

# Piemont

Wo der Reis fürs Risotto wächst

**Wer Piemont hört, der denkt zuerst einmal an Trüffel, weltweit die bekannteste Delikatesse der**



**Region – und eine sehr rare obendrein. Ein anderes, eher alltägliches Produkt des Piemonts wie der Reis wird daher kaum wahrgenommen. Und doch sind hier im Nordwesten Italiens die größten Reiskulturen Europas. Seit mehr als fünfhundert Jahren wird dieses Getreide in den Provinzen Novara und Vercelli angebaut, auf deren flachen Ebenen sich die Reisfelder bis zum Horizont erstrecken.**

Erst seit etwa hundert Jahren freilich hat der Reisanbau große wirtschaftliche Bedeutung für die Region. Sumpfbereiche wurden trockengelegt und fruchtbares Ackerland daraus gemacht. Von diesem planerischen Eingriff des Menschen in die Natur zeugen die schnurgeraden Straßen und die mit Pappeln bepflanzten Dämme, die wie ein Gitternetz über den wassergefluteten Feldern liegen.

Heute erledigen Maschinen fast alle Arbeit hier. Früher war der Reisanbau voller Mühen, die meisten Arbeiten wurden von Hand erledigt. Einzelnen wurden die Körner gesät. Waren sie aufgegangen und hatten die Jungpflanzen eine bestimmte Höhe erreicht, dann setzt man die Schößlinge um. Vorher wurden die Felder geflutet. Es war und ist die große Kunst eines Reisanbauern, seine Felder so plan anzulegen, daß das Wasser überall gleichmäßig hoch steht. Ursprünglich wuchs der Reis auf dem Trockenen. Doch durch Mutationen hat er sich zu einer Sumpfpflanze entwickelt. Nur wenige Sorten werden heute „trocken“ kultiviert.

Das Wasser läßt man erst nach der Blüte ab. Je nach Sorte und klimatischen Bedingungen wird nach vier bis sechs Monaten geerntet. Im Piemont erledigen das die Mähdrescher. *Mondinen*, Reisarbeiterinnen, kommen nicht mehr zum Einsatz. Die traditionelle Methode wird nur noch in asiatischen Ländern praktiziert, wo menschliche Arbeitskraft nach wie vor billig ist.

Die Bedeutung, die der Reis in Norditalien hat, spiegelt sich in vielen Gerichten der piemontesischen und lombardischen Küche wider. Im Risotto können sich die Eigenschaften des norditalienischen Rundkornreis, des *Arborio*, des *Carnaroli* und des *Maratelli* so richtig entfalten. Er nimmt viel Flüssigkeit auf und wird doch nicht breiig, sondern bleibt bißfest. Die weiche Stärke an der Außenseite des Kornes wird durch unablässiges Rühren gelöst und gibt dem *Risotto* seine sämige Konsistenz. Als *primo piatto*, als erster Gang, wird *Risotto* im Norden oft anstelle von Pasta serviert.

## Zucchini sott'olio

### Eingelegte Zucchini

Eingelegte Gemüse werden gern als *antipasto* serviert – vor dem *primo piatto*, der meist aus *Pasta*, *Gnocchi* oder *Risotto* besteht.

### Zutaten für etwa 8 Gläser à 500 g:

3 kg kleine Zucchini,  
Salz,  
2 l Weißweinessig,  
Pfefferkörner,  
Basilikum,  
frische Lorbeerblätter,  
frischen Oregano,  
Knoblauch,  
Olivenöl



Zuerst die ungeschälten Zucchini in etwa 1 cm Scheiben schneiden und kräftig salzen, um den Scheiben Flüssigkeit zu entziehen. Für drei Stunden in ein Sieb legen, damit die salzige Flüssigkeit abtropfen kann. Den Essig mit einigen Pfefferkörnern erhitzen. Die Zucchini zwei Minuten in dem Essig kochen, abgießen, abtropfen lassen und mit einem Küchentuch trocknen. Die Zucchinischeiben abwechselnd mit Basilikum und Lorbeerblättern in fest verschließbare Gläser schichten, etwas Oregano und je eine Knoblauchzehe dazugeben. Die Gläser mit Olivenöl auffüllen und an einem kühlen, dunklen Ort mindestens zwei Wochen durchziehen lassen. Innerhalb von 4 Monaten aufbrauchen.

