

# Smørebrød Kochsession

## 20. Februar 2014



### Der kulinarische Kanton Tessin von Rolf

**Tessiner Antipasti**

\*\*\*\*\*

**Malfatti Tessiner Art**

\*\*\*\*\*

**Brasato al Merlot**

\*\*\*\*\*

**Polenta nach Tessiner Art**

\*\*\*\*\*

**Tessiner Alpkäse mit Kastanienhonig**

\*\*\*\*\*

**Crema di cachi Kakicreme**

\*\*\*\*\*

Mengen für 10 Personen

## **Der kulinarische Kanton Tessin**

Kastanien, Mais und Kartoffeln. Die traditionelle Tessiner Küche ist von diesen archaischen Grundprodukten bis heute geprägt. Und die Menschen, bis in die entlegensten Täler, haben seit je das Beste daraus gemacht. Das Leben im Einklang mit der Natur war früher nicht romantisch, sondern notwendig. Der oft karge Boden musste ständig beackert werden, um ihm genügend Nahrung abzutrotzen.

Manche Bauernfamilien konnten sich ein paar Schweine oder Ziegen halten, aus denen sie Wurst und Käse herstellten. Sie fischten in den Seen, jagten Wild und sammelten Pilze und essbare Pflanzen in Wald und Feld. Aus diesen natürlichen Erzeugnissen entwickelte sich eine abwechslungsreiche, eigenständige Küche. Was vor allem den Frauen zu verdanken ist, die oft alleine zurückblieben, während die Männer in der Fremde nach Verdienstmöglichkeiten suchten.

### ***Typische Tessiner Apéro-Begleiter***



#### ***Tessiner Antipasti***

- mit Salametti, Porchetta, Bresaola, Coppa.
- grillierte Zucchini und Auberginen in Olivenöl und Kräutern mariniert, sonnengetrocknete Tomaten, grünen und schwarze Oliven

#### ***Vino bianco***

Der aufgehende Stern am Himmel der Tessiner Weissweine ist der Merlot Bianco. Er wird durch sanfte Pressung aus der roten Rebsorte Merlot gewonnen.

Die besten Ergebnisse bringt der Ausbau in neuen Eichenfässern: elegante, klare, strohfarbene Weine, auf die die Tessiner Winzer zu Recht stolz sind.

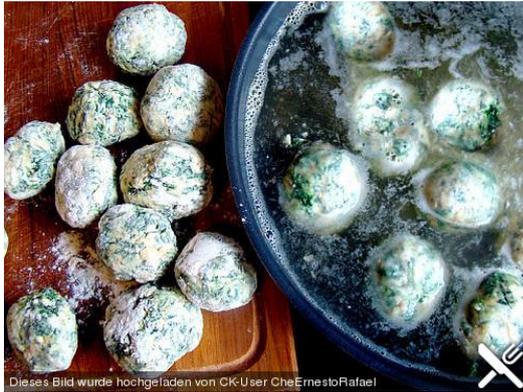
#### ***Bucaneve***

*Bianco di Merlot, Ticino DOC*

Das Schneeglöckchen aus dem Sopraceneri.

Der Bianco Ticinese Merlot Bucaneve ist ein Weissdruck der roten Merlottraube. Die Vorzüge dieser Tessiner Spezialität sind eine milde Säure und ein samtener Gaumen mit Aromen von Honig, Melonen und Zitrusfrüchten. Ein schöner Apéritif und ein guter Vorspeisenbegleiter.

## **Malfatti Tessiner Art**



### **Zutaten:**

- 750 g Blattspinat, TK oder 1000g frischer Spinat
- 1 EL Butter, oder neutrales Öl
- 1 m.-große Zwiebel(n)
- 2 Knoblauchzehe(n)
- 300 g Ricotta (oder 500g Magerquark, sehr gut abgetropft)
- 3 m.-große Ei(er)
- 50 g Parmesan oder Grana Padano, frisch gerieben
- n. B. Salz, (etwa 2 TL)
- n. B. Pfeffer, schwarzer aus der Mühle
- n. B. Chili, aus der Mühle (alternativ: n.B. Muskat)
- 5 EL Mehl
- 50 g Parmesan, Pecorino oder Sbrinz, frisch gerieben
- 50 g Butter

