

Reinhardt Hess Sabine Sälzer

Die echte italienische Küche

Einführung
Franco Benussi



Typische Rezepte
und kulinarische
Impressionen
aus allen Regionen

G|U

Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Über dieses Buch

Kein anderes Land ist so eng mit unserer Sehnsucht nach Sonne, nach milder Luft und blauem Meer verbunden wie Italien. Und gleich tauchen Erinnerungen an die Küche auf, an das einfache Essen auf einer Terrasse unter freiem Himmel, an dampfende Pasta, den Duft des frisch geriebenen Parmesans, an den guten, einfachen Landwein. Essen heißt hier, die jahrtausendealte Kultur eines schöpferischen Volkes mit allen Sinnen aufzunehmen. Kann ein Buch über die Küche überhaupt diese Fülle von Eindrücken wiedergeben, sie über die Vorstellungskraft zum Leben erwecken? Wir meinen, es ist uns hier gelungen. Die einmalig und unverwechselbar fotografierten Rezeptbilder strahlen im Licht der südlichen Sonne, Schatten wie von Zweigen huschen über die Teller, die Reflexe von Weingläsern setzen Farbakzente. Und die Arbeitsschritte bei vielen Rezepten zeigen auch ohne viele Worte, wie das Gericht zubereitet wird. Auch weniger Geübte wollen sofort in die Küche gehen und mit dem Kochen beginnen.

Für die Regionen haben wir 230 typische Rezepte zusammengetragen und so ursprünglich, wie es unser Lebensmittelangebot möglich macht, aufbereitet. Sicher werden bald viele davon zu Ihren neuen Favoriten zählen, denn die unverfälschten Gerichte spiegeln die ganze Genußfreude der Menschen in ihrer regionalen Ursprünglichkeit wider, die Tag für Tag in ihren Küchen weitergeführt und zur vollendeten Einheit entwickelt wurde. Zu jeder Region finden Sie eine komplette Speisenfolge, von Antipasti bis Dolci, so daß Sie leicht ein originales Menü zusammenstellen können. Hinweise zur Entstehung des

Gerichtes liefern Gesprächsstoff, Getränketips und die Weinseiten helfen bei der Auswahl der passenden Begleiter.

Daneben ist dieses Buch eine Reise durch ganz Italien, zeigt die natürlichen Grundlagen der kulinarischen Regionen, die Landschaften, die die köstlichen Produkte für die jeweilige Küche hervorbringen, den Fischfang, den Ackerbau, die unverwechselbaren Eigenheiten und vor allem auch die Menschen. In ihrem Alltag, beim Essen, bei ihren Festen. Und zum ersten Mal wird versucht, die Fülle der Faktoren, die sich in der regionalen Küche niederschlagen, aus ihren Ursprüngen zu verdeutlichen, aus den geografischen Grundlagen, der Geschichte und der typischen Mentalität der Bewohner mit ihren Traditionen zu erklären. Dieses Buch sollte bei keiner Italienreise fehlen, denn so wird man auf die regionalen Spezialitäten aufmerksam und findet noch Hinweise für kulinarisch interessante Ausflüge zu Sehenswürdigkeiten, Museen oder traditionellem Handwerk und für Feste, die mit Essen und Trinken zu tun haben.

Und schließlich werden die Produkte Italiens vorgestellt, die für die jeweilige Region charakteristisch sind, seien es nun Olivenöl, Wurst oder Käse, Pasta, Fisch und Meeresfrüchte – alles ist in stimmungsvollen Bildern lebendig geschildert. Ist es vermessen zu behaupten, wir hätten damit die echte italienische Küche in einer neuen, einmaligen Form dargestellt? Wir glauben nicht. Doch urteilen Sie selbst.

Die Autoren und der Verlag, 1991

Die Vielfalt der italienischen Küche

Sie können heute in vielen Restaurants italienisch essen, in vielen Büchern auf kulinarische Entdeckungsreise gehen. Und die Produkte Italiens, die Sie jetzt in Lebensmittelgeschäften und auf Märkten erhalten, machen es Ihnen leichter, Rezepte aus Italien nachzukochen. Vielleicht verbringen Sie auch gern Ihren Urlaub dort und lernen so die heimische Küche kennen. Sie werden dabei feststellen, daß viele Rezepte, die in Kochbüchern stehen, nur in ganz bestimmten Regionen Italiens zu finden sind und daß man sie da oft anders zubereitet, als Sie es von zu Hause kennen.

Die gastronomische Kultur eines Volkes ist auf das engste mit geografischen Bedingungen, geschichtlichen Ereignissen und gesellschaftlichen Eigenheiten verknüpft. So auch die ursprüngliche italienische Küche. Es ist zwar üblich, aber keinesfalls richtig, von »der« italienischen Küche zu sprechen. Jede Region hat ihre eigene Küche als natürliche Folge einer vielschichtigen Entwicklung. Will man die jeweilige kulinarische Kultur erschließen, muß man sich in die Zeit der italienischen Staaten vor der nationalen Einigung im Jahr 1860 zurückversetzen, aus der ein Großteil der Rezepte der klassischen Küche und vor allem die regionalen Küchentraditionen stammen. Sie wurden wenig von der Küche der Höfe oder der adligen Familien beeinflußt, die mit den französischen und mitteleuropäischen beziehungsweise transalpinen Höfen in Verbindung standen.

