

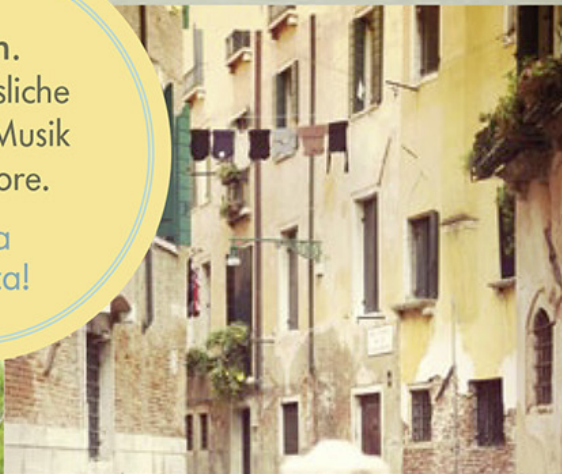
Claudio
Del Principe

EIN SOMMER WIE DAMALS



Italien.
Unvergessliche
Rezepte, Musik
und Amore.

Buona
vacanza!



Claudio
Del Principe

EIN SOMMER WIE DAMALS

NIE DAMALS?
SOMMER
EIN

Brandstätter 

**UN ESTATE ITALIANA.
MORGENDUFT WITTERN.
SO KLINGT DER SOMMER. PLAYLIST**

ANTIPASTI

— PIZZE FOCACCIE —

Thunfisch-Tatar

Focaccia barese

Stockfischsalat mit Bohnen und Kartoffeln

Crespelle-Timbale mit Fisch

COCCO BELLO.

Schwertfisch-Carpaccio

FISCHERS FREUND.

TOMATE TOTAL.

Zucchini-kräpfen mit Zucchini-creme

VERLIEBT IN EINE MUTTERHEFE.

Gefüllte Oliven

Focaccia mit Zucchini- Blüten

Gebratene und marinierte Zucchini

Mit Trüffel-ricotta gefüllte Schinken- bonbons

LOSLASSEN UND GENIESSEN.

Kichererbsen- Pizza

Sardinen in Saór

BELLEZZA NATURALE.

Ciauscolo mit Borlotti- Rucola- Salat

MEMORABLE MAHLZEIT.

Gedämpfte Mies- muscheln

Oktopussalat

VIVA LE DONNE!

Peperonata

Frittierte Fleischbällchen

Stockfischcreme

ALICE ODER ACCIUGA?

Sardellenbrot

Rohschinken und Melone

Frittierte Salbeiblätter

Gefüllte Peperoncini

Focaccia aus Recco

KOMMT SCHON GUT.

PRIMI

— PASTA RISOTTO —

Risotto mit Sepiatinte

Kartoffeln, Reis und Miesmuscheln

BESSER ALS KAVIAR.

Spaghetti alla bottarga

Zerteilte Ziti mit Thunfisch-Genovese

OPERA DELIZIOSA.

Pasta alla Norma

Paccheri mit Meeresfrüchten

PASTA-PERFEKTION.

Ravioli mit Spinat-Ricotta-Füllung

Weißer Lasagne

Carratelli mit wildem Spinat

Gnocchi mit Scampi und Zucchini

Spaghetti mit Venusmuscheln

EINE INSEL AUF DER INSEL.

Bigoli mit Sardellensauce
Spaghetti mit Fangschreckenkrebsen

GOLD VOM FISCH.
Spaghetti mit Sepiatinte
Scialatielli mit Zitrone

DU BIST DRAN!
Risotto mit Meeresfrüchten
Calamarata

GUANCIALE.
Spaghetti alla carbonara
Pappardelle mit Wildschwein
»Olivenblätter« mit Steinpilzen und Garnelen

SECONDI

— FISCH —

Frittierte Meeresfrüchte
Goldbrasse im Ofen

CHE SPETTACOLO!
Zahnbrasse im Salzmantel
Seezunge in Butter oder paniert
Tintenfische mit Kartoffeln und Erbsen
Thunfischbällchen mit Tomatensauce

BUONASERA SIGNORINA, KISS ME GOODNIGHT.

Mit Salsiccia gefüllte Tintenfische
Sardinen auf sizilianische Art
Schwertfisch

L'ARTE DEL MANGIAR' BENE.
Thunfisch mit Sellerie

SECONDI

— FLEISCH —

Kalbsschnitzel mit Zitronensauce

HAND AUFS HERZ.

