen. Der Durchmesser muss etwa 3 cm größer als die Kuchenform sein. Zittern Sie die Form mit dem Teig aus und helfen Sie sich dabei mit den Händen. Rundherum muss ein Rand stehen bleiben, der die Konfitüre „festhält“. Den Teig gut am Rand andrücken, damit er beim Backen nicht auf die Füllung zurückfällt, und mit einer Gabel hier und da einstecken, um zu verhindern, dass er sich aufbläht. Nun die Konfitüre einheitlich darüber verteilen und mit der zweiten Hälfte des Teigs aus dem Gefrierfach bedecken. Um die Konfitüre vollständig zu bedecken, sollten Sie die Teigstückchen noch weiter mit den Fingern zerbröseln. Im auf 180 °C vorgeheizten Ofen für ca. 30 Minuten backen. Nach Abschluss der Backzeit die „Sbriciolata“ aus dem Ofen nehmen und erkalten lassen, bevor man sie aus der Form nimmt. Wenn Sie diesen Kuchen noch schmackhafter machen wollen, fügen Sie vor dem Backen zu den Teigbröseln, die die Konfitüre bedecken, noch gehackte Haselnüsse oder Mandeln hinzu.