### Tip:

- Der *Zucchini*, ein Sommerkürbis aus Italien, schmeckt sehr aromatisch, wenn er zwischen 15-20 cm lang ist. Riesen-Zucchini, wie sie auf unseren Märkten gelegentlich angeboten oder von Hobby-Gärtnern stolz präsentiert werden, haben meist schon ein trockenes und geschmacksarmes Fruchtfleisch.

## Minestra di riso

### Gemüsesuppe mit Reis

**Reis ist eine charakteristische Zutat in norditalienischen Gemüsesuppen – genauso wie Bohnen in der Toskana, Salat und frische Kräuter an der Riviera und Tomaten, Knoblauch, Olivenöl und manchmal *Pasta* im Süden des Stiefels. Meist stellen die italienischen Köchinnen ihre Gemüsesuppen danach zusammen, was gerade auf dem Markt ist oder im Garten wächst.**

### Für 6 Personen:

Zwiebel,  
 Knoblauch,  
 Lauch,  
 Stangensellerie,  
 Karotten,  
 Spinat,  
 Mangold,  
 Zucchini,  
 Petersilie,  
 Basilikum,  
 50 g Butter,  
 1,5 l Wasser,  
 1 große festkochende Kartoffel,  
 50 g Rundkornreis (*Carnaroli, Arborio, Maratelli*),  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 50 g frisch geriebener Parmesan



Orientieren Sie sich beim Gemüse für ihre Suppe am aktuellen Marktangebot. Der Anteil an Gemüse und Kräutern sollte, die Kartoffel nicht mitgerechnet, zwischen 400 und 500 g betragen. Sie können auch größere Mengen davon kaufen, die Sie fein hacken und einfrieren, wie Pia Cerri es macht. Lauch und Stangensellerie haben einen sehr intensiven Geschmack. Mehr als eine Lauchstange und 1-2 Stengel Sellerie sollten Sie also nicht verwenden. Selbstverständlich können Sie auch bei den Kräutern variieren und *Pecorino* anstelle des *Parmesan* darüber streuen. Wenn Sie diese Suppe als leichten Auftakt eines Menüs servieren wollen, dann sollten Sie bei der Auswahl und der Menge der Gemüse und Kräuter auch die folgenden Gänge berücksichtigen.

Alle Gemüse und Kräuter gründlich putzen und klein hacken. Dann in der Butter auf kleinster Flamme 10-15 min andünsten. Sie dürfen nicht braun werden. Mit dem Wasser auffüllen. Die geschälte und in Stücke geschnittene dazugeben, leicht salzen und 30 min kochen. Den Reis einrühren und weitere 20 min kochen. Abschmecken. Jede Portion bei Tisch mit etwas Parmesan bestreuen.

**Tips:**

- Achten Sie beim Käsekauf auf den echten Parmesan, den *parmigiano-reggiano*. Ein Käse darf nur dann diesen Namen tragen, wenn die Milch von Kühen aus einem gesetzlich festgelegten Gebiet in den Provinzen Parma und Reggio Emilia stammt.
- Kaufen Sie Parmesan immer frisch am Stück und reiben Sie ihn erst kurz vor dem Essen. In Wachspapier und Alufolie verpackt, hält er sich im Kühlschrank etwa einen Monat, ohne an Qualität zu verlieren. Guter *parmigiano-reggiano* hat einen blassen Bernsteinton, sieht nicht trocken aus und hat keine weißen Flecken. Besonders unter der Rinde sollte er nicht weißlich sein, denn das ist ein untrügliches Zeichen, daß er langsam austrocknet – vermutlich, weil er nicht richtig gelagert wurde.

