

Sizilien I

Aperitivo

Carciofi fritti in pastella
Artischockenherze in Bierteig frittiert

Pomodori seccati sott'olio
Getrocknete Tomaten in Öl eingelegt

Antipasto

Melanzane alle Parmigiana
Auberginen „Parmigiana“ (für 4-6 Personen)

Primo piatto

Caponata
Sizilianischer Gemüsesalat (für 4 Personen)
Bruschetta

Secondo piatto

Falsomagro
Gefüllter Rindsrollbraten (4 – 6 Personen)

Carote al Marsala
Karotten in Marsala (4 – 6 Personen)

Zucchini al timo
Zucchini mit Thymian

Peperoni ripieni
Gefüllte Peperoni

Dolce

Cassata casalinga
Hausgemachte Cassata

Leitung: Peter und Ursula Bürgisser

Aperitivo

Carciofi fritti in pastella

Artischockenherze in Bierteig frittiert

Zubereitung des Bierteigs

150 g Mehl
2 dl Bier
1 EL Öl
½ EL Salz

Zutaten in der angeführten Reihenfolge in eine kleine, tiefe Schüssel geben und mit dem Schneebesen rühren, bis der Teig glatt ist.

2 Knoblauchzehen, gepresst oder fein gehackt
1 Bund Petersilie, fein gehackt

Beides unter den Teig ziehen und kurz ruhen lassen.

Zubereitung der Artischocken

4 Artischocken
1 Zitrone

Harte und stachelige Blätter der Artischocken entfernen. Die Herzen in Stücke schneiden und 5 Minuten in Zitronenwasser einlegen. Dann abgiessen und abtrocknen.

Die Artischockenstücke im Bierteig wenden und in heissem Öl frittieren.

Pomodori seccati sott'olio

Getrocknete Tomaten in Öl eingelegt

Zutaten:

500 g getrocknete Tomaten
4 Knoblauchzehen
1 Bund Basilikum, fein gehackt
1 Bund Petersilie, fein gehackt
Einige Sardellenfilets, in etwas Öl auflösen
Oregano
Essig und Öl
Scharfer Paprika

Zubereitung:

Die Tomaten in einer Mischung von ¼ Essig und ¾ Wasser 1 – 2 Min. abbrühen. Mit Küchenkrepp gut abtrocknen.

In eine Schale eine Schicht Tomaten legen, mit zerhacktem Knoblauch, Basilikum, Petersilie und scharfem Paprika bestreuen, Öl und einige Tropfen Essig darübergiessen. Schichtweise wiederholen. Zum Schluss das „Sardellenöl“ darübergiessen.

Antipasto

Melanzane alle Parmigiana

Auberginen „Parmigiana“ (für 4-6 Personen)

Zutaten:

800 g Auberginen

250 g geriebener Parmesan (oder 150 g frischer Schafskäse und 100 g geriebener Parmesan)

8 dl frischer, dickflüssiger, sehr würziger Sugo, mit reichlich Knoblauch, Zwiebeln und Basilikum, wahlweise mit oder ohne Rinderhackfleisch

Salz

Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Den Stielansatz der Auberginen entfernen und die Früchte ungeschält längs in Scheiben schneiden. In ein Sieb geben und salzen. Mind. 15 Minuten Wasser ziehen lassen. Kurz unter kaltem Wasser abspülen und auf einem Küchentuch trockentupfen.

Die Scheiben in gut heissem Öl frittieren oder in einer Bratpfanne mit reichlich Öl beidseitig braten. Um überschüssiges Fett besser ablaufen zu lassen, die gebratenen Auberginenscheiben auf Haushaltstrepp legen.

Auflaufform einfetten. Lagenweise die frittierten Auberginenscheiben, Sugo und Käse einschichten (wie bei einer Lasagne, einfach ohne Béchamelsauce), bis alle Zutaten aufgebraucht sind. Mit Käse bestreuen und wenig Öl beträufeln.

Die Auflaufform in den auf 220 Grad vorgeheizten Ofen schieben und 20 – 30 Minuten backen.

Tipp:

Das Rezept existiert in zahlreichen Varianten.

So kann zusätzlich Ricotta oder Mozzarella (Achtung! Zieht oft „Fäden“!) verwendet werden.

Primo piatto

Caponata

Sizilianischer Gemüsesalat (für 4 Personen)

Zutaten:

500 g Auberginen
25 g Rosinen
4 Stangenselleriezweige evtl. mehr, nach Grösse
200 g Tomaten
1 Zwiebel
75 g Grüne Oliven ohne Stein
1 dl Olivenöl
1 Spur Zucker
50 ml Rotweinessig
1 El. Kapern
2 El Pinienkerne
1 Bd. Basilikum
Salz
Schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

Den Stielansatz der Auberginen entfernen und die Früchte ungeschält in kleine Würfel schneiden. In ein Sieb geben und salzen. Etwa 15 Minuten Wasser ziehen lassen. Kurz unter kaltem Wasser abspülen und auf einem Küchentuch trockentupfen.