Die traditionellen Gerichte spiegeln die bodenständige Kultur des Volkes wider, sie sind natürlich, einfach und köstlich. Da die einzelnen Regionen klimatisch und geologisch sehr differenziert sind, unterscheiden sich auch die Naturprodukte und sogar der Geschmack der Bewohner. So kann es sein, daß ein Gericht, das in verschiedenen Regionen seinen Ursprung hat, in jedem Gebiet anders schmeckt, anders zubereitet wird.

Es mag zwar zutreffen, daß man von einer klassischen italienischen Küche sprechen kann, wenn man dabei einige weit verbreitete und allseits bekannte Rezepte im Auge hat.

Aber die Glanzlichter der kulinarischen Tradition finden Sie in den regionalen Küchen. Schließlich erstreckt sich das Land vorwiegend von Nord nach Süd, die großen klimatischen Unterschiede sind ausschlaggebend für die jeweils vorherrschenden Agrarprodukte - ein Grund für die Verschiedenartigkeit der Küchen der nördlichen und der südlichen Regionen. Denken Sie nur daran, daß im Aostatal, in Piemont, in der Lombardei, in Venetien und Julisch Venetien, also in den nördlichen Gebieten des Landes, früher die Verwendung von Tomaten kaum gebräuchlich war, während diese aus der Neuen Welt eingeführten Früchte in den südlichen Landesteilen schon seit langer Zeit zu den wichtigsten Produkten gehören. Olivenöl und Peperoncini werden in den alpinen Regionen nicht in der traditionellen Küche verwendet, während sie im Flachland und in den zentralen und südlichen Regionen in vielen Gerichten vorkommen.

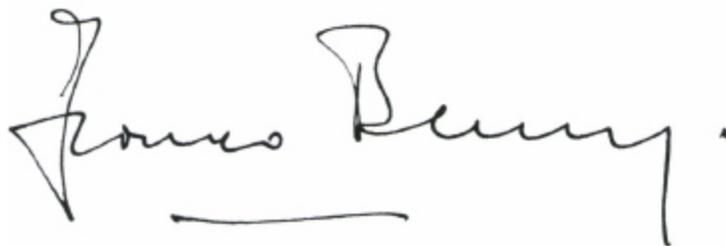
Selbst die Nudeln, außerhalb des Landes ein gemeinsames Merkmal der italienischen Küchen, zeigen, daß jede Region ihre eigene Tradition hat, ihre eigene Zubereitungsart kennt, so daß man auch bei Pasta nicht von dem gemeinsamen Nenner sprechen kann.

Die Reiselust der heutigen Gesellschaft hat allerdings bewirkt, daß man in touristisch geprägten Gebieten auch Gerichten anderer Regionen begegnet. Das ist darauf zurückzuführen, daß die Köche auf die Wünsche ihrer Gäste eingehen, ist aber keinesfalls ein Beweis für eine nunmehr durchgesetzte Einheitlichkeit der italienischen Küche. Daß die örtlichen Traditionen weitergeführt werden, zeigt sich in der heutigen Küche italienischer Familien am deutlichsten. Nur mit einer Darstellung der Rezepte nach weitgehend einheitlichen Regionen kann man die Merkmale und Eigenschaften der italienischen Küchen herausarbeiten, die so reich sind an Düften, einzigartigen Speisen und außergewöhnlichen kulinarischen Traditionen.

Unfassbare 16 Jahre und 28 Auflagen sind vergangen seit dem ersten Erscheinen dieses mehrfach prämierten Klassikers der italienischen Küche – und inzwischen gibt es auch einen Nachfolgeband, in dem die moderne Küche Italiens präsentiert wird: „Die neue echte italienische Küche“.

Nun ist nach kurzer Pause auch der Klassiker zurück – mit unverändertem Inhalt, lediglich die Weinseiten der Regionen wurden aktualisiert und enthalten jetzt viele Weinempfehlungen zu einzelnen Rezepten. Und wir wünschen unseren Lesern weiterhin: Buon appetito!

Die Autoren und der Verlag, 2007

A handwritten signature in black ink, reading "Franco Benussi". The signature is written in a cursive style with a horizontal line underneath the name.