# Risotto al Gorgonzola

## Risotto mit Gorgonzola

In diesem Rezept werden erst die Zwiebeln mit dem Weißwein abgelöscht. Viele andere *Risotto*-Rezepte sehen vor, daß der Reis erst in der Butter kurz angebraten und dann die Brühe zugegeben wird. Auf jeden Fall sollten Sie den Reis ständig rühren. Nur so erhält das Risotto seine unnachahmliche Beschaffenheit: es sollte nicht zu feucht und nicht zu trocken sein und auf keinen Fall breiig. Verwenden Sie für ihr *Risotto* wirklich nur den besten italienischen Rundkornreis (*Arborio, Carnaroli, Maratelli*). Die Brühe darf nicht zu kräftig sein, um den Geschmack der übrigen Zutaten nicht zu übertönen. Das Risotto schmeckt sonst sehr nach Brühe.

### Für 4-5 Portionen:

1 große Zwiebel,  
 70 g Butter,  
 200 ml trockener Weißwein,  
 1.200 ml leichte Brühe (Geflügel, Kalb, Rind),  
 350 g italienischer Rundkornreis,  
 150 g *Gorgonzola* (ohne *Mascarpone*),  
 150 ml süße Sahne,  
 Salz,  
 Pfeffer



Die Zwiebeln schälen, fein hacken und in 50 g Butter glasig dünsten. Bringen Sie währenddessen die Brühe zum Kochen. Die Zwiebeln mit Wein ablöschen. Etwas einkochen lassen. Geben Sie dann den ungewaschenen Rundkornreis dazu. Einen Schöpflöffel von der Brühe unter Rühren zum Reis geben, den man von da an ständig umrühren muß. Nur so erreichen Sie die sämige Konsistenz, die charakteristisch für ein gutes *Risotto* ist. Kochen sie den Reis auf mittlerer Hitze. Achten Sie darauf, daß der Reis nicht ansetzt. Immer, wenn der Reis die Brühe aufgesogen hat, einen weiteren Schöpflöffel von der heißen Brühe zugeben. Fahren Sie mit dem Rühren und der Zugabe von Brühe fort, bis der Reis weich, aber noch bißfest ist. Rechnen Sie dafür zwischen 20-30 min. Beginnen sie nach 20 min zu kosten. Wenn die Brühe aufgebraucht ist, nehmen Sie heißes Wasser. Nach 20 Minuten den *Gorgonzola* in kleinen Stücken unterrühren. Wenn der Reis weich, aber noch bißfest ist, das *Risotto* mit der Sahne, der restlichen Butter und ein wenig Brühe fertig stellen. Sofort servieren.

### Tip:

- Ein Risotto muß sofort aufgetragen werden, beim Aufwärmen wird es nämlich schwer.

## Frittelle verdi

### Mangoldklößchen

**Am besten servieren Sie Mangoldklößchen als *piatto di mezzo*, als Zwischengang zwischen *primo piatto* und *secondo piatto*, der Vorspeise und dem Hauptgang.**

### Für 12 Klößchen/ 4 Portionen:

600 g Mangold,  
Salz,  
frischgemahlener Pfeffer,  
4 Eier,  
50 g frisch geriebener Parmesan,  
2 EL Semmelbrösel,  
Olivenöl



Waschen Sie den Mangold gründlich und schneiden Sie die grünen Blätter von den Stielen. Bei faserigen Mangoldstielen die Fasern vom Wurzelende her abziehen. Die Stiele in grobe Stücke schneiden, die Blätter zerreißen. In einem großen Topf 2-3 l Wasser zum Kochen bringen und leicht salzen. Kochen Sie darin die Stiele 7 min; dann die Blätter dazugeben. Wieder zum Kochen bringen. Den Mangold noch 1 Minute im Topf lassen, dann abgießen und sofort mit kaltem Wasser gründlich abschrecken. Abtropfen lassen. Drücken Sie den Mangold sehr gut aus, hacken Sie ihn dann fein und vermengen sie ihn mit Salz, Pfeffer, den Eiern, dem Parmesan und den Semmelbröseln. Abschmecken. Sollte der Teig zu feucht sein, geben Sie weitere 1-2 EL Semmelbrösel dazu. In eine geräumige Pfanne mit hohem Rand soviel Olivenöl gießen, bis das Öl etwa 5 mm hoch steht. Mit zwei Eßlöffeln 12 Klößchen formen. Bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 5-7 min braten. Vorsichtig wenden, am besten mit einem breiten Spatel. Sie sollten außen gut gebräunt, innen aber noch grün und saftig sein. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und sofort heiß servieren.

