

Apulien



Im Norden Apuliens liegt die weiteste Ebene Italiens – das Tavoliere – seit Jahrhunderten die Kornkammer des Landes. Zwischen dem Gargano und dem adriatischen Meer werden jährlich etwa 300.000 ha mit Hartweizen bepflanzt. Wogende Weizenfelder bis zum Horizont. Hartweizen – Grano Duro – ist die Grundlage für die typische italienische Pasta.

Die apulische Pasta und ihre Qualität erkennt man auch daran, dass sie beim Kochen nicht so leicht bricht.

„Zu Tisch in Apulien“ erzählt die Geschichte vom Weizen in Apulien und die Geschichte von zwei Brüdern. Mosé Schiavone baut das Getreide an, sein Bruder Paolo handelt damit.



Zwei Brüder - zwei Welten. Mosé, der apulische erdverbundene Weizenbauer. Ein Mann der Tradition und eng verbunden mit der Natur. Paolo, der wirtschaftlich denkende Geschäftsmann. Ein Mann, der sich in der Welt des Handels zu Hause fühlt. Michaela Schiavone, die Mutter der Brüder, ist die Herrin des Hauses und sorgt täglich für eine Portion selbst gemachte Pasta.

Die Schiavones leben in Bovino, einem der weißen Dörfer Apuliens, die sich wie Vogelnester an die Berghänge schmiegen. Das ganze Dorf lebt vom Weizen. Die meisten der 3800 Bewohner sind hier tätig, als Landwirte oder als Händler.





Es ist Mitte Juni und in Apulien ist schon Hochsommer. Der Bauer Mosé Schiavone zeigt seinem kleinen Sohn Gaetano wie man erkennt, ob das Korn reif ist. Er will seinen Sohn so früh wie möglich für die Landwirtschaft begeistern. Er nimmt ihn oft mit auf das Feld, denn „er soll die Erde lieben lernen“, sagt Mosé.

Paolo Schiavone, Händler im bäuerlichen Betrieb, ist für die Finanzen zuständig, wodurch er sich einen kühlen Blick auf den goldgelben Schatz Apuliens bewahrt hat. Jeden Mittwoch fährt er zur Weizenbörse nach Foggia, um dort Geschäftspartner zu treffen und den aktuellen Weizenpreis zu erfahren. Wenn Paolo von der Weizenbörse zurückkommt, herrscht oft angespannte Stimmung in der Familie. Die Brüder sind selten einer Meinung, was den Zeitpunkt des Weizenverkaufs angeht. Verkaufen oder Abwarten – da werden die unterschiedlichen Charaktere der Brüder besonders deutlich.



Doch beim Sonntagsessen wird nicht mehr über Geschäfte gesprochen. Dann sitzen die Brüder und ihre Familien am großen Tisch der Hausherrin und wie jeden Sonntag kocht Michaela Schiavone ein apulisches Festessen. Sie liebt es, wenn alle zu ihr kommen: Die Söhne, die Töchter, die Schwiegerkinder und die Enkel.



Acqua sale

Apulischer Imbiss

Acqua Sale lässt sich nicht wirklich in das Deutsche übersetzen. Bei Familie Schiavone kommt dieser einfache bäuerliche Imbiss, für den Sie nur die besten Zutaten verwenden sollten, in der sommerlichen Erntezeit oft auf den Tisch: ein einfaches Brot mit Tomaten, Zwiebel oder Knoblauch, frischem Oregano und Olivenöl.

Zutaten für 1 Portion:

2 große Scheiben helles Hartweizenbrot,
2-3 mittelgroße, frische, voll reife Tomaten (6-8 Kirsch-Tomaten),
1 kleine Zwiebel oder 1 Zehe frischer Knoblauch,
frischer Oregano,
Olivenöl



Die Brotscheiben nur ganz leicht mit Wasser befeuchten. Dann kommen Tomatenscheiben darauf, fein gehackte Zwiebel oder Knoblauch, frischer Oregano und einige Tropfen Olivenöl.

Zubereitungszeit:

5 min

Salsa di pomodoro

Tomatensauce

Im sonnigen Apulien gedeihen Tomaten besonders gut. Ihr fruchtiges Aroma braucht keine anderen Zutaten, um zur Geltung zu kommen. Michaela Schiavone muß ihre Tomaten nur durch Einkochen konzentrieren. Dieses Rezept sollten Sie nur im Hochsommer nachkochen, wenn es auch bei uns wirklich fruchtige Tomaten gibt.

