

Zu Tisch: Istrien | ARTE

 arte.tv/de/articles/zu-tisch-istrien

Zu Tisch: Istrien

Die Rezepte der Sendung

Fuži mit Trüffeln: Hausgemachte Pasta mit Trüffeln

4 Portionen

Zubereitungszeit: 90 Minuten

Fuži sind eine besondere Art hand- und hausgemachter Nudeln, bei der quadratische Teigstücke mittels eines Stockes zu Hörnchen geformt werden. Gekochte Fuži isst man mit allerlei Saucen, vor allem mit Trüffelsauce. Sie sind aber auch eine ausgezeichnete Beilage zu Wildfleisch in Sauce und Wildbraten.

Tipps:

Wer keine frischen Trüffel da hat, oder ihr Aroma nicht stark genug findet, nimmt Trüffelpaste aus dem Glas oder gibt zusätzlich einige Tropfen Trüffelöl in die Sauce. Statt Fuži kann man auch Fusilli oder Bandnudeln zu der Trüffelsauce machen.

Zutaten:

Für die Nudeln

- 500 g Mehl
- 3 Eier
- 40 ml Wasser
- Salz

Für die Sauce

- 100 g Butter
- 50 g Trüffel
- 100 g saure Sahne
- 10 g geriebenen Parmesan

Zubereitung:

Für die Fuži alle Zutaten in eine Schüssel geben, zu einem kompakten Nudelteig verkneten und eine Stunde ruhen lassen. Anschließend den Teig dünn ausrollen und in 3 cm breite Streifen schneiden. Mehrere Streifen aufeinanderlegen und schräg 3 cm lange Rauten abschneiden. Die Rauten mit Hilfe eines Holzstöckchens zu einem Hörnchen rollen und festdrücken. Die Fuži in kochendem Salzwasser etwa fünf Minuten bissfest kochen.

Sauce

Butter in eine Pfanne geben und schmelzen lassen. Die Trüffel fein in die geschmolzene Butter reiben und alles kurz aufkochen lassen. Die heiße Trüffelbutter über die gekochten Fuži geben. Saure Sahne und geriebenen Parmesan hinzufügen, alles gut durchmischen. Die Fuži auf einem Teller servieren und nach Geschmack hauchdünne Trüffelscheiben mit einem Trüffelhobel über die Nudeln streuen.



Fuži aux truffes / Fuži mit Trüffeln

Boškarinfleisch unter der Peka

4 Portionen

Zubereitungszeit: 150 Minuten

Peka (ispod peke - unter der Glocke) steht für ein Gericht, das jeder Dalmatienurlauber auf vielen Speisekarten kroatischer Restaurants und Konobas entdecken kann. Wer es einmal probiert hat wird begeistert sein.

Tipp:

Ein Schuss trockener Weißwein verleiht dem Gericht ein besonderes Aroma.

Zutaten:

- 1000 g Rindfleisch
- 1 große Zwiebel
- 6 Knoblauchzehen

- 2 Karotten
 - 500 g Kartoffeln
 - 10 g Rosmarin
 - 3 Lorbeerblätter
 - 60 g glattblättrige Petersilie
 - 30 g Sellerieblätter
 - 200 ml Weißwein
-
- Salz
 - Butter zum Einfetten

Zubereitung:

Den Ofen auf 200 Grad vorheizen.

Das Fleisch in nicht zu große Stücke schneiden und gut salzen.

Die Kartoffeln und Karotten schälen, die Zwiebel abziehen und alles in Stücke schneiden. Die Knoblauchzehen ebenfalls abziehen und in feine Blättchen schneiden.

Bräter mit Butter einfetten und Fleisch-, Karotten-, Kartoffel- und Zwiebelstücke, sowie die Knoblauchblättchen gleichmäßig verteilen.

Dazwischen die Kräuter legen, mit Weißwein begießen und mit Salz würzen.

Den geschlossenen Bräter in den Ofen geben und das Gericht bei 200 Grad ca. 2 Stunden garen. Der Deckel sollte bis zum Zeitpunkt des Servierens nicht abgenommen werden.



Boeuf boškarin / Boškarinfleisch

Istrische Suppe

4 Portionen

Zubereitungszeit: 15 Minuten

Die Istrische Suppe ist ein sehr altes, traditionelles Gericht, das aus warmem Rotwein zubereitet wird.

Tipp:

Die Istrische Suppe bereitet man in einem Tontopf zu, aus dem sie dann auch direkt gegessen wird.

