



Anmerkungen zum gewählten Menü

Es ist Samstagmorgen und für den Abend haben sich überraschend Gäste angemeldet. Sommerlich warm ist es und wir haben nicht so Lust, lange in der Küche zu stehen. Zudem sind die Gäste unkompliziert und möchten liebend gerne mit uns zusammensitzen und plaudern anstatt immer wieder zu warten, bis der Hausherr einen neuen Gang aus der Küche bringt.

Tja, was können wir in der Eile und ohne einen halben Tag einkaufen zu gehen, auf den Tisch zaubern. Was geben Garten, Kühlschrank, Vorratsschrank und TK her. Zurzeit hat es im Garten Salat, Tomaten, Gurken und Rindfleisch im Überfluss. Etwas Fleisch und Brot ist schnell eingekauft. Also machen wir aus Verfügbarem und wenig einkaufen einen Vorspeiseteller, dessen Zutaten sich gut vorbereiten lassen. Ein Fondue eignet sich ganz schön, um zusammen zu sitzen – aber bei den sommerlichen Temperaturen.....?

Warum nicht mal eine Spaghettata? Ein Spaghettiplausch?

Drei Saucen sollten es mindestens schon sein. Einmal mit Gemüse, einmal mit Fleisch und einmal mit Fisch. Und weil's so schön passt auch eine mit Käse. Pesto hat es noch im TK und im Gewürzschrank finden wir alle Zutaten für eine Aglio Olio Peperoncino. Es sollen schnell zubereitete Saucen sein, darum entfällt die „Bolo“, dafür erfinden wir schnell etwas mit Rindfleischstreifen. Bei der Tomatensugo sollen die frischen Tomaten betont werden – also ohne weitere Zutaten ausser Salz eine schnelle, dafür umso leckerere Variante zaubern. Anstatt die überall gereichten Meeresfrüchte könnte man doch mal das Glas Thunfisch aus den letzten Italienferien brauchen. Und der grosse Mocken Gorgonzola sollte sowieso aufgebraucht werden – also daraus auch schnell was machen....

Am Schluss wäre dann ein Tiramisu passend. Zum Völlegefühl nach zu viel Spaghetti noch so ein mastiges Dessert, das die meisten Leute eigentlich gar nicht so gerne haben? Nein. Wir genehmigen und ein ganz einfaches, dafür erfrischendes Dessert aus Melonen!

Ablauf	Zeit ca.
Besprechung	19.00
Vorspeise	20.00 (Mise en Place für Saucen gemacht, Pesto und Aglio-Olio fertig, Dessert im KS)
Hauptgang	20.45
Dessert	21.45

Carne Cruda

240 g	<i>Kalbfleisch (Kalbsnuss) oder vom Piemonteser Rind (Fassone)</i>
	<i>Salz</i>
	<i>Pfeffer</i>
2 – 3 El	<i>Olivenöl</i>
1 El	<i>Saft einer frisch gepressten Zitrone</i>
1 Stk	<i>Stangensellerie, klein</i>
20 g	<i>Parmesan, frisch gerieben oder feine Späne</i>

Das bei Zimmertemperatur gelagerte Fleisch mit einem scharfen Messer klein schneiden (KEIN Mixer oder Fleischwolf). Mit Salz und Pfeffer (sparsam) würzen. Das Öl darunter mischen und den Zitronensaft dazu geben.

Anrichten

In Teller oder mithilfe eines Ringes anrichten, wenig Stangensellerie ganz fein darüber hobeln und mit wenig Parmesan bestreuen. Nicht zu kalt servieren.