Für etwa 1 Liter Tomatensauce:

2 kg voll reife, frische Tomaten, ersatzweise 1.750 g Dosentomaten (passiert oder am Stück),
Salz,
Pfeffer

Die frischen Tomaten schälen: Man taucht sie erst in kochendes Wasser und schreckt sie dann unter kaltem Wasser ab. Schälen, grob hacken und in einen Topf geben, wo man sie offen unter gelegentlichem Rühren 1-2 h einkocht. Salzen und Pfeffern.

Tip:

- Frieren Sie diese Sauce portionsweise ein.

Fiori di zucca

Zucchini Blüten

Zucchini Blüten gibt es bei uns das ganze Jahr über bei gut sortierten Gemüsehändlern. Man muß sie oft einige Tage im Vorhinein bestellen.

Sauce für 4 Portionen:

10-15 Zucchini Blüten,
5 junge Zucchini pflanzen (mit Blättern
und Stiel),
Salz,
1-2 Knoblauchzehen,
2-3 EL Olivenöl,
250 ml hausgemachte Tomatensauce,
nach Belieben 1-2 frische Peperoncini,
ersatzweise 1 getrocknete



Die Blüten vorsichtig waschen und sehr gut abtropfen lassen. Dann halbieren.

Die Zucchini pflänzchen mit Stiel und Blättern 1-2 min in wenig Salzwasser kochen. Herausnehmen, beiseite stellen. Kochwasser aufheben. Knoblauch abziehen, in dünne Scheiben schneiden.



Die Zucchini Blüten kurz in Olivenöl und Knoblauch erhitzen. Die gekochten Pflänzchen und die Tomatensauce dazu geben. Mit dem Kochwasser der Zucchini-Pflänzchen etwas verdünnen. Abschmecken, nach Wunsch zerdrückte Peperoncini dazu geben. Als Sauce zu den Strozzapreti servieren.

Tip:

- Die weiblichen Zucchini-Blüten sind etwas größer als die männlichen und eignen sich daher auch zum Füllen. Die männlichen werden meist in einen Ausbackteig getaucht und dann gebacken.



Strozzapreti con fiori di zucca

Strozzapreti mit Zucchini Blüten-Sauce

„Strozzapreti“ – „Priesterwürger“ werden diese handgerollten Nudeln genannt, die man auch



ohne Nudelmaschine und andere technische Hilfsmittel herstellen kann. Signora Michaela Schiavone nimmt für den Strozzapreti-Teig keine Eier. Wer möchte, kann den Teig auch mit Eiern zubereiten – rechnen Sie je nach Größe der Eier vier bis sechs, die sie nach und nach zugeben.

Zutaten für 4 Portionen:

500 g Hartweizenmehl,
1 Prise Salz,
1 EL Olivenöl

Mehl, Salz und Öl in eine große Schüssel oder auf ein Backbrett geben, in das Mehl eine Mulde machen und ein wenig lauwarmes Wasser hinein

geben. Mit den Händen kneten. Nach und nach immer wieder etwas lauwarmes Wasser dazugeben bis ein glatter Teig entsteht, der sich vom Schüsselrand löst. Durchkneten. Den Teig 5 mm dick ausrollen, in Streifen schneiden und diese mit den Handflächen zu etwa 7-8 cm langen Würstchen rollen, die an beiden Enden etwas dünner werden. Auf eine bemehlte Unterlage legen. In kochendem Salzwasser etwa 2-3 min kochen – bis die Nudeln al dente sind.



Pennette al pistacchio

Pistaziennudeln

Für 1 kg Nudeln:

½ Zwiebel,
½ l frische Sahne,
100 g Pistazien,
50 ml Brandy,
1 Prise espressopulver,
1 Prise Fleischbrühe,
Schwarzer Pfeffer

Zwiebel zerreiben und in etwas Butter anbraten. Pistazien dazugeben, kurz anschwitzen, dann den Herd ausschalten. Brandy dazugeben und flambieren, danach Herd wieder anmachen. Sahne hinein und bei mittlerer Hitze 20 min köcheln lassen. Mit espressopulver, Fleischbrühe und Pfeffer würzen. Etwas Nudelwasser beiseite stellen und, falls die Sauce zu wenig oder zu dick ist, damit strecken. Und zwei Handvoll gemahlene Deko-Pistazien nicht vergessen!