### Tips:

- Mangold ist vom Früh- bis Spätsommer im Angebot. Die Blätter sollten knackig und dunkelgrün, die Stiele fest und makellos weiß oder rot sein. Wie Spinat muß Mangold immer gründlich gewaschen werden.
- Mangold nicht in Aluminium- oder Eisentöpfen kochen.
- Geben Sie niemals zu viele Klöße oder Frikadellen auf einmal in die Pfanne. Es sollte immer genügend Raum zum Wenden zwischen den Bratlingen sein. Halten Sie die fertigen Klößchen unter Alufolie im Backofen (50 °C, keine austrocknende Umluft) warm.

## Paniscia alla novarese

Reis mit braunen Bohnen und Salami

Die *Paniscia* oder auch *Panissia* ist das Gericht der Provinz Novara. Wie ein klassisches Risotto sollte sie nur mit bestem italienischem Rundkornreis zubereitet werden. Die *Paniscia* ist nicht so sämig wie ein gutes *Risotto*, sondern etwas trockener. Wenn Sie keine kleinen braunen Bohnen bekommen, die nach 20-30 min Kochzeit gar sind, kochen Sie die Bohnen getrennt vor, bevor Sie sie an die *Paniscia* geben.

Für 4–5 Portionen:

300 g braune Bohnen,  
 4 Tomaten,  
 2 Zwiebeln,  
 120 g weiche Salami vom Schwein,  
 100 g *Pancetta* (Bauchspeck),  
 1,5 l Fleischbrühe (Geflügel, Rind, Kalb),  
 5 EL Butter,  
 450 g Rundkornreis,  
 100 ml *Prosecco*,  
 Salz,  
 Pfeffer



Weichen Sie die Bohnen über Nacht in kaltem Wasser ein. Am nächsten Tag ritzen Sie die Tomaten am Stielansatz ein, tauchen sie kurz in kochendes Wasser und schrecken sie unter kaltem Wasser ab. Häuten Sie die Tomaten. Man schneidet sie in 2 cm große Stücke und entfernt die Tomaten-Samen. Die Zwiebeln schälen und fein hacken. Die Salami häuten und ebenso wie den *Pancetta* fein hacken. Bringen Sie die Brühe zum Kochen. Zwiebeln, Salami und *Pancetta* in der Butter 5 min anbraten. Dann den Reis zugeben und alles in der Pfanne wenden, bis die Körner glänzen. Mit 200 ml Wein ablöschen. Fügen Sie jetzt die Tomaten und die braunen Bohnen dazu. Wie bei einem *Risotto* nach und nach unter ständigem Rühren heiße Brühe zugeben, bis der Reis weich, aber noch bißfest ist. Das dauert zwischen 20-30 min. Beginnen sie nach 20 min zu kosten. Sollte die Brühe aufgebraucht sein, fahren sie mit heißem Wasser fort. Die *Paniscia* erst im letzten Moment mit Salz und Pfeffer würzen und sofort heiß servieren.

**Tips:**

- Achten Sie beim Kauf getrockneter Hülsenfrüchte auf eine kräftige Farbe und eine glatte Haut.
- Die Kochzeit von getrockneten Hülsenfrüchten variiert nach Größe, Sorte und Alter. Die Einweichzeit ist ein weiterer Faktor: Je länger die Einweichzeit, desto kürzer die Garzeit. Salz und andere, säurehaltige Zutaten wie etwa Essig sollten Sie der Kochflüssigkeit erst zufügen, wenn die Bohnen fast gar sind. Sie werden sonst hart. Mineralstoffreiches Leitungswasser sollten Sie filtern oder durch Zugabe von einer Prise Natron „weicher“ machen.
- Bohnen enthalten Giftstoffe, die erst durch das Kochen zerstört werden. Sie sollten daher mindestens 10 min gekocht und niemals roh verzehrt werden.



