
Inhalt

- 8 Vorwort
- 14 **Mediterrane Baum- und Ackerfrüchte**
- 18 **Von Americanello bis Reis**
- 18 Americanello – der Wein aus den gleichnamigen Trauben
- 18 Fleisch und Wurst
- 18 Honig
- 22 Alpkäse
- 22 Kastanien – Mehl, Bier und mehr
- 28 Mais
- 28 Reis

Vegetarische Mahlzeiten

- 34 Minestrone
- 36 Risotto ticinese
- 38 Penne mit Zucchini-Mascarpone-Sauce
- 40 Formaggini mit Olivenöl und Aceto
- 42 Polenta
- 44 Käse-Crostini «Valle Maggia»
- 46 Klosterkuchen
- 48 Ricotta-Gnocchi mit Rucola und Tomaten
- 50 Robiola in Kräuterkruste

Indice

- 8 Prefazione
- 14 **Frutta e cereali mediterranei**
- 18 **Dall'americanello al riso**
- 18 Americanello – il vino di «uva americana»
- 18 Carne e insaccati
- 18 Miele
- 22 Formaggio
- 22 Castagne: farina, birra e anche di più
- 28 Granoturco
- 28 Riso

Piatti vegetariani

- 34 Minestrone
- 36 Risotto ticinese
- 38 Penne alle zucchini con mascarpone
- 40 Formaggini con olio d'oliva e aceto
- 42 Polenta
- 44 Crostini «Valle Maggia» al formaggio
- 46 Torta di fra «Scarpazza»
- 48 Gnocchi di ricotta con rucola e pomodori
- 50 Robiola nella crosta di erbe

Sommaire

- 8 Préface
- 14 **Céréales et fruits méditerranéens**
- 18 **De l'americanello au riz**
- 18 Americanello – un vin issu du cépage éponyme
- 18 Viande et charcuterie
- 18 Miel
- 22 Fromage
- 22 Châtaignes – farine, bière et bien plus encore
- 28 Maïs
- 28 Riz

Repas végétariens

- 34 Minestrone
- 36 Risotto
- 38 Pennes avec sauce aux courgettes et mascarpone
- 40 Formaggini avec huile d'olive et aceto
- 42 Polenta
- 44 Crostini au fromage de la «Valle Maggia»
- 46 Gâteau aux épinards
- 48 Gnocchi à la ricotta avec roquette et tomates
- 50 Robiola en crôte de fines herbes

Mahlzeiten mit Fleisch und Fisch

- 52** Ossobuco casalinga
- 54** Fischfilets auf Kräuterrisotto
- 56** Coregone in Carpione
- 58** Spaghetti alla pescatora
- 60** Ricotta-Ziegenfrischkäse-
Quiche
- 62** Pizza «Crudaiolo»
- 64** Pouletspießchen mit Lorbeer
und Zitrone
- 66** Zicklein mit
Sardellen-Rosmarin-Kruste
- 69** Lamm-Kürbis-Lasagne
- 72** Kaninchen in Merlot geschmort
- 74** Penne mit Cicitt-Kürbis-
Ragout
- 76** Polenta mit
Tessiner Schweinswurst

Desserts

- 78** Tessiner Brottorte
- 80** Kakiküchlein
- 82** Kastanien-Mascarpone-Creme
mit Beeren
- 84** Erdbeeren an
Rotweinmarinade
- 84** Sorbet von Americana-Trauben
mit Grappa
- 86** Zabaione auf Waldbeeren
- 88** Kastanienparfait

Piatti di carne et pesce

- 52** Ossibuchi alla casalinga
- 54** Filetti di pesce su risotto
- 56** Coregone in carpione
- 58** Spaghetti alla pescatora
- 60** Quiche alla ricotta e
al formaggio fresco di capra
con cipolle rosse
- 62** Pizza «crudaiolo»
- 64** Spiedini di pollo con
foglie d'alloro
- 66** Capretto in crosta
di acciughe e rosmarino
- 69** Lasagne con carne d'agnello
e zucca
- 72** Coniglio al Merlot
- 74** Penne alla salsa
di cicitt e zucca
- 76** Polenta e ragù di luganighette

Desserts

- 78** Torta ticinese di pane
- 80** Tortine di cachi
- 82** Crema di castagne al
mascarpone con bacche
- 84** Fragole al vino rosso
- 84** Sorbetto all'uva americana
con grappa
- 86** Zabaione su frutti di bosco
- 88** Parfait alle castagne

Repas avec viande et poissons

- 52** Ossobuco casalinga
- 54** Filets de poisson
sur risotto aux herbes
- 56** Coregone in carpione
- 58** Spaghetti alla pescatora
- 60** Quiche à la ricotta,
chèvre frais et oignons rouges
- 62** Pizza «crudaiolo»
- 64** Brochettes de poulet avec
laurier et citron
- 66** Cabri en croûte d'anchois
et de romarin
- 69** Lasagnes à la courge et agneau
- 72** Lapin braisé au Merlot
- 74** Pennes avec ragout de cicitt
et de courge
- 76** Polenta et ragoût de
saucisses de porc tessinois

Desserts

- 78** Tourte de pain tessinoise
- 80** Tartelettes aux kakis
- 82** Crème de châtaignes et
de mascarpone aux baies
- 84** Fraises au vin rouge
- 84** Sorbet de raisins americano
avec grappa
- 86** Sabayon sur baies des bois
- 88** Parfait aux châtaignes