Rascatielli con sugo di salsiccia

Rascatielli mit einer Sauce aus Tomaten und Wurst

Zutaten:

Rascatielli:

600 g Hartweizenmehl (ersatzweise 400 g Spätzle-Nudelmehl und 200 g Hartweizengrieß),

1 Prise Salz,

1-2 EL Olivenöl,

6 Eier

Sugo di salsiccia:

1 große Zwiebel,

5-6 EL Olivenöl,

500 g gekochtes Schweinefleisch,

500 g Salsiccia,

500 g Dosentomaten mit ihrem Saft,

1 Bund glattblättrige Petersilie,

1 Lorbeerblatt,

2 Knoblauchzehen,

150 g Pecorino

Aus Mehl, Salz, Olivenöl und Eiern einen Nudelteig kneten. Er sollte glatt, glänzend und leicht feucht sein. Nehmen Sie anfangs lieber etwas weniger Mehl. Es ist nämlich immer einfacher in einen zu feuchten Teig etwas mehr Mehl einzukneten als etwas mehr Flüssigkeit in einen zu trockenen Teig. Lassen Sie den Teig unter einem feuchten Tuch 30-45 min ruhen. Teilen Sie den Teig in 4-5 Stücke. Rollen Sie jedes Stück auf einem Holzbrett oder einer hölzernen Tischplatte zu einer langen runden Rolle von 1 cm Durchmesser aus. Verwenden Sie dabei kein zusätzliches Mehl. Legen Sie die Rollen eng nebeneinander und bestäuben Sie sie ganz leicht mit etwas Mehl. Die Unterseite der Rollen darf nicht bemehlt werden. Das ist wichtig für das Formen der Rascatielli. Schneiden Sie mit einem Messer oder einem Teigschaber Rollenstücke von 4-5 cm Länge ab. Die Stücke sehen wie Teigkissen aus. Formen Sie die Rascatielli, indem Sie die Teigkissen zu sich heranziehen, wobei Sie mit Zeige-, Mittel- und Ringfinger einen leichten Druck auf die bemehlte Oberfläche ausüben. So wird eine Höhlung erzeugt, die für die Aufnahme der Sauce bestimmt ist. Lassen Sie die Rascatielli etwa 60 min trocknen. So behalten Sie beim Kochen besser ihre Form.

Bringen Sie in einem großen Topf etwa 5 l Wasser zum Kochen. 1½-2 EL Salz zugeben. Die Nudeln al dente kochen, d.h. so, dass sie weich sind, aber trotzdem noch Biss haben. Die Garzeit ist abhängig von der Frische der Nudeln, und der Dicke des Nudelteigs. Durchgetrocknete Rascatielli brauchen

zwei- bis dreimal so lange wie ganz frische. Dicke Nudeln länger als dünne. Sie sollten daher nach etwa 2 min mit dem Probieren beginnen. Fischen sie jede halbe Minute eine Nudel mit dem Seihlöffel aus dem Topf und testen Sie den „Biss“. Dies ist gerade am Anfang sehr wichtig, wenn Sie noch keine Erfahrung mit dem Kochen selbstgemachter Nudeln haben. Mit etwas Erfahrung lässt sich die Kochzeit dann besser einschätzen und Sie müssen nicht ständig kosten. Wenn die Nudeln al dente sind, abgießen, im heißen Kochtopf mit der Brotsauce vermischen und servieren. Beginnen Sie mit der Zubereitung der Sauce, bevor sie das Nudelwasser aufsetzen.

Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Lassen Sie die Zwiebeln in dem Olivenöl über kleiner Flamme glasig werden. Währenddessen das gekochte Schweinefleisch und die Salsiccia grob würfeln. 1-2 min mit den Zwiebeln anbraten. Die Tomaten, Petersilie, Lorbeerblatt und die abgezogenen Knoblauchzehen unterrühren und etwa 40 min unter gelegentlichem Rühren auf kleiner Flamme kochen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit frisch geriebenem Pecorino zu den Nudeln servieren.

