

Vorwort	8	Polenta concia	50
Le Regioni d'Italia	11	Überbackene Polenta	
Nordwestitalien	15	Brasato al Barolo	52
Nordwestitalien	17	Zarter Rinderbraten in vollmundiger Rotweinsauce	
Carpaccio alla Piemontese	24	Ossobuco alla Milanese	54
Carpaccio aus Kalbfleisch mit Olivenöl-Vinaigrette		Costolette alla Valdostana	56
Ligurien	26	Kross gebratene und mit Käse gefüllte Kalbsschnitzel	
Pesto alla Genovese	30	Scaloppine al limone	58
Basilikum-Pesto		Kalbsschnitzel in Zitronensauce	
Vitello tonnato	32	Panna cotta	60
Feine Kalbfleischscheiben mit cremiger Thunfischsauce		mit Kirsch-Johannisbeer-Sauce	
Lard d'Arnad und Mocetta	34	Piemont	62
mit Maronen im Honigsud		Crema di cogne	66
Fiori di zucchini ripieni	36	Schokoladenpudding mit Crunch und Früchten	
Deftig gefüllte Zucchini Blüten		Monte Bianco	68
Polenta pasticciata	38	Süße Maronencreme	
Polenta-Auflauf mit deftiger Hackfleischsauce		Nordostitalien	71
Lombardei	40	Nordostitalien	72
Risotto alla Milanese	42	Bellini	74
Safran-Risotto aus Mailand		Birnen-Hugo	76
Manfrigole	44	Scamorza	78
Herzhaft gefüllte Buchweizen crêpes mit Valtellina Casera		mit glasierten Zwiebeln, Pilzen und Kirschtomaten	
Pizzoccheri	46	Kastanien-Gersten-Suppe	80
Buchweizennudeln mit Wirsing und Kartoffeln		Emilia-Romagna	82
Zemin di ceci alla Ligure	48	Italienischer Käse	85
Gemüsesuppe mit Kichererbsen			

Spaghetti alla Busara	90
Spaghetti mit Garnelen in Tomaten-Weißwein-Sauce	

Venetien 92

Risotto al radicchio rosso di Treviso	94
Risotto mit Radicchio und Birne	

Friaul-Julisch Venetien 96

Toc' in braide	98
Polenta mit cremiger Käsesauce	

Risotto alla Ortiche	100
Reis mit Brennnesseln	

Risi e bisi	102
Risotto mit Erbsen	

Risotto agli asparagi	104
Spargel-Risotto	

Spezzatino d'Agnello	106
Lammragout mit Kartoffeln und Zimt	

Südtirol 108

Tiroler Gröstl	112
Rustikale Kartoffelpfanne mit Speck und Zwiebeln	

Frico	114
Deftiger Kartoffel-Zwiebel-Fladen aus der Pfanne	

Klassisches Tiramisu	116
mit Marsala	

Mini-Buchweizentorte	118
mit Preiselbeerkonfitüre	

Zwetschgenknödel	120
mit Zimt-Zucker-Bröseln	

Mittelitalien 125

Mittelitalien 126

Toskana 128

Italienische Weine 130

Klassifizierung italienischer Weine 134

Negroni	136
---------	-----

Pinzimonio	138
Rohkost-Vorspeisenplatte mit zweierlei Dip	

Suppli alla Romana	140
Frittierte Reisbällchen mit Hackfleisch	

Piconi al formaggio marchigiani	142
Gebackene Ravioli mit Parmesanfüllung	

Bruschetta	144
Geröstete Baguette-Scheiben mit aromatischer Tomatenhaube	

Bruschetta pomodorini e ricotta	146
Geröstete Baguette-Scheiben mit Ricotta und Kirschtomaten	

