

DEUTSCH-ITALIENISCHE-DANTE-ALIGHIERI-GESELLSCHAFT REGENSBURG E.V.
SOCIETÀ ITALO TEDESCA DANTE ALIGHIERI COMITATO DI RATISBONA
<http://members.aol.com/digrbg>

HAUPTGERICHTE

Hier die Seite für alle Freunde italienischer Gerichte.

Wir sind immer offen für Anregungen und nehmen auch jederzeit gerne Rezepte der Besucher unserer Seite entgegen.

Wenn Sie ein gutes Rezept wissen, können Sie es an folgende Adresse mailen:
digrbg@aol.com

1. Coniglio alla stimpirata (Schmorkaninchen mit Gemüse)
2. Marinierte Lammkeule
3. Ossobuco alla Milanese (Kalbshaxe auf Mailänder Art)
4. Risotto alla Milanese (Reis auf Mailänder Art)
5. Carne alla Pizzaiola (Fleisch auf Pizzabäcker Art)
6. Saltimbocca alla Romana (Kalbsschnitzel auf römische Art)
7. Pollo alla cacciatora (Huhn auf Jägerart)
8. Pollo alla diavola (Huhn auf Teufelsart)
9. Pollo alla veronese (Huhn auf Veroneser Art)

1. CONIGLIO ALLA STIMPIRATA (Schmorkaninchen mit Gemüse)

Für 4 Personen:

1 zerlegtes Kaninchen
1 gelbe Paprikaschote
250 g Karotten
250 g Staudensellerie
2 Knoblauchzehen
Olivenöl
100 g grüne Oliven
2 EL Honig
1/2 l Weinessig
1/2 l Weißwein
50 g Kapern
Salz
Pfeffer

Paprikaschote, Karotten und Staudensellerie kleinschneiden. In einer Pfanne erst 1 gewiegte Knoblauchzehe in Olivengl schwenken, dann darin Gemüse braten. Die Oliven entkernen, den Honig in Essig auflösen, das zerlegte Kaninchen in Honigessig, Wein, Kapern, 1 kleingeschnittene Knoblauchzehe, Salz, Pfeffer und reichlich Olivenöl in Kasserolle geben und etwa 1 1/2 Stunden auf dem Herd schmoren lassen. Kurz vor dem Servieren das gebratene Gemüse und die Oliven hinzufügen und im Bratensud anwärmen.
Mit frischem Weißbrot servieren.

2. MARINIERTER LAMMKEULE

Für 4-6 Personen

Für die Marinade:

1 unbehandelte Zitrone
2 Knoblauchzehen
1 Bund Thymian

1/2 Liter trockenen Weißwein
6 EL Olivenöl
außerdem:
1 Lammkeule (2 kg)
Salz
schwarzer Pfeffer
500 gr kleine Kartoffeln
1 Bund Lauchzwiebeln

Zubereitung:

Für die Marinade etwa die Hälfte der Zitronenschale abreiben. Die Knoblauchzehen fein würfeln. Thymian waschen, die harten Stiele entfernen, den Rest fein hacken. Diese Zutaten mit Wein und Öl verrühren. Lammkeule in eine große Schüssel geben und die Marinade darüber gießen. Zugedeckt im Kühlschrank 20 Stunden ziehen lassen, dabei mehrmals wenden.

Zum Braten die Keule rundherum salzen und mit Pfeffer aus der Mühle würzen. Mit der Marinade auf die Saftpfanne des Backofens geben und auf die unterste Schiene des kalten Ofens schieben. Dann Ofen auf 160°C (Umluft 150°C, Gas Stufe 2) schalten. Keule 1 1/2 Stunden schmoren, dabei einmal wenden und einige Male mit der Schmorflüssigkeit begießen.

Kartoffeln schälen, waschen, um die Lammkeule legen und eine weitere Stunde schmoren. Lauchzwiebeln von Wurzelansätzen und welken Blättern befreien, waschen und in 5 cm lange Stücke schneiden. Zum Lamm geben und rund 30 Minuten mitschmoren.

Die Temperatur auf starke Oberhitze oder hohe Grillstufe schalten und die Keule 5 bis 10 Minuten überkrusten. Keule aus dem Ofen nehmen und vor dem Anschneiden 10 Minuten in Alufolie gewickelt ruhen lassen.

Kartoffeln und Zwiebeln währenddessen im abgeschalteten Backofen warm halten.

