

# Inhalt

<b>Bella Italia – die italienische Lebensart</b>	13
<b>Italien und ich</b>	17
<b>Die regionale Küche Italiens</b>	29
<b>Essig und Olivenöl</b>	39
<b>Kräuter</b>	47
<b>Käse</b>	49
<b>Carmellas Rezepte</b>	53
<b>Antipasti – Vorspeisen und Brot</b>	63
<i>Der Vorspeisenteller</i>	63
Wurst und Schinken	64
Bruschetta	65
Caprese	66
Carpaccio von Bresàola-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 Melinzana	75

Peperoni marinate - Marinierte Paprika	77
Spaghetti mit Riesengarnelen	78
Vitello Tonnato	79
Zucchinirollchen	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

### ***Nudelsorten*** 98

Nudelteig Grundrezept	102
Bucatini alla Gorgonzola	105

### ***Salbei - Salvia***

Cannelloni mit Hähnchen-Pilz-Füllung	106
Farfalle mit Garnelen und Spargel	109
Fettuccine Alfredo - Bandnudeln mit Parmesan	110
Lasagne mit Gemüse	111

### ***Muskatnuss - Noce moscata***

Makkaroni-Auflauf	113
-------------------	-----

### ***Parmesan***

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
<b><i>Dill - Aneto</i></b>	
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
<b>Risotto</b>	168
Risotto Grundrezept	169
<b><i>Petersilie - Prezzemolo</i></b>	
Risi e Bisi	170
Risotto con Pomodori - Risotto mit Tomate	171
Risotto con Funghi - Risotto mit Pilzen	172
Risotto mit Lauch	173
<b><i>Safran - Zafferano vero</i></b>	
Risotto alla Milanese - Mailänder Risotto	174
Risotto con Frutti di Mare - Risotto mit Meeresfrüchten	176
<b>Frittata</b>	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

### ***Fenchel – Finocchio***

Arrosto di maiale - Schweinebraten  
aus dem Römertopf 185

### ***Knoblauch - Aglio***

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

### ***Lorbeer - Alloro***

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 - Seeszunge 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
Pecche 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

<b>Gebäck / Kuchen</b>	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
 <b>Kaffee</b>	 310
 <b>Italienischer Wein</b>	 315
 <b>Danksagungen</b>	 322
 <b>Die Autorin</b>	 323