# Tapulone

## Fleischsauce mit Steinpilzen

**Pia bereitet ihre *Tapulone* mit Eselsfleisch zu. Pferdefleisch ist ein guter Ersatz für diese würzige Sauce, die Sie mit breiten Bandnudeln oder Brot servieren können.**

### Für 4 Personen:

2 Knoblauchzehen,  
 600 g Hackfleisch (Esel, Pferd, Rind),  
 1 Lorbeerblatt,  
 2 EL Olivenöl,  
 2 EL Butter,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 1 zerstoßene Gewürznelke,  
 400 ml trockener Rotwein,  
 200 ml Rinderbrühe,  
 200 g frische Steinpilze, ersatzweise 80 g getrocknete Steinpilze, 30 min in heißem Wasser eingeweicht



Die Knoblauchzehen schälen und fein hacken. Zusammen mit dem Hackfleisch und dem Lorbeerblatt in Olivenöl und Butter kräftig anbraten. Vorsichtig salzen, pfeffern und die zerstoßene Gewürznelke zugeben. Jetzt gießen Sie den Wein an und lassen ihn auf großer Flamme etwas einkochen. Die Fleischbrühe dazu geben und weitere 60 min auf kleiner Flamme im geschlossenen Topf kochen lassen. Die Steinpilze mit einem feuchten Tuch abreiben, Steinchen, Tannenreste etc. entfernen; in Scheiben schneiden. Nach 45 min Schmorzeit die Steinpilze unter die Sauce heben. Wenn Sie getrocknete Steinpilze verwenden, geben Sie auch das Einweichwasser dazu und kochen Sie die Flüssigkeit zum Ende hin etwas ein. Abschmecken.

### Tips:

- Das Einweichwasser von Trockenpilzen kann mitverwendet werden. Je nach Herkunft haften an Trockenpilzen noch Reste von Tannennadeln, sehr kleine Steinchen u.ä. Nach dem Einweichen die Pilze genau untersuchen. Einweichwasser durch ein Haarsieb zugießen.
- Bei Gerichten, die lange gegart werden, sollten Sie die Pilze erst 15 min vor Ablauf der Garzeit zugeben. So bleibt das feine Pilzaroma besser erhalten.
- Frische Pilze mit einem feuchten Tuch oder einem weichen Pinsel reinigen.

## Tortine alla Pia

### Törtchen mit Zitronenschnaps

Die echten *Tortine à la Pia* werden mit *Limoncello*, einem Zitronenschnaps, aromatisiert. Bei diesen kleinen Rührkuchen können Sie selbstverständlich variieren: z.B. mit Obstbränden, Orangenlikör und Rum. Kühl gelagert und gegen das Austrocknen geschützt, halten sich *Tortine à la Pia* zwei Tage. Am besten schmecken sie jedoch ganz frisch.

### Für 8 Törtchen:

100 g Rosinen,  
150 ml Weißwein,  
100 g zimmerwarme Butter,  
100 g Zucker,  
2 Eier,  
100 g Mehl,  
1 gestrichener TL. Backpulver,  
2 EL *Limoncello*



Zuerst die Rosinen 3 Stunden in Weißwein einweichen. Abtropfen lassen, mit Küchentuch trocknen und beiseite stellen. Mit einem Schneebesen die zimmerwarme Butter und den Zucker schaumig rühren. Trennen Sie Eigelb und Eiweiß. Eigelb unterrühren. Mehl und Backpulver darauf sieben, verrühren. Dann den Zitronenschnaps und die Rosinen, die vorher mit etwas Mehl bestäubt wurden, dazugeben. Eiweiß schlagen, bis sich weiche Spitzen bilden. Zunächst  $\frac{1}{3}$  des Eischnees unter den Teig heben, damit er lockerer wird. Dann die restlichen  $\frac{2}{3}$ . Nehmen Sie 8 Papierförmchen von etwa 7 cm Durchmesser und geben Sie in jedes einen gut gehäuften Eßlöffel Teig. Auf einem Blech 20 min im vorgeheizten Ofen bei 180 °C (Umluft 170 °C) backen, bis ein hineingestochenes Holzstäbchen sauber wieder herauskommt. In den Papierförmchen servieren.

