

## Tessin

Die Eßkastanie ist hier Königin.

Die Eßkastanie (*Castania sativa*), auch Edelkastanie oder Marone genannt, stammt ursprünglich aus Vorderasien und wurde bereits im 5. Jahrhundert vor Chr. nach Griechenland eingeführt. Von dort aus verbreitete sie sich schnell in ganz Europa, vom Kaukasus bis nach Portugal. Die Kastanie gedeiht am besten in mildem Klima mit trockenen Sommern und nährstoffreichen Böden – in rauheren Lagen und nassen Böden hingegen reifen die Früchte nicht aus. Vor allen in den Tälern der Südalpen und auf Korsika halten sich noch große, alte Bestände.



In den italienischen Alpentälern und der Schweiz war die Eßkastanie früher fester Bestandteil der Nahrung, vor allem nach Mißernten. Die Früchte eines Baumes reichten aus, um eine Person durch den Winter zu bringen. Aus diesem Grund wurde in vielen Gemeinden jedem Bewohner ohne eigenen Grund- oder Waldbesitz ein eigener Baum aus dem Gemeindeeigentum als Nahrungsreserve zugewiesen.



Im Schweizer Kanton Tessin wird die Kastanie auch "albero del pane" – Brotbaum – genannt. Bis in die 40er Jahre lebten viele Menschen im Tessin fast ausschließlich von Kastanien. Doch dann lief die Kartoffel der Kastanie den Rang ab, da sie günstig angepflanzt werden konnte. Erst in den 90er Jahren wurde der Wert der Kastanien wieder entdeckt und damit begonnen, die verlassenen Kastanienhaine wieder in Stand zu setzen.

Die Zubereitungsformen für Eßkastanien sind zahlreich: Sie werden in der Pfanne gebraten, auf dem Grill oder im Backofen geröstet, in Wasser gekocht, püriert, zu Mehl zerrieben oder frisch geschält und roh verzehrt. Die Eßkastanie sollte trotz der Ähnlichkeit nicht mit der Roßkastanie verwechselt werden, deren Früchte für den Menschen ungenießbar, ja sogar giftig sind.

## Fasan mit Kastanien nach Jägerart

**Im Tessin ist die Jagd nur für wenige Wochen im Herbst erlaubt. Wildgerichte sind also immer etwas Besonderes. Irene Petraglio bereitet die gut abgehangenen Fasane nach traditionellem Rezept zu. Was paßt besser dazu, als frische Kastanien?**

### Zutaten für 4-6 Personen:

2 Fasane,  
50 g Butter,  
1 weiße Zwiebel,  
1 Glas Marsalawein (ca. 250 ml),  
frische Salbeiblätter,  
400 g kleine Kastanien,  
250 ml Sahne,  
Salz,  
Pfeffer



Die gerupften und ausgenommenen Fasane in vier Stücke schneiden und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter in einer großen Pfanne erhitzen, die Fasane mit der kleingehakten Zwiebel anbraten. Wenn die Fasane goldbraun sind, mit dem Marsalawein ablöschen und eine kleine Hand voll ganze Salbeiblätter dazugeben. Die Fasane in zugedeckter Pfanne etwa 20 min köcheln lassen.

Währenddessen die Kastanien etwa 20 min in Wasser (soviel Wasser nehmen, daß die Kastanien bedeckt sind) kochen. Dann die gegarten Kastanien schälen und die innere Haut entfernen. Die Fasane aus der Pfanne nehmen und im Ofen warm stellen, die Kastanien zu der Sauce in die Pfanne geben und einige Minuten ziehen lassen. Vor dem Servieren die Sauce mit Sahne verfeinern.

### Tip:

- Wenn die Salbeiblätter mitgebraten werden, entfaltet sich das Aroma am besten und sie werden schön knusprig. Vorsicht: Salbei hat einen sehr intensiven Geschmack, der andere Aromen schnell überdeckt. Benutzen Sie also nicht zu viel.

## Kastanien mit Milch oder Rahm

**Kastanien finden sich überall auf der Speisekarte im Valle di Muggio: Als Snack für zwischendurch, als Beilage, als Kastanienmehl oder, wie hier, als Süßspeise.**

### **Pro Person:**

1 Portion gekochte Kastanien,  
500 ml Schlagsahne oder Milch,  
Kakaopulver oder Puderzucker

### **Mit Schlagsahne:**

Die Kastanien etwa 20 min in Wasser kochen.  
Dann die gekochten Kastanien mit Schlagsahne unterlegen und in einer Coupe (Becherglas) anrichten. Die Kastanien mit Schlagsahnehäubchen garnieren, am Schluß entweder mit Kakaopulver oder Puderzucker bestreuen.



### **Mit Milch:**

Die gekochten Kastanien in heißer Milch servieren, nach Geschmack nachsüßen und mit Kakao bestreuen

## Ciocolatini de castagne

Schoko-Rumkugeln aus Kastanienmehl, Albina Cereghettis Spezialität

**Albinas Schoko-Rumkugeln aus Kastanienmehl sind im ganzen Valle di Muggio berühmt. Früher, so erzählt sie, war es Brauch, an Allerheiligen für die Verstorbenen einen Teller mit den Kugeln über Nacht auf dem Tisch zu stehen zu lassen.**

### Zutaten:

400 g geschälte Kastanien,  
6 EL Zucker,  
1 EL Kakaopulver,  
2 EL zuckerfreie "Pulverschokolade" (feiner als Kakao),  
Schokoladenstreusel,  
1 kleines Glas Rum



Die Kastanien kochen und im Mixer pürieren, dann mit Zucker, Kakao, Pulverschokolade und Rum vermengen. Aus der fertigen Masse kleine Kugeln formen und zum Durchziehen in den Kühlschrank stellen. Die Kugeln dann zuerst in Pulverschokolade und dann in den Schokostreuseln wälzen.