Professor Franco Benussi

Die kulinarischen Regionen

Lange Jahre dachte man bei italienischer Küche in unseren Landen nur an Pizza und Spaghetti. Als ob man in ganz Italien Tag für Tag die gleichen Gerichte essen würde. Dabei haben die ersten Pizza-Restaurants bei uns einen ernsten Hintergrund: Sie wurden oft von Auswanderern aus der Umgebung von Neapel eröffnet, die im Ausland einen neuen Broterwerb suchen mußten. In Neapel hat die Pizza ihren Ursprung – und spiegelt mit ihren spartanischen Zutaten eine Region wider, in der die Bewohner mit einfachen Mitteln satt werden mußten. Auch die übrigen Regionen haben ihre typischen Gerichte, die man nur dort findet. Doch die Küchentraditionen hielten sich nie an die verwaltungsmäßigen Grenzen, sondern zeigen, wie sich Gestein und Boden, Meer und Land, Ackerbau und Fischfang, Menschen und deren Vorlieben und Geschichte auf die täglichen Mahlzeiten ausgewirkt haben.

Vergleichbare Grundlagen der Küchen waren der Anlaß, die 21 Regionen Italiens zu acht kulinarischen Kapiteln zusammenzufassen. Und eben diese Grundlagen aufzuzeigen. In jedem Kapitel finden Sie zu Beginn eine Einführung in das Gebiet, in die Hintergründe der speziellen Küche, in die Mentalität der Menschen und Hinweise auf kulinarische Sehenswürdigkeiten und Feste. Im Anschluß werden typische regionale Rezepte vorgestellt – von Antipasti (Vorspeisen) über Primi Piatti (Teigwaren, Reis und Suppen) und Secondi Piatti (Fisch, Fleisch, Geflügel, Wild und Eiergerichte) bis zu Dolci (Desserts) – die auch bei uns ohne große Mühe nachgekocht werden können. Diese acht Kapitel sind:

Ligurien und Toskanaküste

Wie in allen Küstenregionen prägt auch hier der Fischfang die Speisekarte. Doch etwas Unverwechselbares kommt dazu: Kräuter, die jedes Gericht intensiv und aromatisch würzen. Aus Ligurien stammt der Pesto, eine intensiv-aromatische Paste aus Basilikum, Knoblauch, Pinienkernen, Käse und Olivenöl. Auch gekocht wird mit Olivenöl, deshalb wird über diese Spezialität ausführlich berichtet. Die Küche ist weitgehend auf Gemüse ausgerichtet – »di magro« nennen das die Italiener. Es wird auf schmalen Terrassen oder in kleinen Gärten gezogen und schmeckt besonders würzig. Liebevoller, zeitaufwendige Zubereitungsmethoden machen die Schlichtheit der Zutaten wieder wett.

Die Po-Ebene

Die ausgedehnte, fruchtbare Landschaft mit den Regionen Emilia-Romagna, Venetien und dem Süden der Lombardei ist das Gebiet der Reisgerichte, zum Beispiel Risotto, den es in vielen Varianten gibt. Kein Wunder, denn auf den feuchten Feldern findet der Reisanbau die besten Voraussetzungen. Eine intensive Weidewirtschaft liefert Fleisch, Milch und Sahne, beliebt sind Käse, Schinken und Wurst sowie Gerichte aus Kalb- und Rindfleisch, die bei niedriger Hitze mit Tomaten und Wein sanft geschmort werden – wie bei Ossobuco, Kalbshaxenscheiben auf Mailänder Art. Butter ist hier wichtiger als Olivenöl. Die Emilia-Romagna ist die Region, in der hausgemachte Pasta, Lasagne, Tortellini und Tagliatelle am häufigsten zu finden sind.

Die Alpengebiete

Sie sind mit am schwierigsten unter einen Hut zu bringen: Fast jedes Tal hat eigene Traditionen, eigene Gerichte. Gemeinsam ist eine einfache, sättigende Küche, die auf den Produkten der Almwirtschaft basiert. Butter und Speck, Käse

und Brot stellen die wichtigsten Zutaten dar. Knödel und Schupfnudeln aus Kartoffelteig zeigen die Verwandtschaft zu nördlicheren Gebieten, Fische kommen aus Gebirgsbächen, nicht aus dem Meer, Süßspeisen spielen eine wichtige Rolle. Berühmte Köstlichkeiten sind weiße Trüffel aus dem Piemont und die immer beliebter werdenden Grappe.

Toskana, Umbrien und die Marken

Anspruchsvolle Einfachheit bis bäuerliche Derbheit kennzeichnen die Küche dieser Regionen, die von sanften Hügelgebieten bis in die rauen Bergzüge des Apennin reichen. Hier wird mit Olivenöl gekocht, als Antipasti gibt es Schinken und Wurst. Tomaten und Hülsenfrüchte spielen eine wichtige Rolle. Fleisch wird viel gegessen, vorwiegend auf dem Rost oder am Spieß gebraten so wie die Bistecca alla Fiorentina, ein riesiges Steak vom Chianina-Rind, das über Holzglut gegrillt wird. An die Stelle der Teigwaren tritt das helle Brot mit knuspriger Kruste. Aus der Toskana stammt einer der bekanntesten Weine Italiens, der Chianti. An der Küste werden köstliche Fischsuppen bereitet, im Bergland kommen Forellen und Karpfen aus Flüssen und Seen.

