

Inhalt

Bella Italia – die italienische Lebensart	13
Italien und ich	17
Die regionale Küche Italiens	29
Essig und Olivenöl	39
Kräuter	47
Käse	49
Carmellas Rezepte	53
Antipasti – Vorspeisen und Brot	63
<i>Der Vorspeisenteller</i>	63
Wurst und Schinken	64
Bruschetta	65
Caprese	66
Carpaccio von Bresaola-Schinken	67
Cipolline sott’aceto - Zwiebeln in Essig, süß-sauer	69
Cozze alla tarantina - Überbackene Muscheln	71
Funghi sott’olio - Pilze in Öl eingelegt	73
Melanzane sott’olio - Aubergine in Öl	74
Parmigiana di Melanzana	75

Peperoni marinate - Marinierte Paprika	77
Spaghetti mit Riesengarnelen	78
Vitello Tonnato	79
Zucchiniröllchen	80
Zucchini-Tomaten-Auflauf mit Mozzarella	81
Brot	82
Bauernbrot	83
Ciabatta	85
Rosmarin - Rosmarino	
Focaccia mit Rosmarin	87
Grissini – Weizenmehlstangen	89
Grissini mit Parmesan und Kräutern	90
Italienisches Fladenbrot aus der Pfanne	91
Pane	92
Panzerotti	93
Pizzabrötchen/Stangenbrot	95
Pasta	96
<i>Nudelsorten</i>	98
Nudelteig Grundrezept	102
Bucatini alla Gorgonzola	105
<i>Salbei - Salvia</i>	
Canneloni mit Hähnchen-Pilz-Füllung	106
Farfalle mit Garnelen und Spargel	109
Fettuccine Alfredo - Bandnudeln mit Parmesan	110
Lasagne mit Gemüse	111
<i>Muskatnuss - Noce moscata</i>	
Makkaroni-Auflauf	113
<i>Parmesan</i>	

Marias Schneller Nudeltopf mit Parmesan	115
Spaghetti aglio olio - Knoblauch-Spaghetti	117
Tagliatelle mit Zitronen-Basilikum-Sauce	119
Tortellini cardinale - Tortellini mit Tomaten-Sahne-Sauce	120
Penne mit Paprika und Pute	123
Ravioli mit Tomate-Ricotta-Füllung	125
Rigatoni al forno	127
Gnocchi-Polenta-Pesto-Saucen	129
Gnocchi – Grundrezept	129
Gnocchi alla Neapolitana	130
Gnocchi verde - Spinat-Nocken überbacken	133
Polenta	135
Polenta-Taler mit Tomaten	137
Polenta mit heißen Kirschen und Sahne	139
Pesto alla Genovese - Basilikum-Pesto	140
Pesto Rosso - Rotes Pesto	142
Bolognese-Sauce	143
Champignon-Rahm-Sauce	144
Sardellen-Sauce	146
Spinat-Sauce	147
Thunfisch-Sauce	148
Tomaten-Sauce	149
Suppen	150
Minestrone	151
Bohnensuppe Napoli	153
Italienische Kartoffelsuppe mit Pesto	154
Italienische Kräutersuppe	155

Kartoffeleintopf italienische Art	156
Kohlminestra	158
Kürbissuppe	159
<i>Dill - Aneto</i>	
Muschelsuppe	160
Schnelle Tomatensuppe mit Mozzarella	162
Tomatensuppe aus der Toskana	163
Zuppa di ceci e castagne - Kastanien-Kichererbsen-Suppe	164
Zuppa del contadino - Bauern-Suppe	166
Risotto	168
Risotto Grundrezept	169
<i>Petersilie - Prezzemolo</i>	
Risi e Bisi	170
Risotto con Pomodori - Risotto mit Tomate	171
Risotto con Funghi - Risotto mit Pilzen	172
Risotto mit Lauch	173
<i>Safran - Zafferano vero</i>	
Risotto alla Milanese - Mailänder Risotto	174
Risotto con Frutti di Mare - Risotto mit Meeresfrüchten	176
Frittata	178
Frittata alle erbe - Frittata mit Kräutern	179
Frittata alla sardegnola - Frittata mit Zucchini	180
Frittata alla contadina - Frittata mit Schinken	181
Frittata di Patate – Frittata mit Kartoffeln	182
Frittata al forno – Frittata mit grünem Spargel	183