### **Zubereitung:**

Blattspinat putzen und waschen, tropfnass im Topf zusammenfallen lassen. Oder TK-Blattspinat auftauen (z.B. im Sieb in der Mikrowelle). Aufgetaute oder abgekühlte Blätter sehr gut ausdrücken und mit einem großen Messer fein hacken. Zwiebeln und Knoblauch fein gewürfelt in etwas Butter glasig dünsten. Gehackten Spinat untermischen, vom Feuer nehmen, etwas abkühlen lassen. Sehr gut (auf etwa 280g) abgetropften Magerquark oder Ricotta mit den Eiern cremig rühren, abgetropften Spinat und 50g geriebenen Parmesan zufügen, mit Salz (vorsichtig, Parmesan hat bereits Salz), Pfeffer und Chili (Muskat) kräftig würzen. Mehl unter stetigem Rühren nach und nach unterarbeiten, bis der Teig glatt und etwa so fest wie Frikadellenmasse ist. Die Mehlmenge richtet sich nach der Restfeuchtigkeit von Spinat und Quark sowie der Eiergröße. Probieren und ggf. nachwürzen.

Arbeitsfläche mit Mehl bestreuen, mit 2 Esslöffeln Nocken abstechen (ergibt etwa 35-40) und mit Abstand zueinander darauf setzen. Wenn der Teig aufgebraucht ist, die Nocken mit bemehlten Händen rund rollen. Salzwasser im großen, flachen Topf (3 Liter Inhalt) aufkochen, Malfatti portionsweise ins kochende Wasser gleiten lassen. Sie sind gar, wenn sie an der Oberfläche schwimmen. Mit Lochkelle abschöpfen, abgetropft in einer großen Pfanne mit der zerlassenen restlichen Butter schwenken. Heiß servieren, bei Tisch mit dem gewählten Käse bestreuen.

## ***Brasato al Merlot***



### ***Zutaten:***

1.5 kg Rindshohrücken  
Salz und Pfeffer aus der Mühle  
2-3 EL Bratbutter  
2 gespickte Zwiebeln  
2 Karotten  
2 Stück Sellerie  
2 Stück Lauch  
1.5 EL Tomatenpüree  
1.5 EL Mehl  
7.5 dl Merlot  
5 Knoblauchzehen  
2 Zweig Rosmarin  
2 Zweig Thymian  
ein paar eingeweichte getrocknete Steinpilze  
4.5 dl heisse Fleischbouillon

### ***Zubereitung:***

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer einreiben und in der Butter anbraten. Herausnehmen und warm halten. Im gleichen Bräter die Zwiebel, die klein geschnittene Karotte, den Sellerie und Lauch andünsten. Das Tomatenpüree hinzufügen, mit Mehl bestäuben und das Ganze vermengen. Mit dem Merlot ablöschen und aufkochen. Das Fleisch hineinlegen. Den gequetschten Knoblauch, Rosmarin, Thymian und Steinpilze dazugeben und mit heisser Bouillon auffüllen. Zugedeckt 2 bis 3 Stunden schmoren lassen.

## ***Vino rosso***

Die Winzer aus dem Tessin und dem Misox, die guten Winzer - und nirgendwo in der Schweiz ist die Dichte davon so hoch wie hier - erzeugen volle, aromatische und auch lagerfähige Rotweine, die zu den Besten der Schweiz gehören und internationales Niveau erreichen.

### ***Biasca Premium***

#### ***Merlot Ticino DOC***

Ein Premium-Merlot aus der Gemeinde Biasca Komplexes, würziges Bouquet. In der Nase Cassis, Pflaumen, Brombeeren, Sauerkirschen und etwas weisser Pfeffer. Im Mund voll, wuchtig und gleichzeitig elegant. Die feinen und eleganten Tannine sind gut strukturiert und enden in einem langen fruchtigen Abgang.

## ***Polenta nach Tessiner Art***

### *Zutaten:*

|         |                                  |
|---------|----------------------------------|
| 150 g   | Polenta Bramata Oro (Valtellina) |
| 150 g   | Polenta Dorata (Giubiasco)       |
| 200 g   | Polenta Valtellinese             |
| 100 g   | Butter                           |
| 1 Prise | Muskatnuss                       |
| 1       | Knoblauchzehe                    |
| 1       | Lorbeerblatt                     |
| 1 l     | Milch                            |
| 1,5 l   | Wasser                           |
| Salz    |                                  |

### *Zubereitung:*

Wasser und Milch mit der Knoblauchzehe und dem Lorbeerblatt in einer grossen Pfanne aufkochen und die drei Polentasorten unter ständigem Rühren mit einem Holzlöffel einstreuen. Weiter rühren, bis die Polenta dickflüssig ist und sich vom Pfannenrand zu lösen beginnt. Nach etwa 1,5 Std. Kochzeit vom Feuer nehmen, Knoblauchzehe und Lorbeerblatt herausfischen, die Prise Muskatnuss begeben und die Butter in kleinen Stücken unterziehen. Den Maisbrei als flachen Kuchen auf ein eingeöltes Blech streichen, mit Veltliner Käse bestreuen und im Ofen überbacken, bis die Polenta eine schöne braune Kruste hat.