Latium und Sardinien

Latium ist auf Rom ausgerichtet, hier haben sich traditionelle Gerichte erhalten, die ungekünstelt, kräftig und gehaltvoll sind. Fleisch wird gern in Sauce geschmort, gebraten wird mit Schweineschmalz und Speck. Und hier wird auf den Kaffee besonderer Wert gelegt. Die Küche auf Sardinien basiert auf wenigen Grundzutaten, mit Latium teilt man sich die Vorliebe für Produkte aus Schafmilch: Pecorino und Ricotta.

Abruzzen, Molise, Apulien

Gemeinsames Merkmal dieser Regionen sind die Schäfer, die mit ihren Herden umherzogen und nicht nur Fleisch und Käse, sondern auch neue Kochrezepte brachten. Neben dem apulischen Olivenöl werden reichlich Peperoncini für die einfachen, ursprünglichen Gerichte verwendet, denen sie Feuer und Schärfe verleihen. Hausgemachte Pasta und Hülsenfrüchte spielen eine wichtige Rolle sowie der Fischfang entlang der Küste.

Kampanien und Basilicata

Charakteristisch für die Küche sind schlichte Zutaten für würzige, originelle Gerichte, Paradebeispiel ist die neapolitanische Pizza. Die Vielfalt der Pasta, der Nudelsorten, ist besonders in Neapel beachtlich. Gemüse, Tomaten und Käse gehören zu jedem Essen. Die Basilicata steuert noch die Vorliebe für Schweinernes und Würste bei, dazu einen unglaublichen Verbrauch an höllisch-scharfen Peperoncini.

Kalabrien und Sizilien

Je südlicher, karger und vegetationsärmer die Regionen, desto wichtiger werden Schaf- und Ziegenzucht und die Käseproduktion, früher die einzige Möglichkeit, die Milch der Tiere haltbar zu machen. Auch hier wird die Schärfe der Gewürze geschätzt. In Küstengebieten stellt der Fischfang die Basis für die Kochkunst dar, im Binnenland Schweinefleisch und Würste. Als Gemüse stehen Tomaten und Auberginen im Mittelpunkt, üppige Süßspeisen sowie Zimt und Rosinen in pikanten Gerichten verraten einen orientalischen Einfluß.



Ligurien und Toskanaküste

Das Land und seine Produkte

Im Nordwesten, wo der Stiefel Italiens sich zur Stulpe weitet, erstreckt sich Ligurien, den Golf von Genua umarmend. Daran schließen sich die Küstengebiete der Toskana an, von den Marmorsteinbrüchen Carraras bis hin zur Maremma, dem Marschland im Südosten. Die schmale, nach Süden orientierte Küste Liguriens ist zerklüftet und steigt rasch zum Gebirge an, läßt kaum Platz für Viehzucht und ausgedehnten Ackerbau. Als Entschädigung ist sie reich an schönen Küstenorten und glänzt mit Obst und Gemüse aus winzigen Gärten und schmalen Terrassen. Das milde Klima läßt alles früh gedeihen, begünstigt eine üppige Blumenzucht (vor allem Nelken und Rosen), den Anbau von Spargel, Erdbeeren und Zitrusfrüchten.

Vom Gipfel des Mesco bis zum Montenero reicht ein Abschnitt der Riviera, der als Cinqueterre bekannt ist. Fünf Ortschaften an der steilen Felsküste bilden ein abgegrenztes, vom Land aus schwer zugängliches Gebiet, in dem die ligurische Kultur fast unverfälscht erhalten geblieben ist.

Die Toskanaküste zeigt einen Wechsel von langen Sandstränden, Vorgebirgen, felsigen Vorsprüngen und sichelförmigen Sandstreifen. Die Flüsse haben an ihren Mündungen Ebenen aus Sand aufgeschüttet: Das Meer reichte früher viel weiter ins Land hinein. So war Pisa im Mittelalter eine der größten Seemächte, der Arno bis zur

Stadt schiffbar. Heute erstreckt sich vor der Stadt eine weite Ebene zum Meer, Schwemmland des Arno. Sein Mündungsdelta liefert eine Spezialität von Pisa: Le Cee, junge, noch durchsichtige Aale, vom Ufer aus mit großen Netzen gefangen, werden in Olivenöl mit Salbei gebraten.

Einen eigenen Charakter zeigt die Maremma, bis vor wenigen Jahrzehnten noch »die Bittere« genannt. Das einstige Sumpfgebiet wurde erst im letzten Jahrhundert trockengelegt, vorher mußten die Bewohner in den Bergen aus kargem Boden Land schaffen, das sie bewirtschaften konnten. Jetzt ist die Maremma Kulturland, statt Schafzucht bestimmen heute Getreide, Olivenhaine und Weinanbau den Erwerb.