### Variante:

Kastanien kochen, die schönsten und größten aussuchen. Im Wasserbad eine Tafel Zartbitterschokolade mit 30 g Butter oder 2 EL Sahne bzw. Rahm schmelzen. Die Kastanien in die noch warme Schokomasse eintauchen und auf einem Gitterrost abkühlen lassen.

### Tip:

- In einer gut verschlossenen Blechdose kühl gelagert kann man die Kugeln lange Zeit aufbewahren.

## Kastanientorte

Am Abend vor der "Battitura" treffen sich die Dorfbewohner vor dem Kastaniendörröfen, der "gráa", um sich für das große Fest schon mal in Feierlaune zubringen. Dabei besprechen sie die Aufgaben für den nächsten Tag bei Glühwein und Kastanientorte.

### Zutaten:

Für den Boden:

500 g Mehl,  
2 Eier,  
200 g Zucker,  
150 g Butter,  
1 Päckchen Hefe

Für die Füllung:

300 g Kastanienpüree,  
150 g Zucker,  
½ Glas Milch,  
1 Ei,  
½ Tafel Bitterschokolade, gerieben,  
1 Päckchen Vanillezucker,  
1 kleines Glas Rum,  
50 g Butter



Das Mehl aussieben und mit der Hefe und dem Zucker vermischen. Eine kleine Mulde in das Mehl machen, die Eier und die weiche Butter in Flocken hinzugeben und mit der Hand oder einer Küchenmaschine zu einem glatten Teig kneten. Dann den Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt an einem warmen Ort ca. 30 min ruhen lassen.



Für die Füllung die Kastanien mit den anderen Zutaten zu einer cremigen Masse verrühren. Sollte diese zu fest sein, einfach noch etwas Milch hinzugeben.

Eine Kuchenform mit niedrigem Rand ausbuttern, den Teig ca. 1 cm dick ausrollen und in die Form einpassen, übriggebliebenen Teig zur Seite legen. Die Kastaniencreme gleichmäßig auf dem Teig verstreichen, aus dem restlichen Teig Streifen formen und kreuzförmig auf die Creme legen. Die Torte bei 160 °C im Ofen 40 min backen lassen.

**Tip:**

- Damit der Hefeteig aufgeht, sollten alle Zutaten Zimmertemperatur haben. Nach dem Ruhen sollte der Teig sein Volumen nahezu verdoppelt haben – ansonsten sollte man einfach noch etwas warten. Danach den Teig gründlich durchkneten und weiterverarbeiten. Vor dem Backen den Teig noch mal ca. 10 min ruhen lassen.

## Rotweinkastanien von der gráa

Bei der "Battitura" – dem großen Kastanienfest – versammelt sich das ganze Dorf, um die Ernte zu feiern. Die getrockneten Kastanien werden geschlagen und gesiebt, um sie von ihren Schalen zu befreien. Bei soviel schwerer Arbeit darf natürlich das leibliche Wohl nicht zu kurz kommen, deshalb gibt es zahlreiche Appetithäppchen rund um die Kastanie.

### Zutaten:

1 kg getrocknete Kastanien,  
1 Tasse (ca. 250 ml) Rotwein,  
2-3 EL Zucker,  
500 ml Schlagsahne oder Milch

Die Kastanien 2 h lang in Wasser einweichen, in einen Kupfertopf füllen und mit lauwarmem Wasser bedecken, über dem offenen Feuer oder auf dem Herd 2-3 h köcheln lassen. Wenn das Wasser auf  $\frac{1}{3}$  der ursprünglichen Menge reduziert ist, Wein und Zucker hinzufügen. Gleichmäßig rühren, bis Kastanien glasiert und leicht karamelisiert sind. Mit Milch oder Schlagsahne servieren.



## Tessiner Mortadella mit Kastanien und Rosinen

**Die Mortadella ist eine italienische Wurstspezialität, die aus fein gemahlenem Schweinefleisch, groben, fetten Speckwürfeln, Salz, Pfeffer und Zucker hergestellt wird. In Kunst- oder Naturdärmen werden Würste von bis zu 100 kg geformt, die dann in speziellen Heißluftöfen bei 90 °C gegart werden. Zusammen mit den Rosinen und den Kastanien ergibt sie ein für das Tessin typisches, süß-salziges Gericht.**

### Zutaten:

1 grobe Schweinswurst (Mortadella) – ca. 500 g,  
2 EL Öl,  
5 g Butter,  
1 Zwiebel,  
Schale von ½ Zitrone,  
2 EL Zucker,  
100 ml Rotwein,  
1 EL Essig,  
50 g Sultaninen,  
20 gedörrte Kastanien



Die Kastanien in eine Pfanne geben, mit Wasser bedecken und ca. 1 h kochen und dann beiseite stellen.

Butter und Öl in eine Pfanne geben, die geschnittene Zwiebel darin goldbraun anbraten, aber nicht dunkel werden lassen. Die Wurst grob in Scheiben schneiden, in die Pfanne geben und einige Zeit bei niedriger bis mittlerer Temperatur anbraten. Ab und zu die Scheiben wenden. Dann das Fett abgießen und die Wurst mit Rotwein ablöschen, Essig begeben und die Zitronenschale und den Zucker hinzugeben. Der Essig sorgt dafür, daß die Wurst pikanter und gleichzeitig leichter verdaulich wird.

Bei niedriger Temperatur langsam 30 min kochen lassen. Wenn nötig, noch ein wenig Wein oder Wasser zugießen. Mit Salz oder Pfeffer abschmecken. Am Schluß die Rosinen und die Kastanien hinzu geben. Noch mal 10 min leicht köcheln lassen und dann genießen.