Gebratenes Kaninchen mit Paprika und Oliven

Salsicce mit Kartoffeln und Paprika

ENTFACHTES ENTZÜCKEN.

Rinds-Tagliata

DEINE BESTEN FREUNDE.

Carpaccio vom Rind

Bistecca alla fiorentina

Toskanischer Schweinebraten

ABRUZZO AUTENTICO.

Abruzzesische Arrosticini

Saltimbocca alla romana

Kalbsskotelett »Elefantenohr« Mailänder Art

BESTE RESTE.

Vitello tonnato

Salsicce mit Zichorie

DOLCI

Mandel-Parfait

SCHLECKEN UND SCHLENDERN.

Caffè affogato

TUT IHR ES ODER TUT IHR ES NICHT?

Pannacotta mit Sauerkirschen

Zitronen-Granita

SCHMELZENDES ANDENKEN.

Birnen-Ricotta-Torte
Walderdbeeren mit Eis

REZEPTREGISTER

TEAM

IMPRESSUM

Alle Rezepte sind für vier Portionen berechnet; es wurden
Eier der Größe M verwendet.

UN ESTATE ITALIANA.





Geschmack und Gerüche sind Erinnerungen. Einige der genussvollsten sind mit unserer Kindheit verbunden, mit ausgewählten Orten oder Anlässen. Und manch eine vereint gleich alle drei Dinge: Ferien, Meer und Italien.

Jeder hat eigene Erinnerungen an prägende Italienurlaube. Mit besonderen Begegnungen und memorablen Momenten. Für mich ist es der Reichtum an grandiosen Rezepten. Jede Region überrascht immer wieder aufs Neue mit altbewährten Gerichten, die mich in ihrer Schlichtheit mitreißen. Ganz zu schweigen von der einzigartigen Szenerie, die alle Eindrücke verstärkt und die Sinne in ein sanftes Glücksgefühl katapultiert. Ich kann mich kaum sattsehen an schönen Landschaften und Menschen, antiker Architektur, Kunstwerken und Design.

Wie könnte man ein Land nicht lieben, das mit grandioser Kultur einnimmt, mit bestem Wein berauscht, mit ehrlichem Essen zu Tränen rührt und mit überschwänglicher Herzlichkeit umarmt? Wer würde nicht unterschreiben, dass italienisches Essen die *cucina numero uno* ist? Das fängt schon beim Espresso an. Es ist erfreulich, dass heute bei uns vermehrt auf gute Espresso-Qualität geachtet wird, aber bis zur samtigen Wucht eines italienischen *caffè* ist es noch ein langer Weg.

Ja, gutes Essen macht einfach alles noch viel besser. Deshalb reisen alle so sehnsüchtig in dieses Land des guten Geschmacks. Dass immer ein wenig Nostalgie mitschwingt,

ist gut. Sie lässt uns träumen und schärft den Blick für die guten und schönen Dinge. Das sollten wir von den Italienern abschauen: kleine Freuden im Alltag lieben und das Leben genießen. Eines wissen wir unterdessen: In gutem italienischem Essen steckt ein Geheimnis; es sind die kleinen Zubereitungstricks für das gewisse Etwas. Das ist keine Zauberei. Aber wenn alles stimmt, ist es reine Magie.

In diesem Buch verrate ich die wichtigsten Tipps für meine liebsten italienischen Sommergerichte. Gepaart mit Gedanken zum ewigen italienischen Sommer. *Buon appetito e viva l'Italia!*



MORGENDUFT WITTERN.



Was ich fast noch mehr liebe als den ersten Kaffeeduft am Morgen, ist der Geruch vom ausgehenden Streichholz, mit dem man in der Ferienwohnung den Gasherd angezündet

hat, um die *Moka Express* zu befeuern. Jetzt kann der Tag kommen.







SO KLINGT DER SOMMER.

Nichts lässt Erinnerungen und Emotionen stärker verschmelzen als Musik. Mit dieser Playlist meiner liebsten italienischen *canzoni* lassen sich die wiederentdeckten unvergesslichen italienischen Sommer-Momente für immer ins Innerste brennen.