Fischfang, Olivenanbau und vor allem die wilden Kräuter aus den Bergen prägen die Küche Liguriens. Sie war immer einfach, überwiegend vegetarisch – Italiener nennen das »di magro«. Doch die Schlichtheit der Zutaten wird durch zeitaufwendige und liebevolle Zubereitungen wieder wettgemacht. Zum Kochen und Braten wird vorwiegend das besonders aromatische ligurische Olivenöl verwendet. Zwei Zutaten charakterisieren die Rezepte dieser Region: Fisch und die Kräuter, die überall auf den Hügeln wild wachsen oder in den Gärten gezogen werden. Fisch wird nur als gut eingestuft, wenn er aus dem Golf von Genua stammt.

Obwohl heute die Fänge eher mager sind und den Gästen schon mal tiefgekühlter Fisch vorgesetzt wird. Auch die Küste der Toskana am Thyrrhenischen Meer sorgt für frischen Fisch, Schal- und Krustentiere. Die Fischsuppe aus Livorno, der Cacciucco, gehört zu den besten ihrer Art. Daneben spielt die Jagd eine wichtige Rolle, Rezepte mit Kaninchen sind sehr beliebt. Pastagerichte tauchen nur in einigen regionalen Varianten auf.

Die Liebe der Ligurer zu ihrer intensiv kräutergewürzten Küche kann man gut verstehen, wenn man sich vorstellt, wie früher die Seefahrer nach dem kargen Essen auf See, nach

Salzfisch und Zwieback, bei glücklicher Heimkehr den Duft von Basilikum, Salbei, Rosmarin und Majoran in die Nase bekamen, die würzigen Gemüse auf den Feldern sahen. So gehört der Pesto aus Basilikum, Olivenöl, Knoblauch, Pinienkernen und Käse zu den berühmtesten Zutaten. Doch nirgends schmeckt er so wie hier: Das ligurische Basilikum ist eine kleinblättrige und würzige Sorte, ganz anders als die großblättrige Art, die es bei uns zu kaufen gibt.

Drei Verwendungen kennen die Ligurer für Pesto: in einer – hier besonders dicken und gemüsereichen – Minestrone, als schmelzende Würze auf heißen Trenette (Bandnudeln) und als Sauce zu Trofie, den genuesischen Gnocchi.

Würzige Kräuter gehören auch in den Genueser Salat Cappon magro, übersetzt »magerer Masthahn«, an sich ja schon paradox. Noch mehr, als dafür nicht Geflügel verwendet wird, sondern Fisch, Meeresfrüchte und viel Gemüse.

Menschen, Feste, Sehenswertes

Die Menschen Liguriens sind so verschieden wie ihre Landschaft. An der Küste kontaktfreudig und fortschrittlich, seit jeher weltoffen und auf der Suche nach neuen Kontinenten. So ist es nicht verwunderlich, daß Christoph Kolumbus ein Sohn Genuas ist. Oft erscheint die Seele der Ligurer gespalten: Sie lieben das Abenteuer und die Ferne und haben gleichzeitig einen starken Bezug zu ihrem Land, ihren Freunden und ihrer Kultur. Die ligurische Küche hat den Beinamen »Cucina del ritorno«, die Küche der Wiederkehr, geprägt von der Sehnsucht der Seefahrer nach ihrer Heimat, nach Kräutern und Grün.

Die Bevölkerung des Hinterlandes dagegen ist ernst, verschlossen, zurückhaltend und vom harten Existenzkampf geprägt. Die Dörfer sind oftmals wie Adlerhorste an die schroffen Felsen gebaut, die Häuser schmal, die Gassen eng und steil. Selten verirrt sich ein Tourist einmal ins Hinterland – ganz im Gegensatz zur Küste, wo es in den Sommermonaten schon sehr lebhaft zugeht.

Die Toskaner stehen in enger Beziehung zu ihrer Landschaft. Überall ist ihr Wirken spürbar, ordnend greifen sie mit sparsamsten Mitteln in die Natur ein, geben ihr ein eigenes Gepräge. Man sagt, sie seien geizig und mißtrauisch, aber auch wach und witzig.

Die ganze Küste entlang reihen sich bekannte Dörfer und Städtchen, in denen man unter freiem Himmel gut essen kann. Namen wie Finale Ligure, San Remo, Portofino, Cinqueterre, Viareggio, Pisa und Livorno verraten, daß eine der Haupteinnahmequellen der Küste der Tourismus ist. Doch

wer dem Rummel entfliehen will, findet schon wenige Kilometer weiter im Landesinneren paradiesisch gelegene Dörfer, in denen es sich gut und günstig leben lässt. Auf jeden Fall gehört der Besuch einer Bar zur Lebensart, schließlich hat Italien jede Menge Aperitifs zu bieten, die dem Menü den nötigen Platz schaffen sollen.

