

Tagliatelle fresca al Salmone / Tagliatelle mit Lachssoße



Meine Italienischlehrerin, eine junge Studentin aus der Region Molise in Italien, hat uns Schüler einmal gefragt, warum wir Deutschen immer so viele Zutaten in unser Essen mischen. Die Frage war keinesfalls herablassend gemeint, sondern aus wirklichem Interesse und Neugier. Sie erklärte uns, dass die meisten italienischen Gerichte mit nur 5 Zutaten auskommen und erst durch die Einfachheit der Gerichte der volle Geschmack zur Geltung kommt. Sie hat sowas von recht...ich meine, warum braucht es z.B. in einer Tomatensoße Sahne oder ähnliches, wenn man doch eine Soße aus Tomaten haben möchte? Ich habe schon viele Rezepte probiert, bei denen ich einzelne Zutaten einfach weggelassen habe, weil sie mir überflüssig vorkamen. Das Rezept für die Sahnesoße mit Lachs hat, rechnet man Salz und Pfeffer nicht dazu, tatsächlich nur 5 Zutaten. Die Tagliatelle kannst du übrigens problemlos durch Farfalle oder Penne ersetzen. Wie du frische Tagliatelle machst, zeige ich dir demnächst.

Zutaten

1 Zwiebel

1 EL Butter

500 g Lachs frisch oder wenn TK, aufgetaut

300 ml Sahne

75 ml trockener Weißwein

Salz und Pfeffer aus der Mühle

500 g frische Tagliatelle

1. Schneide die Zwiebel in kleine Würfel und dünste sie in einer Pfanne, zusammen mit der Butter, glasig an.
2. Den Lachs in kleine, mundgerechte Würfel schneiden und zu den Zwiebeln in die Pfanne geben. Brate den Lachs 2-3 Minuten an und achte darauf, dass er nicht trocken wird. Lieber vorher etwas runterdrehen.
3. Lösche mit dem Weißwein ab und reduziere die Soße ein.
4. Gib anschließend die Sahne dazu und koche alles für 5 Minuten auf mittlerer Stufe.
5. Währenddessen gib die Tagliatelle in kochendes, gesalzenes Wasser. Die frischen Nudeln brauchen nur 2 Minuten bis sie al dente sind. Hast du nur getrocknete Pasta zur Hand, so koche sie nach Packungssanweisung.
6. Wenn die Nudeln fertig sind, schütte sie ab, aber behalte etwas vom Nudelwasser auf.
7. Gib die Nudeln zur Soße, würze mit Salz und Pfeffer aus der Mühle und lass alles noch einmal kurz aufkochen.
8. Hast du das Gefühl die Pasta ist zu trocken, gib noch 2-3 EL vom Kochwasser dazu.

Dieses Gericht benötigt weder Zitrone, Kräuter, Parmesan noch sonstige Zugaben. Falls du noch einen Farbtupfer haben möchtest, gib einfach etwas klein gehackte Petersilie oder Schnittlauch darüber. Übrigens, hast du gewusst, dass man in Italien die Spaghetti und Tagliatelle nur mit der Gabel aufdreht und keinen Löffel dazu benutzt? Die Gabel wird

dafür am Tellerrand gedreht. Wenn du also mal in Italien bist und nicht schon von weitem als Tourist auffallen möchtest, lass den Löffel weg ☐

Pesto rosso



Letztes Jahr habe ich zu Weihnachten selbstgemachtes Pesto Genovese und Pesto Rosso verschenkt. Auf vielfachen Wunsch kommt hier das Rezept (erstmal für das Pesto Rosso).

Pesto ist ein richtiger Tausendsassa. Natürlich fällt einem zu Pesto gleich auch Pasta ein, wie üblich in Italien. Dafür mag ich ein zartes Pesto, das schön sämig ist. Gut passt das Pesto aber auch zu frischgebackenem Brot oder Focaccia. Im Sommer beim grillen als Dip, zu Fisch und Fleisch oder als Füllung für Blätterteigschnecken. Hier bevorzuge ich das Pesto etwas „kerniger“ also nicht ganz so lange gemixt. Egal wie: Pesto ist sooo lecker, da läuft mir beim schreiben schon das Wasser im Mund zusammen.

Es gibt zwei Arten der Herstellung von Pesto. Die einfache Variante ist, man gibt alles in einen Mixbecher und püriert die Masse mit dem Stabmixer. Bei der etwas aufwendigeren Variante zerstösst man die Zutaten im Mörser. Welches die richtige Variante ist, kann ich dir nicht sagen. Ich nehme die

einfache Variante, wie inzwischen auch viele italienische Köche.

Auch bei diesem Rezept lege ich euch wieder ein hochwertiges Olivenöl ans Herz. Es macht wirklich einen großen Unterschied im Geschmack.

Alora, hier kommt mein Rezept für das Pesto Rosso

Zutaten

200 g getrocknete Tomaten

80 g Pinienkerne

100 g Parmesan

2 Knoblauchzehen

150 – 200 ml Olivenöl

1 Tl Salz

Evtl. Pfeffer zum Nachwürzen

1. Zuerst die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne hellbraun rösten. Dadurch kommen die Aromen besser zur Geltung.
2. Die getrockneten Tomaten in Streifen schneiden. Solltest du nur Tomaten in Öl finden, so lasse sie gut abtropfen.
3. Den Knoblauch in Scheiben schneiden.
4. Gebe die getrockneten Tomaten, die Pinienkerne, 1 Tl Salz und den Knoblauch in ein hohes Gefäß. Dazu etwa 150 ml Öl. Mixe alles bis zur gewünschten Konsistenz.
5. Parmesan reiben. Ich kaufe immer Parmesan am Stück und reibe ihn immer erst kurz bevor ich ihn benötige. So behält er seinen Geschmack besser.
6. Den Parmesan zu der Masse geben und gut vermengen.
7. Nun kannst du je nach Geschmack noch mehr Salz oder auch Pfeffer hinzufügen und evtl. noch etwas Olivenöl dazu geben, bis das Pesto schön sämig ist.

Das fertige Pesto bewahrst du am besten in sauberen Gläsern mit Schraubdeckeln auf. Fülle das Pesto in das Glas und schütte anschließend so viel Olivenöl drauf, bis die komplette Masse bedeckt ist. Das verhindert, dass die Zutaten oxidieren und schlecht werden. Im Kühlschrank kannst du das Pesto so locker 3 Wochen aufbewahren. Schütte einfach nach jeder Entnahme wieder Öl nach. Buon Appetito