

Korsisch für zu Hause gebliebene



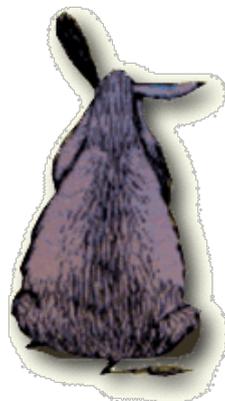
> Apero <
Korsisches allerlei mit Cap Corse

> Vorspeise <
Millefeuille fraîcheure

> Vorspeise <
Fischfilet mit pikanter Sardellenfüllung

> Hauptgericht <
Stufatu e Gnocchi u Castagnu mit Spitzkohl

> Dessert <
Fiadone mit Kastanienkuchen und Creme



1 Apero: Korsisches vielerlei mit Cap Corse

Käse



Wurst

Auf Korsika gibt es gute Wurst (Saucisse und Saucisson) und Schinken, die meist als Vorspeisen (hors d'oeuvres) serviert werden, aber auch einen prima Brotbelag abgeben. Besondere Spezialitäten sind Coppa und Lonzu, beides Schinken. Lonzu wird im Naturdarm aus würzigem Schweinefilet hergestellt, und Coppa ist ein rollbratenähnliches Zeug aus durchwachsenem Schweinekamm.



Dann gibt es noch den Prizuttu, einen rohen Schinken, butterweich und zart, hervorragend geeignet für die "casse-croûte", belegte Brote. Figatelli heissen die dunklen Schweinsleberwürste, die man gebraten oder einfach so zu Brot isst. Salsiccia ist ebenfalls eine - meist gut gewürzte - Würstchenart.

Pietra Bier

Bei den Herren ist das korsische Kastanienbier "Pietra" ein beliebtes Getränk zur Erfrischung nach getaner Arbeit oder einfach nur beim geselligen Zusammensitzen am Abend oder beim Essen. Da Kastanien im Herbst geerntet werden trägt es auch den Beinamen "Herbstbier". Aufgrund des grossen Erfolges dieser Biersorte hat die Brauerei Pietra noch 2 weitere Biersorten auf den Markt gebracht. Das Weizenbier Colomba mit Macchia-Kräutern und ein blondes Bier namens Serena



Cap Corse

Der Cap Corse gehört zu den Apéritifs aus Quinquina, welche insbesondere in Südfrankreich, Korsika und dem Elsass eine lange Tradition haben; Extrakte des Chinarindenbaums geben ihm sein markant-herbes Aroma.



Whisky

Dominique Sialelli von der Brauerei Pietra und Jean Claude Venturini von der Brennerei Mavela hatten im Jahr 2000 die Idee einen korsischen Whisky auf der Insel zu entwickeln. Nach umfangreichen Untersuchungen und zahlreichen Besuchen der Whisky-Heimat Schootland und auch den USA begannen Sie 2001 ihr Werk in der Brennerei Mavela. In Weiss- und Muskatweinfässern korsischer Winze reift der Whisky. Die erste Abfüllung fand 2004 statt. Im gleichen Jahr präsentierte man den ersten korsischen Whisky bei der Messe in Bocognano, bei der dieser umgehend auf hohes Interesse stiess. 2007 wurde der neue Whisky in die weltberühmten Whisky-Bibel JIM MURRAY's mit einer Bewertung von 89 von 100 für den Blend und 91 von 100 für Malz eingetragen. Eine aussergewöhnliche Qualität, die selten



einem anspruchsvollen, ausserhalb Schottlands gebrannten Whisky zugeschrieben wird.