Was man sich ansehen könnte: In Pontedassio (Ligurien) das Spaghetti-Museum in der Residenz der Agnesi, wichtiger Teigwarenproduzenten. Hier werden alte und moderne Maschinen für die Pastabereitung gezeigt sowie Dokumente über die verschiedenen Sorten, die bis ins 13. Jh. zurückreichen. In Cassago gibt es ein Bauernmuseum, das Schüler eingerichtet haben, die wissen wollten, wie ihre Großeltern lebten. Sehenswert ist auch der Markt von Chiavari, der an jedem Freitag stattfindet. Er gilt als einer der schönsten und buntesten.

Die Feste: Santa Margherita Ligure bei Genua feiert am 19. März den Frühling. Am Strand gibt es dann Eierkuchen mit Fisch, Kräutern, Honig und Äpfeln. In Camogli findet am Wochenende um den 13. Mai ein großes Fischfest statt, wo in zwei riesigen Pfannen tonnenweise Fisch ausgebacken wird. Lavagna feiert am 14. August das Volksfest »La Torta dei Fieschi«, bei dem eine riesige Torte – es heißt, es sei die größte überhaupt – zur Erinnerung an eine Adelhochzeit vor über 700 Jahren zwischen allen Besuchern aufgeteilt wird. In Belstrino (Provinz Savona) werden 17 verschiedene Olivenqualitäten angebaut. Grund genug, im März ein Fest mit Verkostung und Auszeichnung der besten Oliven und Öle zu feiern, bei dem auch die Zuschauer zum Probieren aufgefordert werden.

Massa an der Toskanaküste feiert jährlich im August ein Winzerfest, bei dem der Wein von Candia ausgeschenkt wird, ein typischer Wein dieser Region, der aber nur in begrenzter Menge gekeltert wird. In der Maremma findet am zweiten Wochenende im Oktober das Reiterfest der Butteri, der

berittenen Rinderhirten, statt. Wenn dieses Ereignis auch für die Gäste abenteuerlich hochgespielt ist, gehört doch beträchtliches Geschick dazu, die wilden Rinder mit den riesigen Hörnern zur Marcatura, dem Einprägen des Brandzeichens, zu treiben.

Die Weine

Viel Wein wird nicht erzeugt in Ligurien, obwohl dessen Rebflächen von der französischen Grenze bis zur Toskanaküste im Süden reichen. Die Berge fallen oft so steil zum Meer ab, dass Weinbau nur auf kleinen Flächen überhaupt möglich ist. Und diese sind so mühsam zu bewirtschaften, dass mancher Winzer die Lust daran verloren hat. So kommen kaum einmal Flaschen über die Alpen zu uns. Andererseits gedeihen in dieser Region, die in die Anbauzonen Riviera Ligure di Ponente im Westen und die Riviera di Levante im Osten grob unterteilt wird, tatsächlich über 100 verschiedene Rebsorten.

Am berühmtesten an der Riviera di Levante sind die Cinque Terre, zum Weltkulturerbe erklärt, wo die Weinreben auf winzigen Terrassen wachsen. Oft ist es gerade einmal ein Hektar Rebfläche, den ein Winzer besitzt, und der verteilt sich dann auf zehn kleine Parzellen, die über steile Steintreppen erklommen werden müssen. Die trockenen Weißweine werden aus den Rebsorten Albarola, Bosco und Vermentino gekeltert, duften nach den Kräutern der Macchia, Blüten und Gewürzen mit einem Hauch der salzigen Brise, die das Meer auf die Trauben bläst. Eine Spezialität ist der Sciacchetrà, ein Dessertwein aus angetrockneten Trauben, der goldgelb, schwer und süß ist und nach Honig und Trockenfrüchten schmeckt. Er würde zum Beispiel zu den Canestrelli (≥) passen. Noch seltener sind die Rotweine der Levante, die aus Grenache-, Syrah- oder auch Cabernet-Sauvignon-Trauben gekeltert werden.

Mehr Rotwein gibt es im Westen Liguriens. Zum Beispiel von der nur hier vorkommenden Rossese-Traube, die einen weichen, duftigen bis eleganten Rotwein ergibt wie den Rossese della Riviera Ligure di Ponente, guter Begleiter der

Fiori di zucchini ripieni (≥) oder den Rossese di Dolceacqua, kraftvoll und intensiv, der zu Braten und dunklem Fleisch passt.

Eingebettet in die westliche Weinregion sind mehrere Anbauggebiete wie die Colli di Luni (die sich bis zur Toskanaküste fortsetzen), Golfo del Tigullio, dessen Weißweine aus Vermentino-Trauben mit Pasta wie Ravioli und Trenette (≥ und ≥) harmonisieren, während ein Rosato (ein Rosé-wein aus Ciliegiolo und Dolcetto) zu Pansòti (≥) und zur Cima alla genovese (≥) schmeckt. In dieser Region wird auch ein Passito, ein Dessertwein aus getrockneten Moscato-bianco-Trauben hergestellt. Schließlich der Bereich Val Polcevera mit Rotweinen aus Dolcetto-, Sangiovese und Ciliegiolo-Trauben, die in der Region zum Spezzatino con zucchini (≥) getrunken werden. Ein Rosso aus den Colline di Levante (aus den Rebsorten Sangiovese und Ciliegiolo) wäre schließlich noch der ideale Begleiter für Bollito freddo (≥). Außerhalb Liguriens werden Sie diesen Weinen allerdings selten begegnen.