Zutaten:

- 1000 ml trockener Rotwein
- 3 g Zucker
- 10 ml Olivenöl
- 2 Scheiben Weißbrot
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Den Rotwein in einen Tonkrug füllen. Die Brotscheiben in eine heiße Pfanne geben und dunkel rösten.

Die gerösteten Brotscheiben im Krug in den Wein tauchen, mit Zucker, Olivenöl, Salz und Pfeffer würzen und direkt aus dem Krug mit einem Löffel essen.



Soupe d'Istrie / Istrische Suppe

Miesmuscheln nach Buzara Art

4 Portionen

Zubereitungszeit: 60 Minuten

Fisch und Meeresfrüchte spielen in der Küche Istriens eine wichtige Rolle. Muscheln nach Buzara Art ist ein typisches Gericht in der Küstenregion.

Tipp:

Nach diesem Rezept können alle Muschel- und Krebsarten zubereitet werden.

Zutaten:

- 3000 g Miesmuscheln
- 100 ml Olivenöl
- 6 Knoblauchzehen
- 1 große Zwiebeln
- 500 ml Weißwein
- 60g glattblättrige Petersilie
- Pfeffer und Salz

Zubereitung:

Miesmuscheln säubern und Muscheln mit bereits geöffneter Schale aussortieren. Die Zwiebeln und den Knoblauch abziehen und beides fein hacken. Die Petersilie ebenfalls fein hacken. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die fein gehackte Zwiebel darin glasig braten. Die Muscheln hinzugeben. Die Muscheln wenige Minuten bei starker Hitze garen, dann den klein gehackten Knoblauch, die Petersilie und den Weißwein dazu geben. So lange kochen, bis sich die Muscheln geöffnet haben. Geschlossene Muscheln müssen entfernt werden, da sie verdorben sein könnten. Sofort heiß mit Weißbrot servieren.

Fritaja mit Trüffeln: Rührei mit Trüffeln

4 Portionen

Zubereitungszeit: 10 Minuten

Fritaja ist ein istrisches Rührei, das traditionell mit schwarzen Trüffeln zubereitet wird.

Tipp:

Schwarze Trüffel eignen sich zum Kochen, da sich ihr Aroma durch das Erwärmen besser entfalten kann. Der weiße Trüffel dagegen darf nie erwärmt werden, er wird lediglich auf schon fertige Gerichte gehobelt.

Zutaten:

- 8 Eier
- 50 Gramm schwarze Trüffel
- 20 ml Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Eier aufschlagen und 2/3 der Trüffel in den Eierschaum hobeln. Die Masse einige Stunden im Kühlschrank ruhen lassen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in einer großen Pfanne erhitzen und die Eiermasse hineingeben. Die Eiermasse bei schwacher Hitze rühren bis sie gar ist. Das Rührei auf die Teller verteilen und anschließend nach Geschmack die restlichen Trüffel mit einem Trüffelhobel in feinen Blättchen darüber hobeln.



Truffes / Trüffel

Feigenkuchen

8 Portionen

Zubereitungszeit: 90 Minuten

Da Feigen von Natur aus sehr süß sind, wird dieser Kuchen mit wenig Zucker zubereitet.

Tipp:

Statt Feigen kann man auch Äpfel, Quitten oder Kürbis verwenden.

Zutaten:

Für den Teig

- 300 g Mehl
- 250 g Margarine
- 15 g Backpulver
- 5 g Vanillezucker
- 2 Eier
- 100 g Zucker
- 50 ml Milch

Für die Füllung

- 1500 g Feigen
- 20 g Zucker
- 50 g Semmelbrösel

Zubereitung:

Teig:

Das Mehl auf eine Arbeitsfläche geben.

In das Mehl eine Mulde machen, zwei Eigelb und die restlichen Zutaten hineingeben und zu einem glatten Teig kneten. Den Teig halbieren und zu zwei Teigplatten ausrollen.

Kuchenblech (37 X 25 cm) einfetten und eine Teigplatte hineinlegen.

Füllung:

Feigen schälen und das Fruchtfleisch zerdrücken. Zucker und Semmelbrösel dazugeben und gut vermischen. Die Fruchtmasse auf der unteren Teigplatte verteilen.

Die zweite Teigplatte auf die Fruchtmasse legen und einige Mal einstechen.

Den Kuchen bei 160 Grad eine Stunde im Ofen backen.