2 Millefeuille fraîcheure

4 Personen

Zutaten Salat

1 Grapefruit
1 Avocado
2 Tomate

Zutaten Dressing

3 EL Zitrone
3 EL Orange
3 EL Balsamico
6 EL Olivenöl
Salz Pfeffer

Zutaten Dekoration

1 Handvoll Pfefferminze
1 Handvoll Pinienkerne
Brunnenkresse
Rucola Salat
Balsamico Essig

Zutaten Blätterteig (6 Personen)

250 g helles glutenfreies Mehl
2 TL Backpulver
1 Prise Salz
200 g Magerquark
160 g Margarine
Handvoll Sesamsamen
Mehl zum Arbeiten

Zutaten Pesto (6 Personen)

1/8 Liter feinstes Olivenöl
30g Pecorino
30g Parmesan
2 Knoblauchzehen
1 Handvoll Basilikum
1 Handvoll Pinienkernen

Blätterteig Grundrezept



Das Mehl mit dem Backpulver und dem Salz mischen. Den Quark in einem Geschirrtuch leicht auspressen und mit der Margarine zum Mehl geben. Alle Zutaten zu einem geschmeidigen Teig kneten.

Den Teig auf dem mit Mehl bestäubten Backbrett zu einem ca. 1-2 cm dicken Quadrat vorsichtig ausrollen. Die Teigplatte von der linken und rechten Seite zur Mitte einschlagen sowie von oben und unten. Erneut ausrollen. Den Vorgang des Einschlagens und Ausrollens 6-mal wiederholen, dabei immer etwas Mehl auf den Teig streuen.

Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und kühl stellen. Ausrollen und je nach Rezept weiterverarbeiten.

Pesto Grundrezept

Käse zerkleinern und alles in Mixer und gut mixen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken falls notwendig.

Dressing

Mischen. Achtung: Zitronenschale wird vom Dessert benötigt!

Zubereitung

Blätterteig dünn auswahlen und ca. 10x15 cm grosse Stücke machen (pro Person 1 Stück). Mit Sesam bestreuen. Bei 180 Grad ca. 20 Min. im Ofen backen

Salat Grapefruit filetieren und Avocado und Tomaten in gleich grosse Scheiben schneiden. Mit der Hälfte des Dressings beträufeln und bei Seite stellen (Achtung wegen dem Anlaufen).

KURZ VOR DEM SERVIEREN (damit sich Blätterteig nicht aufweicht):

Zuerst Teller dekorieren mit Balsamico oder ähnlichem. Mit Brunnenkresse und Ruccola ein dünnes Bett erstellen, und etwas Dressing verwenden.

Ein Blätterteig abwechselnd mit Grapefruit, Avocado und Tomate bedecken. Mit restlichem Dressing beträufeln und mit Minze Blätter abdecken. Mit Basilikum Pesto garnieren und Pinienkerne darüber struen. Auf einer Seite noch etwas Pesto garnieren.

Sofort servieren.

3 Fischfilet mit pikanter Sardellenfüllung

4 Personen

Zutaten Fisch

8 kleine Fischfilets (Goldbarsch)
Mehl
Olivenöl
Butter zum anbraten
Minze Blätter

Füllung

4 Sardellenfilet fein gehackt
1 Esslöffel kapern gehackt
1 Rote Chilischote fein gehackt
2 Zehen Knoblauch (1 in kleine Würfel,
1 zerdrückt)
6 Getrocknete Tomaten fein gehackt
4 EL Olivenöl
Etwas Pfeffer

Zutaten Aubergine

1 Aubergine
1 Büchse gehackte Tomaten
1 EL Tomatenmark
2 EL Kräuter Korsika
2 Zehen Knoblauch
4 Esslöffel Brocciu

Zubereitung Fisch

Füllung mischen bis eine Paste entsteht. Diese in die Filets geben und Filets zusammen klappen. Mit Zahnstocher sichern und in Mehl drehen. Scharf in Butter anbraten und sofort servieren.

Zubereitung Auberginen

Tomaten mit Knoblauch und Gewürzen zu einer dicken Sauce einkochen lassen. Daneben Auberginen in ca. 8 mm dicke Scheiben schneiden und auf beiden Seiten einige Minuten stark anbraten und dünsten bis sie durch sind.

Auf ein Backpapier legen, mit Tomatensauce und mit Käse bestreichen. Restliche Sauce beiseite Stellen. 15 Min. in den vorgeheizten Ofen bei ca. 180 Grad. Überbacken. Sofort servieren.

