

OKTOBER KOCHEN

SCHNURRI CHÖCH



MIT

WILLI UND FREDDY

STREIFZÜGE DURCH DAS LIEBLICHE TESSIN

KÜRBIS RISOTTO

EGLIFILET NACH TESSINER ART

KASTANIENRAVIOLI
MIT
WEINSCHAUMCREME

3. OKTOBER 2012

Kürbis Risotto

Wo früher einfach nur einfacher Reis als Beilage gereicht wurde, wird heute wirklich allenthalben Risotto in allen möglichen Varianten gekocht. Das norditalienische Reisgericht lässt sich in unzähligen Varianten zubereiten. Hier gibt es jetzt ein leckeres und einfaches Rezept für Risotto mit Kürbis.

Zutaten:

450 g Kürbisfleisch
1 Schalotte
1 Knoblauchzehe
2 EL Olivenöl
2 EL Butter
350 g Reis
100 ml Weißwein
1 Liter heiße Gemüsebrühe
1 Bund Frühlingszwiebeln
3 EL Creme fraiche
50 g Parmesan
Pfeffer



Zunächst wird das Kürbisfleisch ganz einfach in Streifen geschnitten, danach die Schalotte und den Knoblauch abziehen und ganz fein hacken. In einer Pfanne wird Öl und Butter erhitzt und gemeinsam mit den Schalotten und dem Kürbis angebraten.

Nun wird der Reis eingestreut und kurz angebraten und gemeinsam mit etwas Wein aufgekocht - danach wird nach und nach die Brühe hinzugegossen und für 20 Minuten ziehen gelassen. Jetzt kommen noch die Frühlingszwiebeln hinzu, die vorher gewaschen und in Ringe geschnitten werden.

Erst fünf Minuten vor dem Ende der Garzeit kommen diese hinzu. Am Ende noch Creme fraiche und Parmesan unterheben und das ganze schließlich noch mit Pfeffer würzen und mit Kresse bestreuen. Fertig ist das herzhafteste Kürbis Risotto.



Eglifilet nach Tessiner Art

In den kargen Zeiten der alten Tessiner besaßen die Fische einen sehr hohen Stellenwert. Fisch wurde dem kirchlichen Brauchtum folgend vor allem am Freitag gegessen. Das Egli gilt aber heute noch als Delikatesse.

Oft wird als Beilage eine Polenta dazu serviert.

Zutatten:

600-700 g Eglifilet
Salz, Pfeffer aus der
Mühle
60 g Mehl
2 Eier
4-5 EL Olivenöl
8 mittel grosse frische
Salbeiblätter
80 g Butter
80 g Tomatenwürfel



Die Eglifilets würzen, im Mehl wenden und durchs Ei ziehen. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, die Hälfte der Salbeiblätter und wenig Butter dazugeben, die Eglifilets darin braten. Die Fischfilets auf einer feuerfesten Platte anrichten und warm stellen. Bratfett abgiessen, restliche Butter in Pfanne geben, übrige Salbeiblätter beifügen, alles aufschäumen lassen und über die Fischfilets giessen. Die Tomatenwürfel in wenig Olivenöl erwärmen und über die Eglifilets verteilen.



Tessiner Polenta (fast ohne Rühren)

Zutaten für 4 Personen:

1 l Wasser
200 g Maisgriess von guter
Qualität
50 g Butter
nach Belieben frisch geriebener
Parmesan.
Salz und frisch gemahlener
schwarzer Pfeffer.



Das Wasser oder die Bouillon in einem grossen Topf zum Kochen bringen. Das Maisgriess ins kochende Wasser rieseln lassen und sofort mit dem Schwingbesen gut umrühren, damit sich keine Klümpchen bilden.

Dann die Polenta einige Minuten mit einer Holzkelle kräftig rühren, bis das Maisgriess etwas gebunden ist. Dann die Butter, den geriebenen Parmesan zugeben umrühren und die Polenta salzen.

Dann die Pfanne mit einem Deckel gut verschliessen und für ca. 50 bis 60 Minuten bei 150 Grad in den Ofen stellen.

