

# Zu Tisch in Italien: Matera

---

 [arte.tv/de/articles/cuisines-des-terroirs-matera-en-italie](https://arte.tv/de/articles/cuisines-des-terroirs-matera-en-italie)

## Die Rezepte der Sendung

---

### Pignata-Materianischer Lamm-Eintopf

---

Zubereitungszeit: ca. 45 min + ca. 4 Stunden Garzeit

8 Portionen

Der Pignata ist ein typischer Eintopf, der früher nur zu Festtagen gegessen wurde. Das Gericht trägt den Namen Pignata, weil es in einer Terracotta-Vase gegart wird, welche der Form eines Pinienzapfens ähnelt. Die Vase wird mit Brotteig bedeckt und muss mindestens 4 Stunden im Ofen backen. Das Gericht lebt von der Qualität der Zutaten. Man sollte auf frisches Gemüse und hochwertiges Lamm-Fleisch achten.

**Tipp:** Man kann die Pignata auch in einer hohen, feuerfesten Form oder in einem Römertopf (39 cm) zubereiten.

**Wenn man das Lammfleisch mariniert und über Nacht ziehen lässt, wird es zarter.**

#### Zutaten Marinade:

---

- 150 ml neutrales Öl
- 4 EL Rotwein-Essig
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Rosmarin

Lammfleisch in mundgerechte Stücke schneiden. Öl mit Essig verrühren. Knoblauch abziehen und grobhacken. Rosmarin unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln. Beides zu der Öl-Essig-Mischung geben und das Lamm am besten in einem Gefrierbeutel damit marinieren. Über Nacht ziehen lassen. 1 Stunde vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen.

1,5 Stunden vor der Zubereitung einen Hefeteig herstellen:

#### Zutaten Teig:

---

- 500 g Mehl
- 1 Würfel frische Hefe, 42 g
- 10 g Salz
- 20 ml Olivenöl
- ca. 350 ml lauwarmes Wasser
- 1 Prise Zucker

#### Zubereitung Teig:

---

Mehl in eine Schüssel sieben und die Mitte eine Mulde drücken. Hefe zerbröseln und hineingeben. Etwas lauwarmes Wasser dazugeben und eine Prise Zucker hinzufügen. Kurz gehen lassen und dann mit Öl, Salz und dem restlichen Wasser zu einem geschmeidigen Teig verkneten. An einem warmen Ort zugedeckt ca. 60 Minuten gehen lassen, bis der Teig sich verdoppelt hat. Dann auf einer bemehlten Arbeitsfläche ausrollen.

### **Zutaten Lamm:**

---

- 1,5 kg verschiedene Stücke Lammfleisch aus der Schulter und der Keule
- 1 kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 4 große rote Zwiebeln
- 400 g kleine Tomaten
- 450 g Karotten
- 100 g Salami (Salsiccia)
- 100 g Pecorino-Käse
- 2 Stangensellerie
- 1 Bund glattblättrige Petersilie
- 1 rote Chili-Schote
- 150 g Zichorie (Chicoreé)
- Salz
- Pfeffer
- 750 ml Lammfonds oder Rotwein

### **Zubereitung:**

---

Kartoffeln und Möhren schälen und waschen. Kartoffeln achteln, Möhren in ca. 2 cm dicke Stücke schneiden. Zwiebeln abziehen und grob schneiden. Selleriestangen und Tomaten ebenfalls waschen und schneiden. Chicoreé waschen, trockenschleudern und die Blätter in Streifen schneiden. Chilischote längs aufschneiden, die Kerne entfernen und in kleine Streifen schneiden. Salami in Scheiben, Pecorino-Käse in Streifen schneiden. Ist die Käserinde unbehandelt, wird sie auch verwendet. Petersilie unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und klein schneiden. Das Fleisch aus der Marinade nehmen und abtropfen lassen.