Fleischgerichte	185
<i>Fenchel – Finocchio</i>	
Arrosto di maiale - Schweinebraten aus dem Römertopf	185
<i>Knoblauch - Aglio</i>	
Brasato al Barolo - Rinderbraten mit Barolo	187
Gnocchi-Pfanne mit Putenstreifen	189
Hähnchen Piccata	190
Involtini mit Aubergine und Parmaschinken	191
Ossobuco alla Milanese - Kalbscheiben mit Gemüseragout	193
Pollo ripieno alla noci - gefülltes Huhn aus dem Trentino	195
Polpettone - Hackbraten italienisch	196
Salsicce mit Bohnen	197
Saltimbocca alla Romana	198
Scaloppine Al Marsala - Kalbsschnitzel an Marsalasauce	200
Spezzatino	202
Tortelloni-Steak-Pfanne	204
Zampone – gefüllter Schweinefuß	205
Zitronenhähnchen mit Polenta	208
Fisch und Meeresfrüchte 210	
Acciughe Fritte - Gebratene Sardellen	210
Bacalà à la vicentina - Stockfischragout	212
Calamari in Tomaten-Oliven-Sauce	214
<i>Lorbeer - Alloro</i>	
Cozze alla marinara - Muscheln nach Seemannsart	215

Minze - Menta

Dorade al forno - Dorade aus dem Ofen 217

Thymian - Timo

Frutti di Mare sizilianisch 219
Gamberetti - Garnelenspieße mit Basilikum 221
Lachs mit Sahnesauce und Bandnudeln 222
Palombo fritto - frittierter Haifisch sizilianisch 223
Seeteufel sizilianische Art 224
Sogliole - Seezunge toskanische Art 226
Vongole alla napoletana - Venusmuscheln in Tomatensauce 228

Pizza 230

Pizza Margherita 232

Oregano – Oreganum & Majoran - Maggiorana

Pizza Napoli 235
Pizza mit Gorgonzola 236
Pizza mit Paprika 237
Pizza mit Spinat 238

Salate 240

Antipasti-Nudelsalat 240

Basilikum - Basilico

Bohnensalat mit Tomaten 242
Brokkoli-Salat 244
Gurken-Carpaccio 245
Italienischer Melonen-Reis-Salat 246
Italienischer Nudelsalat mit Pesto 247
Mozzarella Rucola Salat 248
Nudelsalat mit Honig-Senf Dressing 249

Nudelsalat mit Tomaten und Mozzarella	251
Rote Beete-Salat	252
Tagliata - Rindfleischsalat	254
Tomatensalat mit Knoblauch und Peperoncini	255
Desserts	257
Amaretto-Creme mit Marillen	257
Anglo-Italienisches Trifle	258
Espresso-Creme	260
Macedonia - Obstsalat	261
Marzipan	262
Panna cotta	265
Pecher ripiene - gefüllte Pfirsiche	266
Profiteroles - Windbeutel	267
Tiramisu	269
Torrone	270
Zabaione	272
Zuppa inglese	273
Eis	276
Grundrezept Eis	276
Erdbeereis/Fruchteis	278
Schokoladeneis	278
Bananeneis (vegan)	279
Beeren-Milcheis	279
Basilikumeis	279
Himbeersorbet (vegan)	280
Semifreddo alla Stracciatella	281
Tartufo	282

Gebäck / Kuchen	284
Cassata siziliana	285
Crostata alla marmellata - Gitterkuchen	287
Italienischer Mandelkuchen	289
Aprikosen-Ricotta-Törtchen	290
Maronenkuchen	291
Nussgitterkuchen	292
Olivenölkuchen aus der Toskana	293
Pandoro	294
Panettone	298
Parozzo - Schokoladenkuchen	300
Sardischer Zitronenkuchen	301
Torta della Nonna – Oma-Kuchen	302
Amaretti - Mandelmakronen	304
Cantuccini	306
Struffoni	308
Kaffee	310
Italienischer Wein	315
Danksagungen	322
Die Autorin	323