

## Veneto



Wenn die Lagune von Venedig als die "Perle der Adria" gilt, dann ist die Insel Pellestrina die "Perle der Lagune". Die kleine pittoreske Insel ist nur mit dem Boot von Venedig aus zu erreichen und noch weitgehend vom Massentourismus verschont geblieben. Seit Jahrhunderten leben die Menschen hier vom Fang kleiner

Venusmuscheln, den "*Vongole*", die sich im Schlick der Lagune verbergen. Die Meeresfrüchte verwenden die Fischer für ihre köstlichen "*Spaghetti alle vongole*". Bei ihnen ebenso begehrt wie die kleinen Muscheln sind Gerichte mit *Radicchio*. "Zu Tisch in ..." begleitet einen Wein- und einen Biobauern bei ihren kulinarischen Streifzügen durchs Veneto.

Erzählt wird die Geschichte einer Männerfreundschaft: Zwischen Sandro, dem Radicchio- und Weinbauern und seinem besten Freund Mauro, dem Biobauern und Öko-Hippie. Zwei unterschiedliche Charaktere, die aber viel miteinander verbindet. Die beiden Freunde schlagen sich mit Energie, Tricks und Ideenreichtum durchs Leben, und das brauchen sie auch: Denn das Geschäft wird immer härter, weil die Preise eingebrochen sind. Mauro und Sandro wollen bei der Vermarktung ihrer landwirtschaftlichen Produkte, vor allem bei Wein- und Wurstverkauf zusammenarbeiten und überlegen sich gemeinsam ein Direktvertriebskonzept.



Ein neues Gesetz erlaubt einen Direktverkauf vom Produzenten an den Endverbraucher, ohne die sonst in Italien so wichtige *Ricevuta fiscale* (Kassenbonn). Die Freunde entwickeln Strategien, Wein und Wurst auch auf Wochenmärkten und Volksfesten an eigenen Ständen zu verkaufen.

Neben der harten landwirtschaftlichen Arbeit wird aber auch gelebt, gelacht, getrunken und natürlich gekocht. Und zwar die typischen Köstlichkeiten der Region: Radicchio-Spezialitäten wie z.B. „Polpette“, Radicchio-Bällchen aus Hackfleisch, oder die berühmten „Spaghetti à la Vongole“. Die begehrten Venusmuscheln für das Traditionsgericht des



Veneto sammeln die Freunde bei Sonnenaufgang in der Lagune vor der Hafenstadt Chioggia.

## Crespelle al radicchio

### Radicchio-Pfannkuchen

**Crespelle** ist die italienische Variante der französischen Crêpes und der deutschen Pfannkuchen. Die dünnen Teigscheiben umhüllen auch in Italien süße wie pikante Füllungen. Die Italiener nehmen zum Kochen oft den Radicchio di Treviso.

### Zutaten für 4 Personen:

#### Crespelle:

250 ml Milch,  
4 Eier,  
eine Prise Salz,  
125 g Mehl,  
geschmacksneutrales Pflanzenöl



#### Radicchio-Füllung:

1 großer Kopf *Radicchio di Treviso*  
1 Knoblauchzehe,  
3 EL Olivenöl,  
100 g *Fontina*

#### Sauce:

100 g feingewürfelter Schinkenspeck,  
1 großer Kopf *Radicchio di Treviso*,  
1 EL Olivenöl

In einer Schüssel Eier, Salz, Zucker, Milch und Wasser mit einem Schneebesen kurz verschlagen. Das Mehl hineinsieben und mit einem Holzlöffel kurz, aber gründlich verrühren. Der Teig soll die Konsistenz dickflüssiger Sahne haben. Evtl. mit Milch/Wasser verdünnen oder mit etwas Mehl andicken. Etwa 30 min stehen lassen. So werden die *Crespelle* schön locker.

Eine Pfanne von etwa 20 cm Durchmesser auf großer Flamme erhitzen. Den Boden mit Öl einfetten. Mit einem Schöpflöffel soviel Teig hineingeben, daß der Pfannenboden bedeckt ist. Kippen Sie die Pfanne leicht, damit der Teig auseinander läuft. Auf mittlerer Hitze ist die *Crespelle* nach 1-3 min an der Unterseite gebräunt. Sie löst sich dann auch leicht vom Pfannenboden. Am besten mit einer Palette wenden und weitere 1-3 min backen. Auf einen Teller gleiten lassen und bis zur weiteren Verwendung warm stellen. Pfanne nach Bedarf neu einfetten und mit dem Backen fortfahren.

Den Radicchio putzen und in feine Streifen schneiden, Knoblauch abziehen und fein hacken. Beides in dem Olivenöl auf kleiner Hitze sanft anschmoren. Währenddessen den *Fontina* in kleine Würfel schneiden. Die Radicchio-Füllung leicht abkühlen lassen, mit dem *Fontina* vermischen. Mit wenig Salz und Pfeffer abschmecken. Etwas von der Füllung auf ein Viertel der *Crespelle* geben. Stellen Sie sich eine Uhr vor, bei der Sie die Füllung zwischen 3 und 6 plazieren. Erst eine Hälfte, dann ein Viertel der *Crespelle* darüber klappen und in eine eingölte Auflaufform geben, die so groß ist, daß sie alle *Crespelle* faßt.

Den Schinkenspeck auf milder Hitze zerlassen, den Radicchio in dem ausgelassenen Fett und dem Olivenöl anschwitzen. Diese Radicchio-Sauce gleichmäßig über den *Crespelle* verteilen. Bei 160-180 °C (Umluft 140-160 °C) 15 min im vorgeheizten Ofen erhitzen.

**Tips:**

- Selbst erfahrenen Köchen mißlingt oft die erste *Crespelle*. Geben Sie jetzt nicht auf. Achten Sie auf das, was zum Erfolg führt: Z.B die richtige Temperatur der Pfanne. Sie darf nicht zu kalt sein, aber auch nicht so heiß, daß der Teig sofort stockt, wenn er hineingegeben wird. Er soll ja schließlich durch das Kippen der Pfanne noch überall hin verteilt werden. Die Pfanne darf nur leicht gefettet sein. Ideal ist eine flache gußeiserne Pfanne, bei der die Hitze gleichmäßig verteilt wird. Prüfen sie die Unterseite wirklich erst dann, wenn sich der Teig an den Rändern vom Pfannenboden löst. Weicher Teig reißt unweigerlich.
- Eine wichtige Voraussetzung für dünne *Crespelle* ist die Konsistenz des Teigs, er sollte so dickflüssig wie süße Sahne sein. Nutzen Sie den Schöpflöffel als Meßhilfe, wie viel Teig Sie benötigen, damit der Pfannenboden dünn bedeckt ist.
- Instant-Mehl ist beim Anrühren des Teigs eine unschätzbare Hilfe. Wenn das Mehl nämlich klumpt, muß mit dem Schneebesen intensiv gerührt werden. Dies schließt das Klebereiweiß auf, das den Teig zäh werden läßt. Der Teig wird aber durch die Eier gebunden, an denen nicht gespart werden sollte.

# Polpette

## Radicchio-Bällchen



Der *Radicchio* ist der italienische Bruder unseres *Chicorée*. Beide gehören zur Familie der Zichorien-Gewächse, mit dem Löwenzahn und der Endivie. Ihr feiner, bitterer Geschmack macht sie für die Küche so interessant. In Italien kennt man ganz unterschiedliche Sorten, die nicht nur für Salat, sondern auch als Gemüse zubereitet werden. Langgestreckt und rot

ist der *Radicchio* aus Treviso, länglich und rot der aus Verona, rund und rot der *Radicchio di Chioggia*, rot und weiß derjenige aus Castelfranco im Veneto. Italiener lieben vor allem die langen roten Köpfe des *Radicchio di Treviso*, die man backen und grillen kann.