Dann die Polenta aus dem Ofen nehmen, gut umrühren und wenn nötig noch etwas Flüssigkeit zugeben. Mit frisch geriebenem schwarzem Pfeffer abschmecken und frisch geriebenem Parmesan servieren.

Wer gebratene Polentaschnitten dem weichen Polentabrei vorzieht, gibt die Polenta auf ein kalt ausgespültes Blech oder giesst sie auf ein Blatt Backpapier und lässt sie vollständig auskühlen. Dann die Polenta mit einem Messer oder einem Metzgerfaden (so hat es jeweils meine Grossmutter gemacht) in Stücke schneiden und diese in einer Bratpfanne mit wenig Olivenöl anbraten.

Polenta-Variationen:

Die noch warme Polenta in eine Gratinform giessen und auskühlen lassen. Mit Fontina oder Raclettekäse belegen und im Ofen unter der Grillschlange überbacken.

Die Polenta wie oben beschrieben auf ein Blech oder ein Backpapier giessen, dünn ausstreichen, abkühlen lassen und dann mit den selben Zutaten, wie für eine Pizza belegen und dann in den Ofen schieben. Anstelle des Parmesans Gorgonzola oder Feta zum Polenta-Brei geben und gut verrühren.

Die warme Polenta mit frisch gezupften oder notfalls auch mit getrockneten Thymianblättchen würzen. Auch frisch geschabter Ingwer harmoniert sehr gut mit Polenta.

Kastanienravioli

Kreative Köchinnen und Köche verwandeln die Edelkastanie in leckere Gerichte!

Zutaten: Für die Füllung
250 g gekochte Edelkastanien
1 EL Pflaumenmarmelade
20 g Sultaninen
1 EL geriebene Haselnüsse
1 EL gezuckerter Kakao

Zutaten: Für den Teig
300 g Mehl
1 TL Zucker
1 Prise Salz
5 g Hefe
25 g Butter
2 Eier
etwas Eiweiss, etwas Puder
Zucker oder Zimtucker zum
Bestreuen



Die gekochten, geschälten Kastanien durch ein Passevite oder Haarsieb treiben und mit den restlichen Zutaten gut vermischen. Etwa eine Stunde kühl stellen.

In der Zwischenzeit den Teig zubereiten: Das Mehl zu einem Kranz formen. Zucker, Salz und Hefe in die Vertiefung geben. Die aufgeweichte Butter und die Eier dazugeben. Alles zu einem Teig wirken, der 30-40 Minuten in der Wärme ruht.

Anschliessend 2-3 mm dünn auswallen und mit einem Ausstechen runde Plätzchen von etwa 5 cm Durchmesser ausstechen. Auf die Mitte der Plätzchen etwas Füllung legen, den Rand mit Wasser oder Eiweiss bestreichen, ein zweites Teigplätzchen darüber legen und gut andrücken.

Die Ravioli in leicht gesalzenem Wasser wenige Minuten sieden, herausnehmen, auf Haushaltspapier oder einem Tuch trocknen, mit wenig Puderzucker oder Zimtucker bestreuen und auf einer Zabaione servieren.

Weinschaumcreme

Zabaione-Zabaglione

Zabaione ist ein köstliches Dessert aus Italien. Sie kann mit verschiedenen Weinen, Rotwein oder Weisswein, aber auch mit Apfelsaft zubereitet werden. Die Zabaione dient auch als Stärkung für Kranke. Sie sollte warm serviert werden.

Zutaten:

3 Eigelb
1 Ei
80 g Zucker
1 TL Zitronenabrieb
200 ml weisser Merlot
4-5 EL Marsala



Eigelb, Ei, Zucker und Zitronenschale in einer Chromstahlschüssel im warmen Wasserbad schaumig schlagen. Den weissen Merlot und Marsala beifügen und weiter rühren, bis eine schaumige Masse entsteht.

Die Masse darf keinesfalls zu heiss werden, sonst gerinnt sie!