**Wenn die Pignata in einem Römertopf zubereitet wird, wird der Backofen nicht vorgeheizt.**

**Den Römertopf vor Gebrauch ca. 30 Minuten in kaltem Wasser einweichen.**

Fleisch, Gemüse, Petersilie, Käse und Salami werden abwechselnd in die Pignata bzw. im Römertopf, geschichtet. Zwischen den einzelnen Schichten immer mit Salz, Pfeffer und Chili-Schote würzen. Anschließend mit ca. 750 ml Lammfond oder Rotwein aufgießen. Den ausgerollten Hefeteig über den Römertopf legen, dabei den Teig ca. 5 cm überlappen lassen. Im Backofen dann bei 120 Grad 3 Stunden garen, anschließend nochmals 1 Stunde bei 180 Grad. Zum Servieren bricht man das Brot, welches die Öffnung verschließt, und verteilt es.



Pignata-Materianischer Lamm-Eintopf

## Die Crapiata – Hülsenfrüchte-Eintopf

---

Zubereitungszeit: 5 Stunden

6 Portionen

Die Crapiata war früher ein Arme-Leute-Essen, weil es hauptsächlich aus Hülsenfrüchten besteht, die als Zutaten günstig sind. Noch heute ist die lokale Küche Materas von Bohnen und Erbsengerichten geprägt, die im Umland unter optimalen Bedingungen angebaut werden.

**Tipp:** Erst aufgewärmt entfaltet die Crapiata ihren vollen Geschmack.

### Zutaten:

---

- 100g Weizenkörner
- 100g Kichererbsen
- 100g Saubohnen
- 100g Linsen
- 100 g weiße Bohnen
- 1 kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 1 Bund glattblättrige Petersilie
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 200 g Karotten
- 200 g Tomaten
- 50 ml Olivenöl (zum Anbraten)

- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung:

---

Alle Hülsenfrüchte (Weizen, Kichererbsen, Saubohnen, Linsen, Favabohnen) werden über Nacht in kaltem Wasser eingeweicht. Kartoffeln schälen, waschen und würfeln. Die Hülsenfrüchte im Einweichwasser in einem großen Topf erhitzen. Kartoffeln dazugeben und auf mittlerer Flamme 3 Stunden köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Eventuell entstehenden Schaum mit einer Schaumkelle abschöpfen. Das restliche Gemüse waschen. Karotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebeln abziehen und klein schneiden. Tomaten vierteln. Petersilie unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und klein hacken. Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln darin andünsten. Das Gemüse dazugeben und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten mitdünsten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss die gehackte Petersilie dazugeben. Wenn das Gemüse gar ist, wird es zu den Hülsenfrüchten in den Topf gegeben.



Die Crapiata – Hülsenfrüchte-Eintopf

### Strazzate – Schoko-Mandel-Kekse

---

Zubereitungszeit: 30 min

12 Portionen

Die Strazzate sind einfache, harte Kekse, die man zum Kaffee serviert. Der Hauptbestandteil sind geröstete Mandeln. Eine Besonderheit dieser Kekse ist, dass man anstelle von Wasser, Butter oder Milch, Kaffee in den Teig gibt, um ihn flüssig zu machen.

**Tipp:** Die Kekse müssen aus dem Backofen genommen werden, wenn sie noch weich sind. Sie härten nach. Wenn man sie zu hart aus dem Backofen holt, werden sie zu hart zum Essen.

### Zutaten:

---

- 400 g gehackte Mandeln
- 400 g Mehl
- 30 g Back-Kakao
- 250 g Zucker
- ½ Backpulver (7g)
- 2 mittelgroße Eier
- ca. 250 ml kalten Kaffee

### Zubereitung:

---

Den Backofen auf 160°C vorheizen. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten und mit Mehl, Backpulver, Kakao, Zucker und Eier vermengen. Den kalten Kaffee langsam einfließen lassen und alles zu einem glatten Teig verkneten. Aus dem Teig walnussgroße Kugeln formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Zwischen den Kugeln muss genügend Platz sein, weil die Kekse im Backofen noch etwas aufgehen. Die Strazzate für ca. 15 Minuten bei 160 °C im Ofen backen.



Strazzate – Schoko-Mandel-Kekse

### Parmigiana alle materana – Auberginenaufauf auf Materianische Art

---

Zubereitungszeit: 70 min

6 Portionen

Die Parmigiana alla materana ist eine aufwändige Form der Lasagne, für die statt Nudeln frittierte Auberginenscheiben verwendet werden. Das Rezept ist aufwendig.

