

Claudio Del Principe

a mano

Verführerische Pasta.
Von Hand gemacht.
Sinnlich und schön.



at VERLAG



Claudio Del Principe

a mano

Verführerische Pasta.
Von Hand gemacht.
Sinnlich und schön.

atVERLAG

Inhalt

Vorwort 8

GRUNDLAGEN & BASISREZEPTE

11

E CHE CI VUOLE? 14

WISSENSWERTES

27

Ein Wort zu den Eiern 28

Ein Wort zum Salz 28

Ein Wort zum Mehl 30

Pastawerkzeug 31

Berti Pastamesser 36

Frische Pasta aufbewahren 38

Mut zu kleinen Portionen 38

Ein Wort zum Pasta-Sugo-Pairing 39

PASTA IST POESIE 40

Teig ausrollen mit dem *mattarello* 46

Gefärbte Pasta 48

Zehn *condimenti* (Saucen),
die man draufhaben muss

52

PASTA STESA

65

ÜBER PASTA PARLIEREN 80

PASTA RIPIENA

133

QUANTO BASTA 152

VIVA LA PASTA! 182

PASTA DI SEMOLINA

201

GNOCCHI

233

GRAZIE MILLE

253

Rezeptverzeichnis

254

Vorwort

Die Motivation – ein Sprung in der rosaroten Brille.

Zugegeben – wenn ich von Italien schwärme, male ich besonders die schönen Seiten aus, weil ich Land, Leute und Kulinarik meistens durch die rosarote Brille betrachte. Die Realität fällt ab und zu nüchterner aus. Wie die eine Begegnung mit einer meiner Cousinen in Italien. Auch sie schwärmte: »Claudio, die Fotos deiner Pasta auf Instagram sind der Wahnsinn, wunderschön!« »Danke« entgegnete ich, »du machst bestimmt genauso schöne Pasta!« »Ich? Ich mache doch keine Pasta. Ich habe noch nie selbst zu Hause Pasta gemacht.« Ich war schockiert. Ihre Mutter machte wie alle meiner Tanten jede Woche mehrmals selbst Pasta. Und jetzt? Das ganze Wissen um Handwerk und Tradition futsch? Das Band der Weitergabe zerrissen? Niemand mehr da, um der nächsten Generation diese besondere Gabe zu schenken? Das kann ich nicht schlucken. Ich muss *pasta fatta a mano* retten! Das war die größte Motivation, nach »a casa« und »al forno« das monothematische Pastabuch »a mano« zu schreiben. Ich finde, wir dürfen die Zubereitung unseres Essens nicht der Industrie überlassen. Ganz allgemein nicht und erst recht nicht bei so etwas Sinnlichem wie *pasta fresca*.

Handgemachte Pasta – das nächste große »Craft«-Thema.

Zum Glück stehe ich mit meiner Haltung nicht allein da. Nach der globalen Welle der Rückbesinnung auf gutes, selbst gemachtes Brot und eigenen Sauerteig gibt es von Los Angeles bis Tokio auch ein großes Comeback handgemachter Pasta. Es zählt ja heute allgemein mehr, was man kann, als was man besitzt. *Pasta fatta a mano* avanciert wie Sauerteigbrotenbacken zu einem Lifestyle. Dank Social Media verbreitet sich die Sehnsucht danach rasant. Die britische Foodautorin Vicky Bennison zum Beispiel hat sich aufgemacht, Großmütter in ganz Italien beim Pastamachen zu filmen. Ihre *Pasta Grannies* erobern gerade die Herzen der Global Foodies auf Instagram und YouTube. Die traditionellen Regionalrezepte der rüstigen Rentnerinnen, die sie dabei ans Licht hievt, sind ein unermesslicher kulinarischer Schatz. Bennison hat diesen in ein grandioses Kochbuch gepackt. Die neu entdeckte Passion für strikt von Hand geknetete und von Hand ausgerollte Pasta steigt – wie bei vielen Trends – vor allem in den USA gerade zur Hochblüte auf. Köche wie der bärtige Brummbär Evan Funke treiben die klassische Pasta-Kultur auf die Spitze, nachdem sie in Italien als *sfoglino* in traditionellen Pasta-Schulen das Handwerk von der Pike auf gelernt haben. Funkes liebster Hashtag auf Instagram? #fuckyourpastamachine.

Auch in Italien entstehen vermehrt neue Pasta-Ateliers mit angegliederem Esslokal. Ein neues Gastrokonzept, das vor allem junge Köche mit Verve umsetzen. Sie besinnen sich auf die Tradition, übersetzen diese aber in zeitgemäße, elektrisierende Gerichte. Der Blick auf die handwerkliche Herstellung der Pasta in einem offenen *laboratorio* flößt Respekt ein und macht Appetit. Gegessen wird nebenan. Oder zu Hause, weil es die frische Pasta auch zu kaufen und mitzunehmen gibt. Auch die Frauen der Emilia-Romagna, die immer schon im Auftrag von Trattorien und Feinkostgeschäften Pasta herstellten – *sfogline* genannt –, treten heute vermehrt in den Vordergrund und eröffnen eigene Ateliers und Pasta-Schulen.

Jeder kann Pasta machen – und dabei seine Erfüllung finden.

Getrieben von so viel Neo-Pasta-Enthusiasmus, habe auch ich mein Pastabrett und das lange *mattarello* hervorgeholt und jede Menge Pasta geknetet, gerollt, gefaltet, gewickelt und gefüllt. