







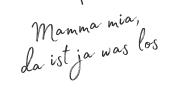


BENVENUTI, MEINE LIEBEN!

ie Amore der Deutschen gilt zwar ganz
Italien, insbesondere aber der
Toskana. Und dafür gibt es gute
Gründe: himmlische Landschaft,
sympathische Leute, vorzügliche
Küche. Wer sich zumindest von
Letzterem schnell mal überzeugen will, lädt reichlich Freunde
ein und tischt die Rezeptklassiker der Fattoria La Vialla auf:
Crostini, Zucchinipesto zur
Pasta und so viel mehr, was
Gaumenglück verheißt.

Das Biolandgut versendet seine ökologischen Lebensmittel auch in den Norden (inklusive Weinen) und hat eine so nette Gründungsstory: Seniorchef Piero Lo Franco ließ sich seine Anteile an einer Textilfirma auszahlen, kaufte mit seiner Giuliana vor 40 Jahren ein leeres historisches Gehöft und machte daraus einen toskanischen Traum. Heute führen es die drei Söhne. Wer neugierig ist: Man kann hier auch urlauben – und beim Draußentafeln probieren, was frisch geerntet wurde, delizioso!







KICHERERBSENSALAT MIT GEBRATENEM GEMÜSE

6 PORTIONEN

FÜR DEN SALAT

400 g getrocknete Kichererbsen, Salz
2 Zucchini, 2 Möhren, 1 Aubergine
1 Stange Staudensellerie
250 g Kirschtomaten, 1 rote Paprikaschote
½ Gemüsezwiebel, 3 EL Öl

FÜR DIE VINAIGRETTE

1 Zweig Rosmarin, 1 Biozitrone, 5 EL heller Aceto
balsamico, 10 EL Olivenöl, Chilipulver

50 MINUTEN

Für den Salat die Kichererbsen am Vortag (mindestens 12 Stunden) einweichen. Abgießen, abspülen und mit kaltem Wasser und 1 Prise Salz aufkochen. 2 Stunden bei milder Hitze garen. Gemüse waschen und putzen. Zucchini in Scheiben und Möhren in Streifen schneiden. Aubergine und Sellerie würfeln. Tomaten halbieren, Paprika und Zwiebel in Streifen schneiden. Öl in einer Pfanne erhitzen. Zucchini, Möhren, Aubergine, Sellerie und Zwiebel darin anbraten, salzen, beiseitestellen.

Für die Vinaigrette Rosmarinnadeln abzupfen und hacken. Mit den übrigen Zutaten verrühren.

Vorbereitetes Gemüse in einer Schüssel mit der Vinaigrette vermengen und kurz ziehen lassen.







HERZHAFTE TORTA NACH WINZERART

FÜR DEN TEIG
250 g Mehl
125 g Butter
1 Prise Salz
2 EL Vollmilchjoghurt
FÜR DIE FÜLLUNG
1 TL Fenchelsamen
4 EL Olivenöl
1 Fenchelknolle
2 rote Zwiebeln
Salz, 1 EL Honig
300 g Ricotta
400 g blaue Trauben
3-4 EL Pinienkerne
30 g Walnusskerne

60 MINUTEN

Für den Teig in das Mehl eine Mulde drücken, darin Butter, Salz und 4 EL kaltes Wasser vermengen. Joghurt hinzufügen, alles gut verkneten und zur Kugel formen. Zugedeckt 1 Std. kühl stellen.

Für die Füllung Fenchelsamen im Öl rösten, zerdrücken. Fenchelknolle und Zwiebeln in Streifen schneiden, dazugeben, salzen und goldgelb anbraten. Honig dazugeben, kurz karamellisieren lassen und vom Herd nehmen. Teig auf Backpapier rund ausrollen. Ricotta darauf verstreichen, danach Trauben und Gemüse darauf verteilen. Backpapier auf ein Backblech ziehen, Teigränder hochklappen und die Torta im vorgeheizten Backofen bei 180 Grad 30 Minuten goldbraun backen. Abkühlen lassen. Pinien- und Walnusskerne hacken und rösten, vorm Servieren darüberstreuen.

einer Schüssel verrühren, ziehen lassen. Tomaten würfeln, Knoblauch hacken. Mit Basilikumblättern, Oregano und restlichem Öl in einer Schüssel mischen, mit Salz und Pfeffer würzen. Baguette in Scheiben schneiden, rösten. Tomaten- und Zucchinimischungen darauf verteilen Dazu passen schwarze Oliven.

GUIDO OKTOBER 2022