Panzanella	148
Erfrischender Brotsalat für den Sommer	

Cappelletti in brodo marchigiani	150
Mini-Tortellini in Gemüsebrühe	

Minestrone di verdure	152
Traditionelle saisonale Gemüsesuppe	

Penne all'arrabbiata	154
Penne mit scharf-würziger Tomatensauce	

Spaghetti alla Carbonara	156
Spaghetti mit Speck und Parmesan	

Pasta alla Norcina	158
Pasta mit Sahnesauce, frischer Salsiccia und Trüffel	

Gnocchi alla Romana	160
Überbackene Hartweizengrießtaler	

Malfatti	162
Gebratene Spinatnocken in Salbeibutter	

Saltimbocca alla Romana Kalbfleisch mit Salbei	166
Pollo alla Cacciatora Zarte Hühnerschenkel in Tomaten-Rotwein-Sauce	168
Vongole alla Pescatora Venusmuscheln im Weißweinsud	170
Cozze alla Livornese Muscheln in Tomatensauce	172
Triglie alla Livornese Meerbarben in würziger Tomatensauce	174
Spinaci alla Romana Gebratener Spinat mit Rosinen und Pinienkernen	176
Carciofi alla Romana Gefüllte Artischocken	178
Fritelle di riso Süße frittierte Reiskugeln mit Orange & Zitrone	180
Zabaione Weinschaumcreme mit Pfirsichtopping	182
Parrozzo abruzzese Mandelkuchen mit Schokoladenglasur	184
Cantuccini Mandelplätzchen zum süßen Wein	186

Südditalien **191**

Südditalien **192**

Limoncello Zitronenlikör	196
Insalata caprese Tomaten-Mozzarella-Salat	198
Insalata di polpo Kartoffel-Tintenfisch-Salat	200

Pesto rosso Tomaten-Pesto	204
Geröstete Kirschtomaten	206

Kalabrien/Sizilien **208**

Einfacher Tomatensugo	210
Vellutata al pomodoro Tomatensuppe	212
Parmigiana di melanzane Auberginenauflauf mit Käse	214
Panzerotti pugliese Teigtaschen mit Tomaten- Mozzarella-Füllung	216
Orecchiette con cime di rapa Orecchiette mit Stängelkohl	218
Spaghetti aglio, olio e peperoncino Spaghetti in Knoblauchöl Sauce	220

Kampanien **223**

Spaghetti alla Puttanesca Spaghetti mit Kapern und Sardellen	226
Spaghetti alle vongole Spaghetti mit Muscheln in Weißweinsud	228
Gnocchi	230
Gnocchi alla Sorrentina Überbackene Gnocchi für die ganze Familie	232
Involtini di melanzane Gefüllte Auberginenröllchen	234
Zucchini alla Scapece Eingelegte Zucchini in Minz-Olivenöl-Marinade	236
Orata alla Pugliese Dorade in Kartoffelhülle	240
Pizza di patate Gebackener Kartoffelstampf	242

Cozze ripiene Gefüllte Muscheln	244
Carne alla Pizzaiola Überbackene Rindfleischscheiben in Tomatensugo aus dem Ofen	246
Pollo alla Calabrese Saftige Hühnerschenkel in würziger Tomatensauce	248
Sporcamuss Blätterteig-Puffs mit cremiger Vanillefüllung	250

Die Inseln **255**

Die Inseln **256**

Sardinien **260**

Granita al limone Zitronen-Granita	264
Arancini di riso Frittierte Safran-Reiskugeln mit Hackfleischfüllung	266
Insalata di arance Erfrischender Orangen-Fenchel-Salat	268
Culurgiones Teigtaschen mit Tomatensauce	270
Pane frattau Schnelle Lasagne mit Pane Carassau	272
Pasta alla Norma Pasta mit Auberginen, Ricotta und Tomaten	274
Fregola di arselle Sardischer „Couscous“ mit Meeresfrüchten	278
Gnocchetti sardicon ragù Sardische Gnocchi mit Wurstragù	280
Sarde al forno Sardinen mit Knoblauch- Petersilien-Kruste	282

Tortiera di sardine Sardinenauflauf mit Kartoffeln und Tomaten	284
Polpette Aromatische Hackbällchen mit Minze und Parmesan	286
Involtini di vitello alla Siciliana Kalbsröllchen mit aromatischer Füllung	290
Agnello alla Sarda Lammkarree mit Kartoffeln und Artischocken	292

Peperonata Süß-saure Paprikapfanne	294
---------------------------------------	-----

Caponata Auberginen in süß-saurer Tomatensauce	296
--	-----

Sizilien **298**

Mini pardulas Safransterne	300
Pistaziencreme	302
Pistazien-Semifreddo	304
Paste di mandorla Saftige Mandelkekse	306
Upside-Down-Polentakuchen mit Blutorangen	308

Register **312**

Über die Autorinnen **318**

Danksagung **318**