### Tips:

- Backpulver zusammen mit dem Mehl sieben. So verteilt es sich gleichmäßiger im Teig.
- Getrocknete Weinbeeren, kandierte Früchte und andere feste Zutaten, die in einem Teig mitgebacken werden, mit etwas Mehl bestäuben. So verhindert man, daß sie beim anschließenden Backen durch den weichen Teig auf den Boden der Form sinken.
- Wenn Sie Eischnee unter feste Teigmassen heben, verfahren Sie nach der  $\frac{1}{3}$ - $\frac{2}{3}$ -Methode, die wir im Rezept beschrieben haben. Sie vermeiden so, daß der Eischnee zusammenfällt.

## Rane fritte

### Frittierte Frösche

Die gefluteten Reisfelder in Novara und Vercelli sind ein wahrer Tummelplatz für Frösche, die deshalb zu den örtlichen Spezialitäten gehören. Im Frühherbst schmecken sie besonders gut, wenn sie bereits etwas Fett für den Winter angesetzt haben. Verwenden Sie für dieses Gericht Froschschenkel, die küchenfertig tiefgefroren verkauft werden. Ihr Geschmack erinnert an Kalbfleisch. Als Vorspeise rechnet man 2-3 Schenkel pro Person.

### Für 6 Personen:

12-18 Froschschenkel,  
Mehl,  
1 l Olivenöl,  
Salz,  
Pfeffer



Waschen Sie die Froschschenkel unter fließendem Wasser. Trocknen Sie die Schenkel gut und bestäuben Sie sie leicht mit Mehl. Klopfen Sie überflüssiges Mehl ab und fritieren Sie die Schenkel in dem auf 180 °C erhitzten Öl je nach Größe etwa 6-8 min Salzen und pfeffern Sie die Schenkel, die man sofort heiß serviert.

### Tip:

- Geben Sie die Schenkel zusammen mit etwas Mehl in eine große Kunststofftüte. Schließen Sie die Tüte und schütteln Sie sie. Entnehmen Sie die Schenkel, wobei Sie überschüssiges Mehl abschütteln. So kann man auch anderes Gargut schnell und mehlsparend mit einer dünnen Mehlschicht überziehen.

## Sanc rusti

**Semmelbrösel und Parmesan mit Hühnerblut getränkt**

**Speise der *Mondinen*, der Landarbeiterinnen auf den Reisfeldern. Bittere Armut zwang die Frauen und ihre Familien nichts zu verschwenden – und wenn es Geflügelblut war. Heute wird *Sanc Rusti* in den Nobelrestaurants der Provinz Novara serviert.**

### **Zutaten:**

Blut eines frisch geschlachteten Hahns/ Huhns,  
50 g Semmelbrösel,  
1 EL geriebener Parmesan,  
1 Prise Salz,  
Pfeffer,  
4 Zwiebeln,  
3 EL Olivenöl



Das Blut mit den Bröseln, Parmesan, Salz und etwas Pfeffer vermengen und mindestens zwei Stunden kalt stellen. Die Masse sollte leicht feucht sein. Wirkt sie naß, dann geben Sie noch etwas Semmelbrösel und Parmesan dazu. Die Zwiebeln schälen und in breite Streifen schneiden, die man in Olivenöl glasig schwitzt. Jetzt die Blutmischung in kleinen Portionen zugeben und 5-10 min unter ständigem Wenden auf kleiner Flamme braten, bis sie gestockt ist. Sofort heiß servieren.