### Zutaten für 4 Personen:

1 großen Kopf *Radicchio di Treviso*,  
 1 mittelgroße Zwiebel,  
 6-8 EL Olivenöl,  
 250 g Schweinehackfleisch,  
 250 g Rinderhackfleisch,  
 Salz,  
 Pfeffer,  
 4 EL *Grana Padano*,  
 Semmelbrösel



Den *Radicchio* halbieren, Strunk heraus-schneiden und die Blätter in sehr kurze, dünne Streifen schneiden, die Zwiebel abziehen, fein hacken. Beides in 3 EL Olivenöl auf kleiner Hitze anschwitzen, bis die Zwiebeln glasig sind. Mit dem Fleisch, Salz, Pfeffer und Käse zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten, leicht abgeflachte Bällchen formen, in Semmelmehl panieren und in dem restlichen Oli-

venöl braten. Warm oder bei Zimmertemperatur servieren.

**Tip:**

- *Radicchio* ist während der Sommermonate am bittersten, im Spätjahr gewinnt er mehr an Süße.





## Radicchio in soar

### Radicchio-Auflauf

Bei diesem Rezept kommt es auf die richtige Balance der verschiedenen Grundaromen bitter, sauer und süß an. Verwendend Sie, soweit erhältlich, den *Radicchio di Treviso*, der in Italien im November geerntet wird und von allen *Radicchio*-Sorten die geringste Konzentration von Bitterstoffen aufweist.

*Grana Padano* ist ein norditalienischer Hartkäse, der durch den etwas intensiver schmeckenden *Parmigiano Reggiano* ersetzt werden kann.

### Zutaten für 4 Personen:

4 Köpfe *Radicchio di Treviso*,  
7 EL Olivenöl,  
2 mittelgroße Zwiebeln,  
2-3 EL Essig,  
1 TL Zucker,  
100 g *Grana Padano*, gerieben,  
Salz,  
Pfeffer



Aus dem Radicchio den Strunk heraus-schneiden und den Kopf in 1 cm dicke Scheiben schneiden, die man 1-2 Stunden antrocknen lässt, bevor man sie in 4 EL Olivenöl anbrät. Dabei möglichst nur einmal wenden, da die Scheiben beim Wenden zerfallen könnten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Zwiebeln abziehen, fein hacken und in dem restlichen Öl anschwitzen. Mit Essig ablöschen und den

Zucker dazugeben. In einer nicht zu großen Auflaufform abwechselnd Radicchio, Zwiebeln und Käse übereinander schichten. Bilden Sie zwei oder drei Schichten. Im vorgeheizten Ofen bei 200 °C (Umluft 180 °C) 15 min überbacken.

**Tips:**

- Bei der Verwendung von Essig muß man immer darauf achten, welche Säure er hat. Apfelessig beispielsweise hat eine milde Säure, *Balsamico* ist wesentlich intensiver. Die angemessene Essigmenge für ein Gericht läßt sich also nicht generalisieren, sondern es bedarf auch der Erfahrung, wieviel man verwendet.



- Qualitätsmerkmale eines guten *Grana Padano* sind seine brüchige und körnige Struktur und die Salzkristalle im Laib. Er wird in verschiedenen Alterstufen angeboten: *Grana Padano*, der zwischen 18 und 24 Monaten gereift ist, wird von Kennern gern als Tafelkäse verzehrt – am besten mit einem Glas schweren Weins, etwa *Vin Santo*. Jüngerer Käse eignet sich zum Überbacken und für Füllungen, älterer für Pasta und Suppen.



## Spaghetti vongole

### Spaghetti mit Venusmuscheln

**Spaghetti mit Venusmuscheln sind ein Klassiker der Küche im Veneto, denn die bei uns eher seltene Venusmuschel findet man dort überall.**

### Zutaten für 4 Portionen:

Nudeln:

400 g Spaghetti

Sauce:

1 kg *Vongole*,  
½ glattblättrige Petersilie,  
1 mittelgroße Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
3 EL Olivenöl,  
125 ml Weißwein,  
Salz,  
Pfeffer



Bei diesem Rezept kommt es auf das Timing an: Spaghetti und Sauce sollten zur selben Zeit fertig werden.



