



# Herzlich Willkommen zu Ihrem Kochkurs in der SPM!

## Inhalte und Gerichte des heutigen Kochkurses

- ❖ Einleitung - Italiens Küche
- ❖ Menü
- ❖ Rezepte

1

### **Bella Italia: Pasta, Anti Pasti & mehr!**

Kein anderes Land ist so eng mit unserer Sehnsucht nach Sonne, Meer und gutem Essen verbunden wie Italien. Die Wurzeln der italienischen Küche gehen auf das 4. Jahrhundert v. Chr. zurück. Wichtige Neuerungen ergaben sich nach der Kolonisierung Amerikas mit der Einführung von neuen Zutaten wie Kartoffeln, Paprikaschoten und vor allem Tomaten.

Die wichtigste Eigenschaft der traditionellen italienischen Küche ist ihre Einfachheit, mit zahlreichen Gerichten, die nur aus wenigen Bestandteilen bestehen. Die italienischen KöchInnen verlassen sich mehr auf die Qualität der Zutaten als auf deren Anzahl und eine aufwendige Zubereitung. Die Rezepte wurden öfter von Großmüttern erschaffen als von Restaurantchefs und sind deshalb wie geschaffen für die "*cucina casalinga*" (Hausmannskost).

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION





## MENÜ „Bella Italia“

**gebratenes Auberginen-Röllchen** *mit getrockneten Tomaten & Schafskäse*  
**San Daniele Rohschinken**  
**Tomaten Crostini** *mit Basilikum*



hausgemachte, **mediterrane Gemüse-Ricotta Ravioli**  
*mit Pinienkern-Blattspinat und Parmesanschaum*



2

**Maishähnchen Saltimbocca**  
**Filetto di Manzo**  
*Safranrisotto, Spargel*



**Vanille Panna Cotta** *mit Beerensalat und hausgemachtem Eis*



MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION





## Ravioli-Teig:

(für 8 Personen | 20-30 Ravioli)

- ❖ 500 g Weizenmehl
- ❖ 3 Eier + 2 Eigelb
- ❖ 2 EL Olivenöl | 60 ml Wasser
- ❖ Salz

### **Zubereitung - Schritt für Schritt zum Speisenmeister:**

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verarbeiten und mindestens einen Stunde Ruhen lassen!

### **Persönliche Notizen:**

## Ravioli-Füllung:

- ❖ 250 g Ricotta
- ❖ 250 g getrocknete Tomaten
- ❖ 150 g geriebener Parmesan
- ❖ 100 g geröstete Pinienkerne
- ❖ 1 EL Basilikum Pesto
- ❖ Salz, Pfeffer

### **Persönliche Notizen:**

## Parmesan-Schaum:

- ❖ 1 Zwiebel
- ❖ 1 Knoblauchzehe
- ❖ ½ Lauch (nur das Weiße)
- ❖ 3 EL Butter
- ❖ ¼ l Weißwein
- ❖ ½ l Geflügel-/oder Gemüsefond
- ❖ ½ l Sahne
- ❖ 50 g Parmesan gerieben

### **Zubereitung - Schritt für Schritt zum Speisenmeister:**

Zwiebel, Knoblauch und Lauch in 1 EL Butter farblos anziehen. Mit Weißwein ablöschen und etwas reduzieren. Mit Fond auffüllen und abermals ein reduzieren. Auf die Hälfte ein reduzieren und durch ein Sieb passieren. Geriebenen Parmesan begeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Butter aufmontieren.