Die Amatis
FIDUCIA NEL CUORE

Unsere 3 italienischen Lieblingsrezepte



Ein kleines Stück Italien für dich zum Nachkochen

Ein primo che sa di casa

Ein secondo dalla tradizione

Ein dolce per concludere

Wir dürfen gleich am Anfang anmerken, dass wir die Zutaten nicht abwiegen, sondern immer nach Gefühl und Geschmack kochen – so wie es auch in Italien üblich ist.

auswandern-nach-italien.at

1 Spaghetti al Ragù con Salsiccia

una ricetta della Nonna di Giuseppe

Zutaten *(für 4 Personen)*

- 400 g Spaghetti No. 5
- 4 Stück Salsiccia (italienische grobe Bratwurst)
- 500 g Rinderfaschiertes
- 2 Dosen stückige Tomaten (400 g)
- 2 Dosen passierte Tomaten (Pelati)
- 2 EL Tomatenmark
- 300 ml trockener Rotwein
- 1 Zwiebel und 4 Knoblauchzehen
- 5 Stück Karotten, geschält und in Streifen geschnitten
- 2 Zweige frischer Rosmarin und etwas Thymian, Salbei und Basilikum
- Olivenöl
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Parmesan oder Pecorino, frisch gerieben

Zubereitung

1. Das Olivenöl in einem weiten Topf erhitzen. Den Zwiebel und das Fleisch etwas würzen und je nach Geschmack anbraten.
2. Ablöschen: Das Ganze mit dem Wein ablöschen und die Flüssigkeit für ein paar Minuten bei mittlerer Hitze einkochen lassen, bis der Alkohol verdampft ist und sich die Röstaromen vom Topfboden lösen.
3. Knoblauch fein gehackt (nicht gepresst) hinzufügen.
4. Sauce köcheln: Die stückigen und passierten Tomaten, das Tomatenmark, die Karotten, die Salsiccia sowie die frischen Kräuter hinzufügen. Die Sauce mit Deckel bei schwacher Hitze für etwa 30 bis 40 Minuten sanft köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
5. **Pasta** kochen: In der Zwischenzeit reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und die Spaghetti al dente kochen.
6. Die Spaghetti direkt aus dem Topf in die Pfanne zur Salsiccia-Sauce geben. Einen kleinen Schluck vom Nudelwasser (ca. 50 ml) unterrühren, damit die Sauce perfekt an den Nudeln haftet.
7. Auf tiefen Tellern anrichten und mit reichlich frisch geriebenem Parmesan und etwas schwarzem Pfeffer bestreut servieren. Zur Deko oben ein frisches Basilikumblatt drauf.



2 Polla alla griglia con polenta

Zutaten *(für 4 Personen)*

Für das Hähnchen

- 4 Hähnchenbrustfilets oder 4 ausgelöste Hähnchenschenkel
- Natives Olivenöl extra
- Salz
- Pfeffer
- Rosmarin
- Saft einer halben Zitrone

Für die Polenta

- 350 g Maisgrieß für Polenta
- 1,5 Liter Wasser
- 1 EL grobes Salz

Zubereitung

Die Marinade:
In einer Schüssel das Olivenöl mit dem Zitronensaft verrühren. Mit einer Prise Salz, Pfeffer und Rosmarin würzen. Das Hähnchen darin mindestens **30 Minuten** marinieren.

Die Polenta:
Das gesalzene Wasser zum Kochen bringen. Den Maisgrieß langsam unter ständigem Rühren mit einem Schneebesen einrieseln lassen, damit keine Klümpchen entstehen.

Die Polenta anschließend etwa **40 Minuten** bei niedriger Hitze garen und dabei regelmäßig mit einem Holzlöffel umrühren.

Danach auf ein Holzbrett oder eine flache Form geben und vollständig auskühlen lassen, bis sie fest geworden ist.

Das Hähnchen grillen:
Eine Grilpfanne oder Grillplatte stark erhitzen.

Die Grillfläche mit einer kleinen Prise Salz bestreuen – so haftet das Fleisch weniger an.

Das Hähnchen etwa **4–5 Minuten pro Seite** grillen, bis es vollständig durchgegart, aber im Inneren noch saftig ist. Die Kerntemperatur sollte 74 °C betragen.

Die Polenta grillen:
Die ausgekühlte Polenta in Scheiben oder Dreiecke schneiden.

Mit etwas Olivenöl bestreichen und auf der Grillplatte **3–4 Minuten pro Seite** grillen, bis sich eine goldbraune, knusprige Kruste bildet.



3 Amaretto con Caffè Corretto

Hier sind wir dann auch etwas faul: Gerade bei echten italienischen Amarettinis gibt es hervorragende Läden, wo du diese leckeren Mandelbiscuitkekse täglich frisch kaufen kannst.

Und für den Caffè Corretto?
Espresso aus der Maschine, einen Schuss Amaretto oder Disaronno hinein und traditionell genießen!



Hinweis

Die Mengenangaben dienen als Orientierung.
In Italien wird oft nach Gefühl gekocht – probiere aus, würze nach deinem Geschmack und hab vor allem Freude am gemeinsamen Kochen.

Buon appetito!

Wir hoffen, dass dir unsere kleinen Lieblingsrezepte genauso viel Freude bereiten wie uns.

Vielleicht zaubern sie dir ein Stück Italien auf den Teller – oder wecken die Vorfreude auf deinen nächsten Urlaub oder dein neues Zuhause.

Con affetto,
Katrin, Giuseppe & Nika

Die Amatis
Fiducia nel cuore.