Sind die Weine Liguriens regional, so sind besonders die Rotweine der Toskanaküste international. In der DOC-Zone Bolgheri, deren heiße Sommer durch frische Brisen vom Meer gemildert werden, reifen die Trauben sehr gut und schon früh pflanzten unternehmungslustige Erzeuger Cabernet Sauvignon und Merlot, die Leitrebten der Bordeauxweine. Und genau diesen sollten die Spitzenweine, international „Super Tuscans“ (Supertoskaner) genannt, die Stirn bieten. Den Stars der heutigen DOC Bolgheri Superiore gelang das auch mit den weltweit bekannten Weinen Sassicaia, Ornellaia, Guada al Tasso und Paleo. Fragt man die Winzer, zu welchen Gerichten sie diese würzigen, intensiven Weine trinken, so antworten sie „zu Wildschweinbraten“. Diese Tiere, die mit Vorliebe süße, reife Trauben fressen, haben sie nämlich lieber im Kochtopf als im Weinberg.

Neben den Giganten sollten aber die weniger spektakulären Weine für jeden Tag nicht übersehen werden. Vom Bolgheri die Rosato-Version wie den Scalabrone, ein Roséwein aus Cabernet, Merlot und Sangiovese, der fruchtig nach Beeren und Kräutern schmeckt und mit seiner spritzigen Art zu Pasta mit Tomatensauce wie auch zu Kalbfleisch passt. Den Montescudaio, den es als Rotwein (überwiegend aus Sangiovese-Trauben) und als Weißwein (vor allem aus Trebbiano-Trauben) gibt. Oder den nach reifen schwarzen Kirschen duftenden Morellino di Scansano (aus einer Sangiovese-Art), der in den letzten Jahren immer beliebter wurde und der sich gut zu dunklem Fleisch trinken lässt. Sangiovese überwiegt auch beim roten Monteregio di Massa Marittima, der nur ein kleines Stück nördlich vom Morellino hergestellt wird und ihm recht ähnlich ist. Ihn gibt es auch als Weißwein aus Trebbiano- und Vermentino-Trauben. Reine Vermentino-Weine trinken sich immer gut zu Fisch wie Stoccafisso und Sarde in marinata (≥). Zum Caciucco (≥) wäre ein Bianco di Bolgheri oder ein Bianco di Pitigliano (beide aus Trebbiano-Trauben) ideal. Aus der gleichen Traubensorte, die frischfruchtige, nach gelben Birnen schmeckende Weine ergibt, ist auch der Weißwein der Insel Elba gekeltert, der trocken und delikat schmeckt. Roter Elba-Wein besteht meist aus Sangiovese-Trauben und sollte recht jung getrunken werden. Die würzig-fruchtige Rebsorte Ciliegiole, die vor allem in Cuvées, heute auch öfter reinsortig auftaucht, wird überall in der Toskana angebaut. Als frischer, süffiger Rotwein, zum Beispiel aus der DOC Sovana im Süden der Maremma, schmeckt er hervorragend zu Minestrone col pesto (≥).



Rezepte der Region



Torta pasqualina

Ostertorte (Ligurien)

Zutaten für 8 Portionen:

Für den Teig:

*500 g Mehl + Mehl zum Ausrollen
2 EL Olivenöl + Öl zum Bestreichen
Salz*

Für die Füllung:

*1 kg Blattspinat
1-2 TL Majoran (frisch oder getrocknet)*

*1 trockenes Brötchen ohne Rinde
80 g frisch geriebener Parmesan
etwa 100 ml Milch
500 g Ricotta (italienischer Frischkäse, ersatzweise
Speisequark)
50 g Butter
8 Eier
Salz, Pfeffer*

*Zubereitungszeit: 3 Std.
Pro Portion: 2620 kJ / 620 kcal*

Etwas aufwendig ist sie schon, diese ungewöhnliche Spezialität aus Genua, die früher hauptsächlich zur Osterzeit liebevoll fabriziert wurde. Nicht weniger als 33 Schichten knusprigen Teiges durften es damals sein – als Symbol für die 33 vollendeten Lebensjahre Jesu Christi. Heute läßt man sich die Torte auch dann schmecken, wenn sie etwas weniger Mühe bereitet hat. Ein bequemer Trick, aber durchaus keine Sünde wäre es, wenn Sie der Einfachheit halber einmal auf tiefgekühlten Blätterteig zurückgreifen würden...

In Italien recht beliebt ist die Variante, Ricotta und Gemüse nicht zu vermischen, sondern als getrennte Schichten aufzutragen.