Anrichten

Auberginen Scheibe auf Teller geben, daneben die restliche Sauce dünn auftragen und Fisch darauf legen. Mit Minze Blätter dekorieren



4 Stufatu e Gnocchi u Castagnu mit Spitzkohl

Zutaten Stufatu (12 Personen)

400 g Lammshulter (ohne Knochen)
400 g Kalbsschulter ohne Knochen
400 g Schweinsschulter
200 g Frischer fetter Speck
2 Zwiebel
300 g Möhren
9 Tomaten (reif)
6 Knoblauchzehen
3 Lorbeerblätter
Herbes de Corse
600 ml Rotwein (trocken)
Salz
Pfeffer (frisch gemahlen)



Zutaten Gnocchi (6 Personen)

300 g Kastanien (Gekocht!)
1 dl Gemüsebrühe
250 g Kartoffeln fest kochend
1 Zehe Knoblauch
1.5 Ei
75 g Mehl
etwas Salz

Zutaten Spitzkohl (6 Personen)

1 Spitzkohl
1 dl Gemüsebrühe

Zubereitung Stufatu

Das Fleisch in Würfel schneiden. Den Speck fein in Würfel schneiden. Die Zwiebel von der Schale befreien und klein hacken.

Die Tomaten kochend heiss blanchieren (überbrühen), häuten, die Kerne herausdrücken (oder einfach aus der Dose)

Den Speck in einem grossen Kochtopf ein klein bisschen ausbraten. Die Zwiebel kurz mit braten.

Das Fleisch hinzufügen und Farbe annehmen. Tomaten zufügen und zerkleinerte Möhren. Knoblauch von der Schale befreien und ausdrücken und dazugeben. Lorbeer und getrocknete Kräutern zum Fleisch geben. Salzen, mit Pfeffer würzen. Den Wein aufgiessen.

Alles bei geschlossenem Deckel bei mittlerer Hitze etwa 30 Min. dünsten. danach etwa 30 Min. fertig gardünsten. Deckel offen lassen oder geschlossen, je nach gewünschter Flüssigkeit.

Gnocchi

Die Gemüsebrühe erhitzen. Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Kastanien ebenfalls in gleich grosse Würfel schneiden. Knoblauchzehe halbieren. Zusammen mit den Kastanien in der Gemüsebrühe ca. 20-30 Minuten weich kochen.

Anschliessend pürieren und auskühlen lassen, nach Bedarf mit etwas Salz nachwürzen. Das Ei verquirlen und untermischen, Mehl dazugeben. Die Masse zu einem weichen Teig verarbeiten.

Die Arbeitsfläche mit ein wenig Mehl bestäuben. Den Gnocchiteig zu etwa 2 cm dicken Rollen formen, diese dann in 3-4 cm lange Stücke schneiden und nach Belieben formen.

Die Gnocchi in knapp siedendem Salzwasser portionsweise ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen. Dann mit dem Schaumlöffel abschöpfen und abtropfen lassen.

Kohl

Kohl in Streifen schneiden und ca. 4 Minuten dünsten. Bitte kurz vor dem servieren dünsten. Eventuell noch etwas Margarine begeben.

5 Fiadone mit Kastanienkuchen und Bohne

Fiadone (12 Personen)

Zutaten Teig

250 Gramm Mehl
1 Ei
15 Gramm Schweineschmalz
125 Milliliter Milch
2 Esslöffel Zucker

Zutaten Belag

200 Gramm Brocciu
50 Gramm Zucker
2 Eier
2 Zitronenschale, gerieben

Dekoration

2 Birnen



Zubereitung:

Alle Zutaten für den Teig vermengen und mit den Fingern einen glatten Teig kneten. Die Hälfte des Teigs etwa 5 mm dick ausrollen und in einer Springform damit den Boden bedecken. Die andere Hälfte eine dünne Wurst bilden und damit einen Rand formen.

Für den Belag den Brocciu mit der Gabel zerkleinern, die Eier mit dem Zucker schaumig rühren, Zitronenschale und Brocciu hinzufügen und alles gut verrühren. Darf gut nach Zitrone riechen. Die Masse in die Backform füllen.

Bei 220 °C ohne Umluft ca. 35 Minuten backen bis die Oberfläche hellbraun ist.