Die Rosinen mit warmem Wasser bedeckt 15 Minuten einweichen.

Stangensellerie rüsten, dabei zartes Grün an den Stängeln lassen. In dünne Streifchen schneiden. Tomaten kurz in kochendes Wasser tauchen, schälen, quer halbieren, entkernen und würfeln. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Oliven in Scheibchen oder Streifen schneiden.

Die Auberginenwürfel in der Hälfte des Olivenöls unter öfterem Wenden während etwa zehn Minuten goldbraun und weich braten. In eine Schüssel geben. Etwas Öl nachgeben und den Stangensellerie braten. Zu den Auberginen geben. Das restliche Öl beifügen und die Zwiebeln goldgelb braten. Dann die Tomaten beifügen und fünf Minuten mitdünsten.

Oliven, Zucker, Essig, Kapern, Pinienkerne sowie die gut abgetropften Rosinen beifügen. Mit Salz und Pfeffer würzen und aufkochen. Auberginen und Stangensellerie dazugeben und alles auf kleinem Feuer nochmals zehn Minuten leise kochen lassen.

Basilikum in feine Streifchen schneiden. Am Schluss unter das Gemüse mischen. Auskühlen lassen.

Gut schmeckt dieser Gemüsesalat mit Bruschetta serviert.

Bruschetta

Dazu Weissbrotsscheiben mit Olivenöl und durchgepresstem Knoblauch bestreichen und im Ofen bei 250 Grad goldbraun rösten.

Secondo piatto

Falsomagro

Gefüllter Rindsrollbraten (4 – 6 Personen)

Zutaten:

1. Schritt:

2 EL Olivenöl
150 g Rinderhack
2 rohe Schweinsbratwürste ohne Haut
1 Zwiebel

2. Schritt:

1 Stück Rindfleisch, rechteckig geschnitten und ca. ½ cm dick geklopft (ca. 600 bis 700 g)
4 Scheiben Spickspeck
4 hartgekochte Eier
100 g Parmesan, in dünne Scheiben gehobelt

3. Schritt:

3 EL Olivenöl
3/8 l herber Rotwein
1 l Rinderbrühe

Zubereitung:

1. Schritt:

Das Olivenöl erhitzen, Zwiebel darin glasig dämpfen.
Die übrigen Zutaten von 1. begeben, durchdämpfen.

2. Schritt:

Das Fleisch auf einen Tisch ausbreiten, mit dem Speck belegen.
Den gedämpften Fleischbrei darauf streichen, Käse darüber legen und Eier der Reihe nach darauf legen. Alles zu einer satten Rolle rollen und gut mit Zwirn umwickeln.

3. Schritt:

Olivenöl erhitzen. Die Rolle gut ringsum anbraten. Mit Wein ablöschen. Diesen einkochen lassen. Die Brühe begeben und zugedeckt (je nach Fleischqualität) 2 bis 3 Stunden schmoren lassen.

Carote al Marsala

Karotten in Marsala (4 –6 Personen)

Zutaten:

800 g Karotten, geschält, in feine Scheiben geschnitten
3 EL Butter
Salz
1 Prise Zucker
3 EL trockener Marsala (Ersatz: trockener Sherry)

Zubereitung:

Die Butter zergehen lassen, die Karotten begeben, salzen, auf mittlerer Flamme dünsten bis sie leicht braun werden.

Den Zucker und den Marsala dazugeben. Auf kleinem Feuer zugedeckt garen (dauert je nach Alter und Qualität der Karotten zwischen 15 und 30 Minuten).

Zucchini al timo

Zucchini mit Thymian (4 Personen)

Zutaten:

1-2 EL Butter oder Margarine
2 Zwiebeln
2 Knoblauchzehen
2 EL Tomatenmark
2-3 mittelgrosse Zucchini
½ Bund Thymian
1 Becher Crème fraîche
Pfeffer aus der Mühle
Salz

Zubereitung:

1. Butter od. Margarine erhitzen und Zwiebeln darin glasig schwitzen.
Die Knoblauchzehen fein hacken, mit 1 TL Salz zu einer Paste zerreiben, zu den Zwiebeln geben und kurze Zeit mitschwitzen.
3. Tomatenmark unterrühren.
4. Die geputzten, in Scheiben geschnittenen Zucchini gleichmässig in die Form schichten.
5. Das Ganze mit Salz, Pfeffer und dem feingehackten Thymian bestreuen.
Die Crème fraîche gleichmässig in Flöckchen darauf setzen und im auf 180-200 C° vorgeheizten Backofen 15 bis 20 Minuten backen.