### *Anrichten:*

Die Polenta in Portionenstücke schneiden, auf die Teller geben, mit Fleisch, Sauce, Karotten und Sellerie nappieren und mit frischem Basilikum dekorieren.

## ***Grappa Ticinese Forte 45% Matasci***

Offenbart ein Blumenbukett von roten Rosen und Magnolie mit etwas Kräutern wie Salbei, Thymian und Rosmarin. Im Geschmack sehr saftig und aromatisch, leicht süsslich mit Noten von Zitrusfrüchten im langen Nachhall.

## **Tessiner Alpkäse mit Kastanienhonig**

*Der Botschafter der Berglandwirtschaft des Kantons Tessin*

Bereits seit dem 12. Jahrhundert wird in der italienischen Schweiz – dem klimatisch milden Tessin – Alpkäse produziert. An der traditionellen Herstellungsmethode des Tessiner Alpkäses hat sich bis auf die heutigen strengen Hygienevorschriften prinzipiell nichts geändert. Die vielfältigen Kräuter und Gräser der über 1.500 m hoch gelegenen Alpweiden macht die Mich für diese Schnittkäsespezialität besonders reichhaltig und würzig. Sein mild-feiner Geschmack gewinnt bei längerer Reifung an Intensität und begeistert Käseliebhaber weit über die Grenzen des Tessins hinaus.



### **Zincarlin da la Val da Mücc (Valle di Muggio)**

- Käse aus Rohmilch, mit gebrochenem Pfeffer
- 2-3 Monate mit Weisswein gepflegt

### **Tessiner Alpkäse AOC**

- ausschließlich aus Kuhmilch hergestellt werden oder einem Zusatz von max. 30 % Ziegenmilch
- mild-fein, bei längerer Reife würziger mit vielschichtigen Aromen

### **Kastanienhonig**

(Edel) Kastanienbäume wachsen im sonnigen Tessin meist an steilen Berghängen in abgelegenen Tälern, fernab von der Zivilisation. Oftmals können Menschen in diesen Tälern nur dank diesen Kastanienbäumen ihren Lebensunterhalt verdienen. Kastanienbäume sind zudem für die Landschaft sehr wichtig, denn ihre Wurzeln schützen die Hänge vor Erosion. Sie blühen im Juni in voller Pracht und sind für die emsigen Bienen unserer Imker ein wahres Paradies. Kastanienhonig ist ein Liebhaberhonig mit dunkler Farbe und intensivem, kräftig herbem bis leicht bitterem Geschmack.

### **Früchte von tausend Bäumen**

Zur Winterszeit, wenn die Kakifrüchte orangerot an kahlen Bäumen reifen, stapften Pepe, Juliette und Fabio in der Gegend von Tesserete hinter Georgi Winter durch den Schnee. Seit ein paar Jahren hat es sich der Deutschschweizer zur Aufgabe gemacht, «herrenlose» Früchte einzusammeln, die sonst verfaulen würden. Er dörft die Kakischnitze langsam und schonend während Tagen in einem aufwendigen Verfahren. So dient der Erhalt dieser Delikatesse auch der Hege der vielleicht noch 1000 verbliebenen Kakibäume, und trägt schliesslich zur Erhaltung der typischen Tessiner Landschaft bei.

## ***Crema di cachi Kakicreme***

### *Zutaten:*

4 frische Kaki  
360 g Joghurt nature  
2 TL Zimtpulver  
abgeriebene Schale von 1/2 unbehandelter Zitrone  
4 dl geschlagener Rahm

### *Zubereitung:*

1. Kaki halbieren, Fruchtfleisch aus der Schale kratzen. In einer Schüssel mit der Gabel zerdrücken, bis eine cremige Masse entstanden ist.
2. Joghurt, Zimt und Zitronenschale darunterziehen, den Schlagrahm unterheben.
3. Im Kühlschrank vollständig durchkühlen lassen.

Tipp: Mit Zimt bestreut zu Panettone servieren.