



Menù estivo italiano 3. Juli 2023

Aperitivo

Prosecco leggero / Sanbitter

Antipasti

Peperoni con peperoncino & aglio

Olive siciliane

Pane carasau

Primo piatto

Cozze alla marinara

Bruschette al aglio & pomodoro

Secondo piatto

Bracirole di vitello „Milanese“

Risotto al limone con pomodorini

Dolce

Coppa di melone e lavanda

Limoncello fatta in casa

Espresso / Sambuca

Antipasti
Peperoni con peperoncino & aglio
Olive siciliane
Pane carasau/*Carta da musica (Notenblätter)*

4 Portionen **Zubereitung ca. 15 Min. (plus Bratzeit)**

- Zutaten:**
- 1. Peperoni con peperoncino & aglio:**
 - 6 El Olivenöl
 - 300 gr. ganze, milde Peperoni/(Pimientos)
 - 4 Knoblauchzehen
 - $\frac{1}{2}$ -1 rote Chilischote
 - Salz
 - 2. Olive siciliane (Marinierte Oliven):**
 - unbehandelte Orange
 - Olivenöl
 - Schwarze Oliven
 - 3. Pane carasau*:** Rosmarinzweiglein / Meersalz

Zubereitung:

1. Knoblauchzehen schälen und halbieren. Chilischote putzen, entkernen, und klein hacken.
Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Peperoni putzen, waschen und im heissen Olivenöl etwa 5 Minuten unter Rühren von allen Seiten braten.
Wenn die Haut der Peperoni beginnt, sich braun zu färben, Knoblauch und Chilischoten zugeben und mit Salz würzen. Weitere 5 Minuten braten.
2. Schwarze Oliven mit der Schale einer unbehandelten Orange, in feine Streifen, in ein Glas mit Schraubdeckel geben, mit Olivenöl bedecken. Ca. 3 Tage bei Raumtemperatur marinieren.
3. Pane carasau mit wenig Olivenöl beträufeln, Rosmarinzweiglein darauf verteilen.
Backen: ca. 5 Min. bei 180 Grad. Mit wenig Meersalz bestreuen.

Servieren

Peperoni und Pane carasau *: heiss oder kalt - Oliven inkl. Ölmarinade - servieren.

*Erhältlich in italienischen Spezialitätenläden

Primo piatto

Cozze alla marinara

4 Portionen

Vor- und zubereiten ca. 20 Minuten

Zutaten:

- $\frac{3}{4}$ bis 1 kg Miesmuscheln
- 2 El Olivenöl
- 3 Knoblauchzehen
- 1 El Zitronensaft
- 1 Bund glattblättrige Petersilie - grob gehackt
- 1 unbehandelte Zitrone in Schnitzen
- Oregano / Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

1. Miesmuscheln unter fliessendem Wasser gut bürsten, Bart abschneiden, **bereits offene Muscheln wegwerfen, sie sind ungeniessbar**
2. Olivenöl in grosser Pfanne warm werden lassen, gehackter Knoblauch andämpfen, Muscheln begeben, unter rühren kurz mitdämpfen
3. Zitronensaft begeben, zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. köcheln, bis sich die Muscheln öffnen. **Nicht aufgegangene Muscheln wegwerfen, sie sind ungeniessbar.**

Servieren

Miesmuscheln mit dem Sud in tiefe Teller verteilen, Petersilie darüber streuen mit Zitronenschnitzen garnieren. Dazu passt: Tomaten-Knoblauch-Bruschette, Weissbrot*

*"fare la scarpetta" (einen kleinen Schuh machen)

Typisch italienische Gepflogenheit - die imaginären Vorurteile der andern vergessen und wie ein richtiger Italiener leben/essen.

Redensart, vermutlich aus Süditalien: sich aus Armut und Notwendigkeit des übriggebliebenen von den fremden Tellern zu begnügen, dass durch das Reiben mit dem Brot aufgetunkt werden kann - so wie Schuhe, die auf dem Boden reiben.

Bruschette al aglio & pomodoro

Je 8 Scheiben

Zubereitung ca. 25 Min. (al aglio: + 30 Min. marinieren)

Bruschette al aglio:

Zubereitung:

- a. **3 El Olivenöl** in eine kleine Schüssel geben, **einige Thymianzweiglein** bis zur Hälfte in das Öl tauchen, ca. 30 Min. stehen lassen.
- b. **Italienisches Ciabatta** oder Baguette (ca. 250 gr.), in ca. $1\frac{1}{2}$ cm dicke Scheiben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, Brotscheiben mit Hilfe der Thymianzweiglein mit Öl bestreichen.
- c. Rösten: ca. 5 Min. in der Mitte des 250 Grad vorgeheizten Ofens, herausnehmen. **1 ungeschälte Knoblauch** halbiert, Bruschette damit einreiben, **2 Prisen Salz, wenig Pfeffer** aus der Mühle, würzen.