**Tipp:** Wenn es schnell gehen soll, einfach die Fleischbällchen weglassen.

### Zutaten:

---

- 3 mittelgroße Auberginen
- 200 g Hartweizenmehl
- 800 ml Sonnenblumenöl
- 400 ml passierte Tomaten
- 2 Mozzarella oder Scamorza
- 200 g geriebener Parmesankäse
- 100 g Salami
- 30 ml Olivenöl
- 2 große Zwiebeln
- 5 Eier
- ½ Bund Basilikum
- 400 g Rinderhackfleisch
- ½ Bund glattblättrige Petersilie
- 1 Ei
- 50 g Semmelbrösel
- Salz

### Zubereitung:

---

Backofen auf 200 Grad vorheizen. Zwiebeln abziehen und kleinschneiden. 30 ml Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Hälfte der Zwiebelwürfel darin andünsten. Die passierten Tomaten dazugeben und umrühren. Basilikum unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln, kleinschneiden und zu der Tomatensoße geben. 20 min köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Auberginen waschen und in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Je nach Auberginenart kann man die Schale entfernen, weil sie gegebenenfalls bitter schmeckt. 4 Eier verquirlen, anschließend die Auberginenscheiben zuerst in Mehl und dann in den verquirlten Eiern wenden. 700 ml Sonnenblumenöl in einer hohen Pfanne erhitzen und die Auberginenscheiben frittieren. Nach dem Frittieren auf Küchenpapier abtropfen lassen. Petersilie unter kaltem Wasser abbrausen, trockenschütteln und fein hacken.

Für die Fleischbällchen Hackfleisch, restliche Zwiebelwürfel, Semmelbrösel, ein Ei, Petersilie, Salz und Pfeffer in einer Schüssel vermengen und kleine Kugeln formen. Anschließend die Fleischbällchen im restlichen Sonnenblumenöl wenige Minuten goldbraun anbraten. In einer feuerfesten Auflaufform werden die frittierten Auberginenscheiben abwechselnd mit Mozzarella/Scarmozza-Scheiben, Salami-Scheiben, geriebenem Parmesan, Fleischbällchen und Tomatensoße geschichtet, bis die Form voll ist. Zum Schluss mit reichlich Parmesan bestreuen und 20 Minuten bei 200°C im Ofen backen.



Parmigiana alle materana – Auberginenaufauf auf Materianische Art

## **Cazzomarro- Roulade aus Lamminnereien**

---

Zubereitungszeit: 60 min

4 Portionen

Das Cazzomarro ist eine Art Roulade, die hauptsächlich aus Lamminnereien besteht. Das Rezept ist sehr alt. So wurde nichts vom Lamm weggeworfen und alles verwertet.

**Tipp:** Das Cazzomarro kann man fertig beim Metzger kaufen und zuhause einfach in den Ofen schieben.

### **Zutaten:**

---

- 800 g Innereien vom Lamm (Herz, Leber, Lunge)
- 250 g Bauchnetz vom Lamm
- 400 g Dünndarm vom Lamm zum Binden, ersatzweise Bindfaden
- 1 Bund glattblättrige Petersilie
- 2 Knoblauchzehen
- 150 g geriebener Parmesankäse
- Salz
- Pfeffer
- Chillipulver

### **Zubereitung:**

---

Backofen auf 180°C vorheizen. Ein Stück Bauchnetz auf einem Brett ausbreiten und kleine Stücke Innereien in der Mitte des Netzes aufschichten, so dass man das Netz später zu einer 5-7 cm dicken Rolle wickeln kann. Die Petersilie unter kaltem Wasser abbrausen und trockenschütteln. Knoblauch abziehen. Petersilie und Knoblauch feinhacken. Anschließend die Innereien mit Parmessankäse, Petersilie und Knoblauch bestreuen und mit Salz, Pfeffer und Chillipulver würzen. Das Netz zu einer Rolle wickeln und dabei die Seiten einklappen, so dass nichts herausfallen kann, und komplett mit Darm umwickeln. Die Rouladen bei 180°C in einer Auflaufform 20 Minuten backen.