Die Spaghetti in einem großen Topf mit reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung *al dente* kochen. Beginnen Sie 1 min vor Ende der angegebenen Kochzeit die Nudeln auf ihre Bißfestigkeit zu kosten. Abgießen und in einem Sieb gut abtropfen lassen.

Die Vongole aus den Schalen lösen und unter viel fließendem Wasser gründlich reinigen. Beiseite stellen. Petersilie waschen und feinhacken. Zwiebel und Knoblauch abziehen. Beides feinhacken und in einem Topf, der groß genug ist, später auch noch die Nudeln zu fassen, in dem Olivenöl auf kleiner Hitze anschmoren, bis die Zwiebeln glasig sind.



Rechnen Sie etwa 5-6 min. *Vongole* und Wein dazugeben, salzen, pfeffern, aufkochen und 3-4 min auf kleiner Hitze ziehen lassen, bis die *Vongole* gar sind. Petersilie dazugeben und im Kochtopf mit den Nudeln gründlich vermischen. Sofort servieren.

**Tips:**

- Venusmuscheln sind sehr empfindlich und sollten unmittelbar nach dem Kauf verbraucht werden. Hier gilt die Devise: je frischer, desto besser und desto unbedenklicher der Genuß.
- Venusmuscheln werden, wie eigentlich alle Muscheln, sehr schnell zäh und bekommen eine gummiartige Konsistenz, wenn sie zu lange gegart werden. Verfolgen Sie daher den Garprozeß sorgfältig.



## Risotto alle erbe selvatiche

### Risotto mit Wildkräutern

**Dieses feine *Risotto* lebt von den Aromen frühsommerlicher Wildkräuter. Die Mischung können Sie je nach Angebot immer verschieden zusammenstellen. Achten Sie jedoch darauf, daß kein Kraut die anderen dominiert. Auch die Brühe sollte dem Reis nur eine Grundwürze geben.**

### Zutaten für 4 Personen

150 g heimische Wildkräuter wie etwa Sauer-  
klee, Brennessel, Gelbsenf, Giersch, Löwen-  
zahn, Baldrian, ersatzweise eine Mischung  
aus Gartenkräutern (oder 500 g wilden, grü-  
nen Spargel),

1 mittelgroße Zwiebel,

2 EL Olivenöl,

2 EL Butter,

300 g *Risotto*-Reis,

1 l sehr leichte Gemüsebrühe,

2-3 EL Parmesan



Die Wildkräuter sorgfältig waschen, trocken tupfen und fein hacken. Die Zwiebel abziehen, feinhacken und in Öl und 1 EL Butter bei kleiner Hitze glasig schwitzen. Den Reis dazugeben und 2-3 min in dem Fett wenden, bis alle Körner mit Butter und Öl überzogen sind.

Währenddessen in einem zweiten Topf die Gemüsebrühe zum Kochen bringen. Einen Schöpflöffel voll zu dem Reis geben und unter

ständigem Rühren kochen, bis die Flüssigkeit fast aufgesogen ist. Einen weiteren Schöpflöffel dazugeben. Unter ständigem Rühren und der Zugabe von heißer Gemüsebrühe den *Risotto*-Reis garen. Wenn die Brühe aufgebraucht ist, heißes Wasser verwenden. Ein *Risotto* sollte auf keinen Fall brühig schmecken. Nach etwa 20 min kosten, ob der Reis gar ist. Er sollte weich sein, aber noch etwas Biß haben. Rechnen Sie etwa 20-25 min für das Kochen eines *Risotto*. Geben Sie jetzt erst die Wildkräuter dazu, den zweiten Löffel Butter und den Käse. Umrühren, Topf schließen und 2-3 min stehen lassen.

Statt Wildkräutern können Sie auch den dünnen, grünen wilden Spargel verwenden, den man in Südeuropa gelegentlich findet. Waschen, trocken tupfen, in Stücke schneiden und die letzten 5 min mit dem Reis garen.

**Tip:**

- Bei einem *Risotto* ist das unablässige Rühren wirklich die Grundbedingung für ein perfektes Gericht. Laden Sie alle diejenigen, die mitessen, dazu ein, am Rühren teilzunehmen.