Gemischter Salat auf Randencarpaccio

Wenig	<i>Blattsalat</i>
1	<i>frische, nicht gekochte Rande</i>
40 g	<i>geräucherte Entenbrust oder geräucherter Speck</i>

Dressing

2 El	<i>Traubenkernöl</i>
2 El	<i>Holunderblütenessig</i>
	<i>Salz, Pfeffer</i>

Rande schälen und quer in ca. 1mm dicke, möglichst regelmässige Scheiben schneiden (geht mit einem sehr scharfen Meser besser als mit manchem Hobel). Mit etwas Salz bestreuen und mit Olivenöl beidseitig bepinseln, Mit Folie bedecken und für 30-60 Minuten marinieren lassen.

Blattsalat in feine Chiffonade schneiden und gut waschen. Aus den Zutaten ein leichtes Dressing mischen.

Anrichten

2-3 Randenscheiben auf Teller legen. Salat in der Sauce wenden, überschüssiges Dressing abschütten und auf die Randen legen. 2-3 dünne Scheiben geräuchertes Fleisch darüber legen.

Gazpaco

200 g *frische Tomaten*
1 *Salatgurken*
1 El *Zwiebel*
Essig, Öl,
Pfeffer, Salz



Salatgurke schälen und raffeln, die übrigen Zutaten fein schneiden und alles zusammen sehr fein mixen. Abschmecken und am Schluss absieben. Über Nacht kaltstellen.

Crostini mit Tomaten

100 g *reife, feste Tomaten*
1 El *gehackte Zwiebeln*
½ *Knoblauchzehen*
1 Bund *Basilikum*
2 El *Olivenöl*
Salz, Pfeffer
4 *Scheiben Weissbrot (Baguette)*

Tomaten waschen, klein hacken und in eine Schüssel geben. Zwiebel oder den Knoblauch abziehen, fein hacken, darunter mischen und gehackter Basilikum untermischen. Etwas Olivenöl darüber geben und nicht zu lange ziehen lassen.

Auf getoasteten Weissbrotscheiben anrichten.

Mit Thunfisch gefüllte Tomaten

4 *kleine Tomaten 3-5 cm Durchmesser*
60 *Thunfisch (Dose)*
10 g *fein gehackte Zwiebeln*
2 Ästchen *Petersilie*

Dressing

1 Tl *Mayonnaise*
1 El *Essig*
1 El *Olivenöl*
Salz, Pfeffer

Thunfische mit einer Gabel zerfasern. Dressing rühren und zusammen mit den fein gehackten Zwiebeln und der Petersilie unter den Thon mischen.

Anrichten

Tomaten waschen, Deckel abschneiden und aushölen. Den Thunfischsalat in die Tomaten füllen und den Deckel aufsetzen.

Spaghetata

100-120 g Spaghetti pro Person.

In Salzwasser al Dente kochen.

Weil wir zuerst eine feine Vorspeise geniessen bereiten wir 90 g Spaghetti pro Person. Diese kochen wir in zwei Durchgängen: 50-60 g / Person werden gekocht und mit den Saucen aufgetischt. Mit dem Auftischen geben wir die restlichen 30-40 g / Person zu Kochen. Damit können wir nach etwa 15 Minuten nochmals frische Teigwaren auftischen.

Salsa al Pomodoro fresca

*600 g Gartenfrische, reife Tomaten
Salz*

Tomaten waschen, halbieren und die Strünke herausschneiden. Ohne Fettzugabe in eine Pfanne geben und bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis man die Häute abziehen kann. Sind die Häute weg, die Tomaten in der Pfanne etwas zerkleinern, leicht salzen und zu den Teigwaren reichen.

Diese Sauce wird so kurz und schonend wie möglich gekocht und braucht keinerlei weitere Gewürze.