Bruschette al pomodoro

- d. **4 reife, aber feste Tomaten** kreuzweise einritzen, kurz mit kochendem Wasser überbrühen Tomaten und mit kaltem Wasser abschrecken, schälen und in Würfeln schneiden.
- e. $\frac{1}{2}$ **Bund Basilikum** in Streifen schneiden und zu den Tomaten geben. **2 El Olivenöl** dazugeben, mit **Salz** und **schwarzem Pfeffer** würzen.
- f. **8 Scheiben Ciabattabrot** in ca. $1\frac{1}{2}$ cm schneiden im Backofen bei 250 Grad auf dem Gitter für einige Minuten rösten
- g. **2 Knoblauchzehen** schälen und halbieren und auf geröstetem Brot einreiben. Tomatenmischung auf Scheiben verteilen

Servieren

Mit **4 El Olivenöl** beträufeln und sofort servieren.

Menù estivo italiano



Antipasti

Primo piatto



Secondo piatto



...buen apetito

Secondo piatto
Bracirole di vitello „Milanese“ (Lombardei)
Risotto al limone con pomodorini

Für 4 Personen **Fleisch ca. 20 Min. Risotto ca. 30 Min.**

Zutaten Koteletts

- 4 Kalbskotelett à ca. 200 gr. Knochen bestimmt in der Regel das Gewicht - oft auch bis 400 gr.
- 2 Eier
- Paniermischung/Panko „Dominique-Art“
- Mehl/Senf/Salz/ Pfeffer/
- 1 unbeh. Zitrone für Deko
- 200 gr. Bratbutter (mit **Salbeiblätter**)

Zutaten Risotto:

- 200 gr. Risottoreis (Beilage: ca. 50 gr/Person)
- 1-2 Zwiebeln gehackt/ Öl zum dünsten
- 1 Bio-Zitrone, abgeriebene Schale + ganzer Saft
- 80 gr. Parmesan ev. Mascarpone, 2 El Butter
- ca. 1 l Gemüsebouillon vorkochen

Zubereitung:

1. **Koteletts:** Mit einem scharfen Messer das Fleisch nahe dem Knochen abtrennen, aber das Fleisch nicht komplett vom Knochen lösen. Das Fleisch leicht flachklopfen. Eier verquirlen. Die Koteletts zuerst mit Senf einstreichen, dann in Mehl/Ei wenden. Panade mit Hand gut andrücken. Koteletts ca. 5 Minuten sanft anbraten, überflüssige Butter abtropfen lassen, würzen- mit Zitronenspalte, heiss servieren.
2. **Risotto:** Öl in Pfanne mit Zwiebeln andämpfen. Reis und Zitronenschale begeben, unter rühren glasig dünsten. Zitronensaft dazugeben und vollständig einkochen. Bouillon unter häufigem Rühren nach und nach dazugeben, ca. 20 Min. köcheln. Butter und Käse daruntermischen.
3. **Ca. 8 Cherry-Tomaten:** am Zweig in Öl und Balsamico dämpfen.

Servieren

1 El Zitronensaft und 2 El Öl verrühren, salzen. **Petersilie** begeben mischen. Risotto anrichten, Zitronenöl und Parmesan darüber verteilen. Tomaten anrichten.

Dolce

Coppa di melone e lavanda

4 Gläser à 2.5 dl

Zubereitung ca. 30 Min. (plus auskühlen lassen)

Tipp:

Wenn du es nicht so mit Lavendel hast, lass einen kleinen Zweig Rosmarin im Rotweinsirup ziehen.

Zubereitung:

1. **1.5 dl Rotwein** mit **50 g Zucker** sirupartig einkochen. **4-5 Zweige Lavendel** aus dem Garten in den Sirup geben, auskühlen lassen. Lavendel entfernen.
2. **2 dl Vollrahm** steif schlagen. **100 g Mascarpone** mit ca. 3 El gemachtem Lavendelsirup glattrühren, Rahm unterheben. Creme in einen Spritzsack mit Sterntülle füllen - kühl stellen.
3. $\frac{1}{4}$ **Charentais-Melone** und $\frac{1}{4}$ **Galia-Melone** entkernt, in feine Schnitze schneiden. **4 Amaretti** grob hacken. Restlichen Lavendelsirup in hohe Gläser verteilen.
4. Je eine grosse Creme-Rosette daraufspritzen. Pro Portion 4-5 Melonenschnitze dem Glasrand entlang in den Rahm stecken.

Mit Amaretti und **Lavendelblüten** garnieren. Sofort servieren.