3. OSSOBUCO ALLA MILANESE (Kalbshaxe Mailänder Art)

Für 4-6 Personen
2 kleine Zwiebeln
2 Möhren
4 Stängel Bleichsellerie
3 Knoblauchzehen
Salz,
Pfeffer,
Mehl,
Rosmarin
60 gr. Butter
8 Scheiben Kalbshaxe von je 200 gr.
4 EL kaltgepresstes Olivenöl
1/8 l trockener Weißwein
1/8 l Fleischbrühe
4 größere gewürfelte Tomaten
4 EL gehackte Kräuter (Basilikum, Petersilie, Kresse, Zitronenmelisse u.a.)
1 unbehandelte Zitrone

Zubereitung:

Zwiebeln, Möhren und Sellerie putzen, sehr fein würfeln und mit der Hälfte des gewürfelten Knoblauchs in Butter anschmoren. Mit Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen. Das Fleisch salzen, Pfeffern, gut bemehlen, in einer Pfanne im heißen Öl anbraten und auf das Gemüse legen. Das Öl abgießen, Bratfond mit Wein und Brühe ablöschen und etwas einkochen. Mit Tomaten und 2 EL Kräutern in den Topf geben und zugedeckt 60-70 Minuten schmoren lassen.

Restliche Kräuter, Zitronenschale und übrigen Knoblauch mischen.

Ossobuco anrichten und mit der Kräutermischung bestreuen.

Dazu gehört stets Risotto alla milanese.

4. RISOTTO ALLA MILANESE (Reis auf Mailänder Art)

Für 4-6 Personen

2 Zwiebeln
1 Knoblauchzehe
200 gr gekochter Schinken
3 EL kaltgepresstes Olivenöl
400 gr. italienischer Rundkornreis
1/8 l trockener Weißwein
1 l Fleischbrühe
150-200 gr. Schinken in Würfeln
Safran
2 EL Pinienkerne
50 gr. Butter
75 gr. geriebener Parmesan

Für Ossobuco:

Rindermark aus den gekochten Beinscheiben für Reisbeilage aufheben.

Zubereitung:

Zwiebeln und Knoblauch schälen, wie den Schinken fein würfeln und alles in 2 EL nicht zu heißem Olivenöl unter Rühren glasig braten. Zur Seite schieben, das restliche Öl angießen und den trockenen Reis darin unterrühren, ebenfalls glasig werden lassen. Mit Wein und 1/2 l Fleischbrühe ablöschen und die Flüssigkeit im offenen Topf fast ganz einkochen lassen. Die restliche Brühe hinzufügen und 15 Minuten bei schwacher Hitze ausquellen lassen. Die Pinienkerne, den Safran, den Schinken, die restliche Butter, den Rindermark und den Parmesan untermischen.

5. CARNE ALLA PIZZAIOLA (Schmetterlingssteaks auf Pizzabäcker Art)

Für 4-6 Personen

12 Schmetterlingssteaks vom Schwein (ca.1/2 cm dick)
Salz
Pfeffer
granulierter Knoblauch
Mehl
Olivenöl
Knoblauch
Petersilie
Zucker
Tomaten
Parmesan-Käse

Zubereitung:

Schmetterlingssteaks vom Schwein ca. 1/2 cm dick schneiden lassen. Gut würzen mit Salz, Pfeffer und granuliertem Knoblauch. Danach mit Mehl bestäuben. Olivenöl, durchgepressten Knoblauch und viel kleingehackte Petersilie in der Pfanne kurz anbraten, Fleisch einlegen und kurz braten (Vorsicht! Der Knoblauch darf nicht anbrennen) und dann Fleisch wenden. Wenn die 2. Seite leicht hellbraun ist, mit einem Schuß Weißwein ablöschen und mit gut gewürzten (Salz, Origan, kleine Prise Zucker, Peperoncino) zerdrückten, geschälten Tomaten bedecken. Parmesankäse darüber streuen, Deckel auf die Pfanne und ca. 10 Minuten auf kleiner Flamme kochen lassen.

Tip: Dieses Gericht schmeckt noch besser wenn es schon einen Tag vor Verzehr gekocht worden ist.

Peperoncino = Scharfe, rote, getrocknete Paprikaschote

6. SALTIMBOCCA ALLA ROMANA (Kalbsschnitzel auf römische Art)

Für 8 Portionen

8 dünne Kalbsschnitzel

Salz-

Pfeffer

8 Blätter frischen Salbei

8 Scheiben Parma-Schinken (dünn geschnitten)

1 EL Butter

1 EL Olivenöl

1/2 Glas Weißwein (oder Marsala-Wein)

Butter

Die Kalbsschnitzel leicht mit Salz und Pfeffer bestreuen und je mit einem frischen Salbeiblatt und eine Scheibe Parma-Schinken belegen. Die Schinken herumwickeln und mit einem Zahnstocher befestigen.

Butter und Öl in einer Pfanne erhitzen und die Kalbsschnitzel darin von beiden Seiten knusprig braun braten. Aus der Pfanne nehmen und warm stellen. Den Bratensaft mit dem Weißwein (oder Marsala) ablöschen und etwas einkochen lassen. Mit einem Stückchen frischen Butter vermischen und über die Schnitzel gießen.