Tips:

- Statt Rascatielli kann man auch fertig gekaufte Orechiette verwenden, deren Höhlung besonders viel Sauce aufnimmt.
- Pastasaucen mit grober Struktur wie diese entfalten ihren Geschmack am besten mit Nudelformen, die eine Höhlung zur Aufnahme der Wurst- und Fleischstücke haben.
- Nudeln sollten nie in einer Sauce „ertrinken“, sondern der Eigengeschmack der Nudeln muss bewahrt bleiben.

Pollo ripieno

Gefülltes Huhn

Dieses gefüllte Huhn wird mit etwas Brot gegessen. Die Tomatensauce, in der das Huhn geschmort wurde, servieren die Schiavones mit Orecchiette als Vorspeise.

Zutaten für 4-6 Portionen:

1 Huhn (etwa 2 kg) mit Leber, Herz und Magen,

1 große Knoblauchzehe,

1 kleiner Bund glattblättrige Petersilie,

2 EL geriebener Parmesankäse,

4-5 EL Olivenöl,

Salz,

2 große Eier,

100 ml apulischer Weißwein (Chardonnay oder Sauvignon blanc werden auch in Apulien angebaut),

500 ml hausgemachte Tomatensauce,

nach Belieben 300-400 g Orecchiette für die Vorspeise



Das Huhn ausnehmen, unter fließendem Wasser gründlich waschen, sorgfältig innen und außen trocknen. Die Innereien des Huhns abspülen, trocknen, von der Leber die grünen Stellen abschneiden. Die Innereien klein schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen, fein hacken. Petersilie waschen, trocken tupfen, fein hacken. Die Innereien mit Knoblauch, Petersilie, Parmesankäse, 1 EL Olivenöl, Salz und den verquirlten Eiern gründlich vermischen. Das Huhn am Halsende fest zunähen. Die Mischung durch die Bauchöffnung in das Huhn füllen, diese Öffnung ebenfalls fest zunähen. Sorgfältig von allen Seiten in dem restlichen Olivenöl von allen Seiten anbraten, Bratensatz mit dem Weißwein ablöschen. Den Weißwein etwas einkochen lassen, dann die Tomatensauce dazugeben. Etwa 1 h auf kleiner Hitze schmoren. Das Huhn ist gar, wenn man mit einer Nadel an der dicksten Stelle in den Schenkel sticht und der heraustretende Saft klar ist.

Das Huhn ausnehmen, unter fließendem Wasser gründlich waschen, sorgfältig innen und außen trocknen. Die Innereien des Huhns abspülen, trocknen, von der Leber die grünen Stellen abschneiden. Die Innereien klein schneiden. Die Knoblauchzehe abziehen, fein hacken. Petersilie waschen, trocken tupfen, fein hacken. Die Innereien mit Knoblauch, Petersilie, Parmesankäse, 1 EL Olivenöl, Salz und den verquirlten Eiern gründlich vermischen. Das Huhn am Halsende fest zunähen. Die Mischung durch die Bauchöffnung in das Huhn füllen, diese Öffnung ebenfalls fest zunähen. Sorgfältig von allen Seiten in dem restlichen Olivenöl von allen Seiten anbraten, Bratensatz mit dem Weißwein ablöschen. Den Weißwein etwas einkochen lassen, dann die Tomatensauce dazugeben. Etwa 1 h auf kleiner Hitze schmoren. Das Huhn ist gar, wenn man mit einer Nadel an der dicksten Stelle in den Schenkel sticht und der heraustretende Saft klar ist.

Tarallucci

Apulische Teigkringel

Im Mezzogiorno gilt das Sprichwort: Alles endet in „tarrallucci e vino ...“ und so auch das Menü der Schiavones.

Zutaten:

500 g Weizenmehl,
1 Päckchen Backpulver,
200 g Zucker,
1 Prise Salz,
125 ml Weißwein,
Saft von einer Zitrone,
125 ml Olivenöl



Das Weizenmehl mit dem Backpulver durchsieben. Mit Zucker, Salz, Weißwein, Zitronensaft und Olivenöl zu einem Teig kneten. Von diesem Teig pflaumengroße Stücke abnehmen und zwischen den Handflächen zu kleinen Würsten mit 1 cm Durchmesser und 15 cm Länge rollen. Die Enden zu einem Kringel zusammendrücken, den man auf Backtrennpapier im vorgeheizten Ofen bei 180 °C (Umluft 170 °C) 20-25 min backt.