Ganz wichtig: nicht direkt aus dem Kühlschrank heraus servieren – lauwarm schmeckt die Torte am allerbesten!





1 Für den Teig 500 g Mehl mit einer Prise Salz auf das Backbrett geben, 2 EL Öl untermischen und mit soviel Wasser (etwa $\frac{1}{4}$ l) verkneten, daß ein glatter, geschmeidiger Teig entsteht. Etwa 10 Min. kräftig durchkneten. Teig in 12 gleichmäßig große Stücke teilen, zu kleinen Kugeln formen und auf ein mit Mehl bestäubtes Tuch legen. Mit einem leicht angefeuchteten Tuch abdecken, etwa 1 Std. ruhen lassen.



2 Für die Füllung Spinat putzen und waschen. Tropfnaß in einen Topf geben, salzen und kurz aufkochen. Danach die Blätter gut abtropfen und abkühlen lassen, fest auspressen. Spinat fein hacken und mit Salz, Pfeffer und Majoran würzen.



3 Das Brötchen kleinschneiden und in etwa 100 ml Milch einweichen. 2 Eier verquirlen und 2-3 EL Parmesan einrühren. Mit dem leicht ausgedrückten Brötchen vermischen, Ricotta oder gut abgetropften Quark untermischen, Spinat vorsichtig unterheben. Kräftig würzen.



4 Eine der Teigkugeln auf bemehlter Fläche so dünn wie möglich ausrollen, danach mit den Händen vorsichtig in alle Richtungen noch dünner ausziehen (vergleichbar mit einem Strudelteig).



5 Eine Springform (26 cm ø) ölen, die Teigplatte so hineinlegen, daß sie den Rand der Backform etwa 1 cm überlappt. Leicht mit Öl einstreichen.
5 weitere Teigportionen ebenso verarbeiten und nacheinander in die Form legen. Jede Schicht, außer der letzten, mit Öl bestreichen.



6 Vorbereitete Füllung auf dem Teig verteilen, glattstreichen und mit etwas Öl beträufeln. Mit einem Löffelrücken in gleichmäßigen Abständen sechs Vertiefungen in die Füllung drücken. Jeweils 1 Flöckchen Butter hineingeben. 6 Eier nacheinander vorsichtig aufschlagen, in die Vertiefungen gleiten lassen, ohne daß der Dotter verletzt wird. Eier salzen und pfeffern, mit restlichem Käse bestreuen. Backofen auf 200° vorheizen.



7 Die übrigen Teigportionen ausrollen, dünn ausziehen und ebenfalls nacheinander in die Form legen, dabei jeweils dünn mit Öl bestreichen, am Rand mit Butterstückchen belegen. Die überlappenden Teigländer nach innen aufrollen und andrücken.



8 Teigoberfläche mit Öl einstreichen. Vorsichtig einige Löcher einstechen, damit der Dampf entweichen kann (dabei die Eier nicht verletzen!). In den vorgeheizten Backofen schieben (Gas: Stufe 3) und in etwa 75 Min. goldbraun backen. Lauwarm oder abgekühlt servieren.

Sardenaira

Pikanter Kuchen mit Sardellen (Ligurien)

Zutaten für 8-10 Portionen:

Für den Teig:

500 g Mehl

30 g Hefe

4 EL lauwarme Milch

4 EL Olivenöl + Öl fürs Blech

Salz

Für den Belag:

1 kg frische Tomaten

1-2 TL Oregano (frisch oder getrocknet)

frisches Basilikum

2 weiße Zwiebeln

100 g schwarze Oliven

100 g eingelegte Sardellenfilets

3 Knoblauchzehen

6 EL Olivenöl

Zubereitungszeit: 2 Std.

Bei 10 Portionen pro Portion: 1300 kJ / 310 kcal

1 Teig: 500 g Mehl auf die Arbeitsfläche häufen, eine Mulde hineindrücken. 30 g Hefe in 4 EL lauwarmer Milch auflösen, dazugeben. $\frac{1}{2}$ TL Salz, 4 EL Olivenöl und etwa $\frac{1}{4}$ l lauwarmes Wasser einarbeiten, bis ein glatter Teig entsteht. Mit einem Tuch bedecken, an einem warmen Ort 1 Std. gehen lassen.

2 Belag: Tomaten kurz überbrühen und enthäuten, kleinschneiden. 2 Zwiebeln fein hacken, in 4 EL heißem Olivenöl andünsten. Tomaten dazugeben. Im offenen Topf sanft köcheln, bis alle Flüssigkeit verdampft ist. 100 g

Sardellenfilets abspülen, fein hacken und untermischen.
Backofen auf 175° vorheizen.

3 Ein großes Blech ölen, Teig mit den Händen darauf verteilen und flachdrücken. Tomaten aufstreichen. Knoblauch in Scheibchen schneiden, mit 100 g Oliven und Oregano auf dem Teig verteilen. 45 Min. in den Backofen (Gas: Stufe 2) schieben. Zum Schluß Basilikum aufstreuen.