Kastanienkuchen (12 Muffins)

Zutaten

100 ml Nussöl
75 g Staubzucker
3 Eier
90 g Crème fraîche
200 g Kastanienmehl
1 Pk. Vanillezucker
1/2 Pk. Backpulver
Salz (wenig)
1 EL Cognac

Glasur

100 g Klementinen- oder
Orangenmarmelade
Cogniac

Zubereitung:

1 ganzes Ei und 1 Eidotter mit dem Staubzucker cremig rühren. Cognac, Vanillezucker und Öl nach und nach hinzufügen, gut mixen. Das gesiebte Mehl mit der Prise Salz und dem Backpulvermischen, nach und nach hinzufügen.

2 Eiweisse mit ein wenig Salz steif aufschlagen, unter die Menge ziehen. In Muffinsförmchen geben und ca. 25 Min. in vorbeheiztem Backofen bei 180 Grad backen.

Glasieren mit Marmelade

Wird das Gebäck im heissen Zustand glasiert, saugt der noch warme Teig mehr Konfitüre ein als nach der Erkaltung. Auf diese Weise ist der Geschmack der Marmelade verstärkt zu erkennen.

Bei Kuchen ist es empfehlenswert die Marmelade zu einem flüssigen Sirup zu verarbeiten, damit die Flüssigkeit vom Teig aufgesaugt werden kann. Somit wird die längere Haltbarkeit gewährleistet und der Kuchen trocknet nicht aus, sondern bleibt lange feucht und frisch. Daher Marmelade wärmen und kurz vor dem Verarbeiten mit Cognac etwas verdünnen (damit er nicht ver Raucht)

Cremedessert mit Tonkabohne (oder Vanille)

Zutaten (6 Personen)

400 ml Magermilch
300 ml Sahne
40 g Speisestärke
60 g Vollrohrzucker
.25 St Tonkabohne, gemahlen
3 TL Zucker
1.25 St Tonkabohne, gemahlen oder
3 Vanilleschoten

Die Milch mit 100 ml Sahne mischen und gut 6 Esslöffel davon abnehmen. Die 6 Esslöffel mit der Speisestärke, dem Vollrohrzucker und der grösseren Menge Tonkabohne verrühren. Den Rest in einem Topf auf dem Herd zum Kochen bringen.

Sobald die Flüssigkeit kocht den Topf vom Herd nehmen, die angerührte Speisestärke unterheben und wieder auf den Ofen stellen. Unter rühren gut eine Minute köcheln lassen.

In der Zwischenzeit die Sahne mit dem Rest Tonkabohne und dem Zucker sehr steif schlagen und kühl stellen bis die Creme eine entsprechende Temperatur zur Weiterverarbeitung hat.

Optimale Verarbeitungstemperatur ist, wenn die Creme sehr kalt ist. Dann ist sie jedoch schon so sehr versteift, dass es schwierig ist die Sahne perfekt unter zu heben. Aus diesem Grund besser eine abgeschlagene Creme herstellen. Dazu wird die Creme direkt wenn sie vom Herd kommt, nicht mit Frischhaltefolie abgedeckt, sondern in der Küchenmaschine so lange gerührt bis sie kalt ist.

Die kalte Creme gründlich mit der geschlagenen Sahne vermischen und das Dessert servieren.

Diese Creme kann man genauso gut auch mit Vanilleschote oder auch Vanillin zubereiten. Die Tonkabohne hat einen stark an Vanille erinnernden Geschmack und Geruch.

6 Anhang Brocciu

Brocciu (Aussprache auf Französisch: bRɔtʃu oder bRɔtʃju; auf Korsisch brɔtʃ) ist eine der bekanntesten korsischen Spezialitäten. Der sogenannte „König der korsischen Käse“ ist ein AOC- bzw. g.U.-Molkenkäse aus Schafs- oder Ziegenmilch, der dem provenzalischen Frischkäse „Brousse“ ähnlich ist. Der korsische Name hat dieselbe Herkunft.

Brocciu-Varianten

Üblicherweise wird er in den 2-3 Tagen nach seiner Herstellung gegessen. Man kann ihn süß oder gesalzen, kalt oder warm geniessen. In der Regel servieren ihn die Korsen nach dem Hauptgang mit einer Feigenmarmelade. Als Dessert ist er auch beliebt. Beim Frühstück hat sich auch die Tradition des Brocciu mit Pfeffer eingebürgert.