Zur Harmonie eines italienischen Sommers gehören aber auch andere vertraute Klänge wie das unvermeidliche Zirpen der Grillen. Das Rauschen des Meeres. Die hellen Glockenklänge der Rathausuhren und allgegenwärtigen Kirchen. Das Blaffen der Marktleute. Der Singsang der Strandverkäufer. Das Klopfen, Klimplern und Zischen der *baristi*. Die scheppernden Lautsprecherdurchsagen aus fahrenden Autos für diverse Angebote oder Veranstaltungen. Das Bimmeln und Blöken von Schafen. Das Brummen der Wespen (*Vespa*) und Bienen (*Ape*) in den Gassen. Das pausenlose Reden und Lachen der Menschen.

Es ist nicht so, dass man diese Tonkulisse zuhause vermisst. Aber wenn man in Italien ist, hat man die Gewissheit, dass sie gefehlt hat.

ESTATE | BRUNO MARTINO

Er hasst den Sommer, weil seine Liebe erloschen ist. Ich liebe den Song, weil er eine hypnotische Sehnsucht entfacht.

CI VORREBBE UN AMICO | ANTONELLO VENDITTI

Einen Freund müsste man haben, um zu vergessen, singt Venditti. Er ist ein Freund, den man hat, um sich zu

erinnern.

BALLA BALLA BALLERINO | LUCIO DALLA

Eine Einladung, das Leben zu umarmen und zu tanzen, als gäbe es kein Morgen.

VIVA L'ITALIA | FRANCESCO DE GREGORI

Alles was Italien ausmacht – im Guten wie im Schlechten. Eine Liebeserklärung.

UN'ESTATE AL MARE | GIUNI RUSSO

Ohrwurm. Wird seit 1982 jeden Sommer von jeder Radiostation in Italien gespielt.

VIA CON ME | PAOLO CONTE

Genau. Weg von hier. Bloß weg aus diesem tristen Grau. Italien: It's wonderful!

E LA LUNA BUSSÒ | LOREDANA BERTE

Unvergesslich. 1979: Italo pop goes Reggea. Sogar Nina Hagen sang im gleichen Jahr ihr »African Reggae«.

SUMMER ON A SOLITARY BEACH | FRANCO BATTIATO

Eigenwillige Synthie-Pop-Liebeserklärung an den Tag am Meer.

GENTE DI MARE | UMBERTO TOZZI & RAF

Früher sorgte dieses Duett für Gänsehaut. Heute spürt man noch immer das Salz auf der Haut.

CHE MALE C'È | PINO DANIELE

Ist man trunken vor Liebe, Sonnenuntergang und Wein, tut dieser schöne Song fast schon ein bisschen weh.

VOLARE | DOMENICO MODUGNO

Man muss in Polignano a Mare gewesen sein, dem Geburtsort von Domenico Modugno, dann hebt man vollends ab.

AZZURRO | ADRIANO CELENTANO

Paolo Contes Komposition über Liebe, Einsamkeit und den erdrückenden Sommer in der Stadt – ikonisch umgesetzt von Celentano.

TU SEI L'UNICA DONNA PER ME | ALAN SORRENTI

Welche Frau möchte das nicht hören?

METTI, UNA SERA A CENA | ENNIO MORRICONE

Morricone. Meister der Melancholie. Dazu der Sirenengesang von Edda dell'Orso. Magisch!

TU VUÒ FÀ L'AMERICANO | RENATO CAROSONE

Ein italienischer Sommer ohne Carosone Canzoni? Undenkbar.

BONUSTRACK - A GEH!

Die österreichische Band Wanda schmettert mir ihre Hymne »Bologna« direkt ins Herz. Wie sind die bloß auf diesen grandiosen Text gekommen? Woher wussten die, dass ich so viel *amore* für diese Stadt übrig habe? Und vor allem: dass meine Tante »Ceccarelli« heißt!



ANTIPASTI

PIZZE
FOCACCIE

Thunfisch-Tatar



Dieses Tatar ist sehr zurückhaltend gewürzt. Wie so vieles in Italien. Das mag ich besonders, wenn alles in Balance ist. Keine Gewürze oder Säuren dominieren. Der Geschmack der Hauptzutat nicht überdeckt wird mit zu vielen Zutaten. Aber in diesem Rezept ist eine ganz besondere Zutat enthalten: die COLATURA DI ALICI. Die rundet alles noch einmal ab und gibt dem Gericht eine unaufdringliche, aber merkliche Tiefe.