Peperoni ripieni

Gefüllte Peperoni (4 – 6 Personen)

Zutaten und Zubereitung:

4 – 8 Peperoni, halbieren, Kerne und weisse Häutchen sorgfältig wegschneiden

Füllung

200 g Halbweiss oder Ruchbrot, 1 Tag alt Rinde an der Bircherraffel in eine Schüssel reiben, das Innere zerpfückt zugeben

200 g Stangensellerie in feine Streifen dazuhobeln

100 g Pancetta oder Coppa in Scheiben in feine Streifen schneiden, zugeben

15 schwarze Oliven, entsteint hacken, zugeben

2 Knoblauchzehen, gepresst

2 Bund Petersilie, gehackt

einige Basilikumblätter, gehackt

75 g Parmesan, gerieben

½ TL Salz

Pfeffer aus der Mühle

1 dl Rotweinessig

ca. 1 dl Wasser

2 EL Olivenöl

alles gut mischen (die Masse soll feucht sein), von Hand kneten, dann Peperoni satt damit füllen

1 EL Olivenöl

2 EL Butter im Bratopf warm werden lassen, die gefüllten Peperoni sorgfältig während ca. 10 Minuten bei mässiger Hitze anbraten.

1 dl Gemüsebouillon beifügen, ca. 10 Minuten zugedeckt auf kleinem Feuer dämpfen.

Tipps

An Stelle von Pancetta oder Coppa eignet sich auch Schinken.

Die Peperoni, ohne sie anzubraten, mit der doppelten Menge Bouillon während ca. 25 Minuten weich dämpfen.

Die Peperoni schmecken kalt oder warm gut.

Cassata casalinga

Hausgemachte Cassata

Dolce

Cassata casalinga

Hausgemachte Cassata (für 6 – 8 Personen)

Zutaten:

Teig:

2 Eier
60 g Zucker
1/2 TL abgeriebene Zitronenschale
1 Prise Salz
30 g Mehl
30 g Speisestärke
1 EL Kakaopulver
1 EL Butter

Füllung:

7 Blatt weisse Gelatine
300 g gemischte Beeren
2 Eier
75 g Zucker
1 Messersp. Zimt
1/2 Vanilleschote (Mark)
1 TL abgeriebene Orangenschale
200 g Ricotta
50 g saure Sahne
4 cl Maraschino
300 ml Sahne
30 g gehackte Pistazien
60 g Zartbitterschokolade geraspelt

Zubereitung:

Den Backofen auf 180° vorheizen. Für den Teig die Eier trennen. Die Eigelb mit 2 EL Zucker und der Zitronenschale hell-schaumig schlagen. Die Eiweiss mit dem restlichen Zucker und dem Salz zu einem festen Schnee schlagen. Das Mehl mit der Speisestärke und dem Kakao vermischen und zusammen mit dem Eischnee unter die Schaummasse heben.

In einem kleinen Topf die Butter schmelzen, etwas abkühlen lassen und lauwarm unter den Teig ziehen. Ein Backblech mit Backpapier auslegen, den Teig darauf verteilen und glatt streichen. Im Backofen etwa 8 Minuten goldbraun backen. Dann auf ein Kuchengitter stürzen, das Backpapier abziehen und auskühlen lassen. Dann aus dem Biskuitboden zwei Rechtecke in der Grösse einer Kastenform (1 1/2 l Inhalt) schneiden.

Für die Füllung die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Das Obst putzen, waschen und abtropfen lassen. Grössere Früchte halbieren oder vierteln. Einige Früchte zum Garnieren zur Seite legen.

Die Eier trennen. Die Eigelb mit der Hälfte des Zuckers, dem Zimt, dem Vanillemark und der Orangenschale hell-schaumig schlagen. Den Ricotta mit der sauren Sahne verrühren und unter den Schaum heben.



In einem kleinen Topf den Maraschino erwärmen. Die Gelatine gut ausdrücken, dazu geben und auflösen lassen. 5 EL der Ricottamasse mit der Gelatineflüssigkeit verrühren und schnell unter die restliche Ricottamasse heben. Die Früchte, die Pistazien und die Schokolade vorsichtig darunter ziehen.

Die Kastenform mit Klarsichtfolie auslegen. Ein Drittel der Creme auf dem Boden der Form verteilen, darauf einen Biskuitboden legen. Eine weitere Schicht Creme und den zweiten Biskuitboden einfüllen. Mit einer Schicht Creme abschliessen und glattstreichen. Das ganze für mindestens 2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Die Cassata aus der Form stürzen und die Klarsichtfolie entfernen. Mit einem sehr scharfen Messer in Scheiben schneiden. Auf Desserttellern anrichten und mit den restlichen Früchten garniert servieren.

Tipp: Zum Garnieren können auch ausgelöste Orangenfilets genommen werden, die vorher in Orangenlikör mariniert wurden.