Brocciu passu (ausgereift)

Er heisst Brocciu passu, wenn er 21 Tage lang gereift hat. Dann bildet sich ein feiner weisslicher Film darüber.

Der Brocciu ist auch gereift als würziger „Vieux Brocciu“ erhältlich. Er wird mit Salz haltbar gemacht und als Füllung für alle möglichen Speisen verwendet, z. B. für Omelettes (Omelette au Broucciu mit Pfefferminze), Ravioli, Beignets (Fritelli a Gaju Frescu), Tartes usw.

In der Hauptsaison vom Herbst bis zum Frühling ist er frisch als Dessert erhältlich oder wird für den Fiadone verwendet, einen korsischen Käsekuchen ohne Boden. Die bekanntesten Sorten heissen Bastelicaccia, Coscionu, Niolo und Sartenais, teilweise haben sie einen sehr ausgeprägten Geschmack.

Ohne Brocciu ist eine typisch korsische Mahlzeit unvorstellbar. Wenn in früheren Zeiten ein junges Paar heiraten wollte, trafen sich die beiden Familien, um das anstehende Ereignis gebührend zu feiern - bei Brocciu-Krapfen. Beim ersten Bissen galt die Verlobung als besiegelt.

Herstellung

Die Herstellung des Brocciu beginnt erst, wenn die Mutterschafe und -zicken Junge werfen. Sie erstreckt sich von September bis Dezember. Zuerst lammen die Mutterschafe im späten Sommer in den Tälern und auf der Ebene; die Ziegen aus dem Mittelgebirge zickeln zuletzt im Dezember. Während der Stillzeit beginnt der Bauer die Käseherstellung mit dem Milchüberfluss der Muttertiere. Eine zweite Lammperiode erhöht etwa drei Monate später die Anzahl der zu melkenden Tiere. In einigen Mikroregionen sind die Bedingungen gegeben, um Brocciu auch im Sommer herzustellen, nämlich in der Casinca, der Castagniccia und auf den höher gelegenen Almen. Andernfalls verändern die Schafzüchter bewusst den natürlichen Zyklus der Tiere, um den begehrten Brocciu in der touristischen Sommersaison anbieten zu können. Dies ermöglicht eine Käseherstellung, die von April bis Ende Oktober reicht. Ausserhalb der Saison gibt es auch den abgepackten „Brousse“, der fast genauso

aussieht und schmeckt wie Brocciu, aber deutlich preiswerter ist. Er wird aus Milchpulver hergestellt.

Die Milch kommt in ein grosses Gefäss und bei der richtigen Temperatur wird dann Lab hinzugefügt. Die Milch gerinnt, und der Bruch sinkt auf den Boden, während die Molke darüber steht. Diese Molke wird in einen Kupferkessel abgegossen, dann erhitzt auf 65 °C, um das übriggebliebene Lab zu eliminieren. Dann wird etwas Salz zugefügt und ein Viertel bis ein Drittel (im Verhältnis zur Molke) von der Milch vom Vorabend (u purricciu). Dieser einfach erscheinende Vorgang verlangt Jahre der Erfahrung, denn der Augenblick, in dem die Milch hinzugefügt wird, bestimmt die Qualität des Brocciu. Beim weiteren Erhitzen verfestigt sich die Molke etwas. Bei gut 80 °C flocken die Proteine des Laktoserums aus. Die Teilchen, die zum Brocciu werden, steigen wirbelnd an die Oberfläche. Der Käser entfernt den Schaum und sammelt den Brocciu mit Hilfe einer grossen Holzkelle (u coppulu). Jeden Kelleninhalt füllt er in Abtropfformen (fattoghje). Sind alle Formen voll, stürzt er jeweils eine in eine andere, um die Menge darin zu verdoppeln. Die Laibe wiegen zwischen 250 Gramm und drei Kilogramm. Sind sie abgetropft, können sie sofort gegessen werden.

Ähnliche Käsesorten

- Banon
- Queso de Murcia
- Mâconnais
- Ricotta Romana
- Valençay