Tonno e Piselli

*100 g Thunfisch (aus dem Glas)
100 g grüne Erbsen (Frische oder TK)
20 g gehackte Zwiebeln
10 g Butter
1 Tl Mehl
0.5 dl trockener Weisswein
1,5 dl Rahm
Salz, Pfeffer*

Zwiebeln in Butter andünsten, mit dem Mehl bestäuben, mehl komplett in die Butter einrühren und mit dem Weisswein ablöschen. Einrühren, bis das Mehl komplett aufgelöst ist, 1-2 dl Wasser einrühren (wie bei einer Bechamel). Erbsen und die Hälfte des Thons dazu geben und während 10-15 Minuten weich köcheln. Rahm unterrühren und die zweite Hälfte des Thons darunter mischen, nochmals einige Minuten köcheln lassen. Nach Bedarf Sauce mit Wasser verdünnen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Gorgonzola-Sauce

1 El gehackte Zwiebeln
1 El Butter
3 dl Rahm
1 dl Milch
200 g Gorgonzola
Salz, Pfeffer
2 El gehackte Walnüsse

Zwiebeln in Butter andünsten. Rahm und Milch angiessen. Gorgonzola in der Sauce schmelzen lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Gehackte Walnüsse unterrühren.

Manzo-Verde

300 g Rinderhuft
30 g fein gehackte Zwiebeln
1 kleine Zucchini
2 Mangoldblätter (Krautstiel)
1 dl Rotwein
1 Tl Mehl
Öl
Salz, Pfeffer

Rinderhuft in Fingergrösse, aber nur 3-4 mm dicke Streifen schneiden. Zucchini längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Blätter vom Mangold abschneiden, waschen und im sprudelnden Wasser 3 Minuten blanchieren, herausnehmen und in ca. 1 cm grosse Stücke schneiden.

Rinderhuft in 2 Portionen im heissen Fett anbraten. Herausnehmen und warmstellen. Zwiebeln und Zucchini im selben Fett anbraten, mit Mehl bestäuben und mit dem Rotwein ablöschen und die Mangoldblätter unterheben. 5-6 Minuten köcheln lassen (evtl noch etwa 1 dl Wasser angiessen). Hitze reduzieren und das Fleisch unterheben – nur noch warmstellen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pesto genovese

2 El Pinienkerne
3 Bund Basilikum
2 Knoblauchzehen (roter)
Salz
6 El frisch geriebener Parmesan
6 El frisch geriebener Pecorino
3-4 El Olivenöl (am besten Taggiasca)

Basilikum (möglichst grossblättrige Sorte) waschen, gut trocknen lassen und grob hacken. Knoblauch schälen, ebenfalls grob hacken.

Pinienkerne mit etwas Olivenöl mit dem Pürierstab des Mixers (oder Cutter) zu einer feinen Masse verarbeiten. Basilikum mit Knoblauch und etwas Olivenöl ebenfalls mit dem Mixstab nicht allzu sehr zerkleinern. Pinienkerne darunter rühren, nach und nach den Käse unterarbeiten. Zum Schluss das restliche Öl unterrühren und mit Salz abschmecken.

Variante

Pinienkerne ohne Fettzugabe in der heissen Bratpfanne anrösten.

Aglio, olio e peperoncino

1 El getrocknete Chilischoten
1 El getrocknetes Knoblauchpulver
1 El Zitronensaft oder Essig
1 dl Olivenöl
Salz

Chili und Knoblauchpulver mischen, Zitronensaft darüber geben und über Nacht ziehen lassen. Öl und Salz untermischen und für 1-2 Tage durchziehen lassen.

Variante

Zusätzlich wenig getrocknete Kräuter wie Oregan etc. untermischen.

Melonensalat

500 g *Wassermelone*
500 g *Honigmelone*
3 El *Zitronensaft*
4 cl *Vin Santo*
 Zucker

Das Fruchtfleisch der Wassermelone entkernen, in etwa 2 cm grosse Stücke würfeln und in eine grosse Schüssel geben. Die Honigmelone halbieren, entkernen und mit einem Bällchenausstecher Kugeln heraus stechen und zu den übrigen Melonenstücken geben. Für die Marinade Zucker, Zitronensaft und Portwein verrühren und über die Melonenstücke giessen. Einmal vorsichtig durchrühren und eine Stunde lang durchziehen lassen. Anschliessend servieren.