Knuspriges Weißbrot oder Kartoffelpüree dazu servieren.

7. POLLO ALLA CACCIATORA (Huhn nach Jägerart)

1 frisches Brathuhn

Zwiebeln

50 g Speck

3 EL Olivenöl

1 Tasse trockener Weißwein

500 g Tomaten aus der Dose

Salz

Weißer Pfeffer

Rosmarin (1 Messerspitze)

Salbei (1 Messerspitze)

Zubereitungszeit ca. 45 Minuten

Das Huhn in 8 Stücke teilen, waschen und abtrocknen.

Die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden.

Den Speck sehr fein hacken und wiegen.

In einer großen flachen Pfanne das Öl erhitzen.

Die Zwiebeln darin goldgelb braten, dann herausnehmen.

Im gleichen Öl den Speck auslassen.

Die Hühnerteile dazugeben, bei starker Hitze rundum anbraten.

Den Wein angießen, eindampfen lassen, dabei das Fleisch ab und zu wenden.

Die Tomaten mit wenig Saft und die Zwiebeln dazu geben.

Mit Salz, frisch gemahlener Pfeffer, dem Rosmarin und dem Salbei würzen.

Alles zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 30 Minuten schmoren lassen. Dann das Fleisch herausnehmen.

Die Sauce in der offenen Pfanne zur gewünschten Konsistenz einkochen lassen.

Mit gemischtem Salat, Brot und Rotwein (z.B. Teroldego oder Cabernet del Trentino) servieren.

8. POLLO ALLA DIAVOLA (Huhn nach Teufelsart)

Gegrilltes scharf gewürztes Huhn
1 frisches, junges Brathuhn (ca 1200 g)
1/2 Tasse Olivenöl
Saft von einer 1/2 Zitrone
Gemahlener Peperoncino (Scharfe, trockene Paprikaschote)
Salz
Schwarzer Pfeffer
1 Zitrone

Marinierzeit : 1 Std
Zubereitungszeit : 45 Min

Das Huhn innen und außen sorgfältig waschen und gut abtrocknen. Auf ein Brett legen. Mit einem scharfen Messer das Brustbein in der Mitte durchtrennen, so daß man das Huhn wie ein Buch aufklappen kann. Dann leicht mit dem Fleischklopfer flach klopfen, dabei die Knochen nicht zerschlagen.

In einer ovalen flachen Servierschüssel aus dem Olivenöl, dem Zitronensaft, dem Peperoncino (vorsichtig verwenden, da das Gewürz sehr scharf ist), Salz und frisch gemahlener Pfeffer eine Marinade rühren. Das Huhn darin auf jede Seite etwa 30 Minuten marinieren lassen. Den Grill vorheizen. Das Huhn - je nach Alter - in 30-40 Minuten knusprig grillen. Wiederholt mit der Marinade bestreichen. Mit Zitronenscheiben garniert servieren.

Selbstverständlich kann man das "Teufelshuhn" auch im Backofen grillen., ganz original ist es dann aber nicht mehr.

Variante: Pollo alla fiorentina (auf Florentinerart)

Wer es würzig, aber nicht scharf liebt, grillt das Huhn auf diese Art:
Das Huhn nach Anleitung vorbereiten. 2 Std. in einer Marinade aus 1 Tasse Olivenöl, Saft von einer Zitrone, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 2 geschälten, gehackten Knoblauchzehen, 1 EL gehackter Petersilie, 2 halbierten Lorbeerblättern und 1 Zweig Rosmarin ziehen lassen. Wiederholt wenden.

9. POLLO ALLA VERONESE (Huhn nach Veroneser Art)

Für 4 Portionen:

1 Hähnchen
Salz
Pfeffer
Mehl
2 Zwiebeln
2 Möhren
3 EL Olivenöl oder anderes Öl
1 Kl. Dose geschälte Tomaten
10 mit Mandeln gefüllte Oliven

Zubereitung:

Das Hähnchen waschen, mit der Geflügelschere in 4 oder 6 Teile schneiden und abtrocknen.

Das Fleisch mit Salz und Pfeffer einreiben und in Mehl wenden.

Zwiebeln und Möhren schälen und fein würfeln.

Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen, die Hähnchenteile hineinlegen, darin anbraten und wieder herausnehmen.

Zwiebeln und Möhren in die Pfanne geben und glasig dünsten. Dann die Tomaten dazu geben, gut umrühren und aufkochen. Die Hähnchenteile hinein betten, zudecken und bei schwacher Hitze etwa 30 Minuten schmoren.

Die Oliven in Scheiben schneiden und hinzufügen.

Abschmecken und dazu Spaghetti und frischen Salat anrichten.

Guten Appetit

wünscht Ihnen

Ihre DIG Regensburg