- 600 g frischer Thunfisch
- 1 Stange Staudensellerie
- 1 kleine Frühlingszwiebel
- 1 EL Kapern plus Kapern zum Garnieren
- 1 unbehandelte Zitrone
- etwas Zitronenthymian
- 4 EL Olivenöl extra vergine plus Öl zum Garnieren
- 1 EL COLATURA DI ALICI (*S. 131* und Tipp)

Thunfisch mit einem scharfen Küchenesser in kleine Würfel schneiden. Sellerie schälen und kleinschneiden. Frühlingszwiebel schälen und fein schneiden. Kapern abspülen und abtropfen lassen. Zitrone heiß abspülen, Schale abreiben. Zitronenthymian waschen, trockenschütteln.

In einer Schüssel Thunfischwürfel, Sellerie, Frühlingszwiebel, Kapern, Olivenöl, COLATURA DI ALICI und etwas Zitronenabrieb mischen.

Tatar mit einem Servierring anrichten. Mit restlichen Kapern, Zitronenabrieb, Zitronenthymian und Olivenöl garnieren.

TIPP

Für COLATURA DI ALICI gibt es keinen gleichwertigen Ersatz. Das Thunfisch-Tartar kann alternativ aber auch mit feinem Meersalz, hochwertiger japanischer Sojasauce oder asiatischer Fischsauce abgeschmeckt werden.

Focaccia barese



Es ist einfach fantastisch: Praktisch jede Region hat ihre charakteristische Focaccia. Jede unterscheidet sich geschmacklich und vor allem von der Konsistenz her deutlich von den anderen. Und doch sind sie alle eng verwandt und schließen die Lücke zwischen Brot und Pizza mit einer aromareichen Vielfalt. Die Focaccia barese vereint einige der besten Eigenschaften: Sie ist außen knusprig, innen fluffig weich und dank der reifen Tomaten und reichlich Olivenöl unglaublich geschmacksintensiv!

- *300 g italienisches Weizenmehl, Type 00 (ersatzweise Mehl Type 405)*
- *200 g italienisches Hartweizenmehl, RIMACINATA (fein)*
- *1 mittelgroße Kartoffel (etwa 100 g)*
- *feines Meersalz*
- *1 EL Zucker*
- *350 g Wasser*
- *50 ml Olivenöl extra vergine plus Öl zum Einölen und Beträufeln*
- *200 g Mutterhefe (oder 20 g Frischhefe)*
- *400 g kleine Strauchtomaten*
- *1 kleines Bund Oregano*

Beide Mehlsorten in eine große Schüssel sieben. Kartoffel in der Schale in Salzwasser weichkochen, schälen und noch warm durch die Kartoffelpresse zum Mehl drücken.

Zucker, Wasser, Mutterhefe und 10 g Salz dazugeben und 5 Minuten lang von Hand oder mit der Knetmaschine auf langsamer Stufe verrühren (der Teig bleibt sehr weich und relativ flüssig). Olivenöl zufügen und weitere 5 Minuteniterrühren.

Teig mit eingeölkten Händen zu 2 Kugeln formen und auf 2 eingeölte runde Backbleche von 32 cm Durchmesser absetzen und abdecken.

12 Stunden bei Zimmertemperatur reifen lassen, bis sich das Volumen verdreifacht hat. (Wenn der Teig mit Frischhefe zubereitet wird, benötigt er 1 bis 3 Stunden Reifezeit, je nach Umgebungstemperatur.)

Tomaten waschen und halbieren. Oregano waschen, Blättchen abzupfen und fein hacken. Ofen auf 250 Grad Unter-/Oberhitze vorheizen.

Teig anheben, wenden und mit den Fingerspitzen und leichtem Druck von der Mitte nach außen flach ausformen. Nicht am Teig ziehen, sondern mit weichen Druckbewegungen arbeiten.

Tomaten darauf verteilen, großzügig mit Öl beträufeln, mit Oregano bestreuen und salzen. Etwa 20 Minuten backen. Noch warm oder kalt genießen.



Stockfischsalat mit Bohnen und Kartoffeln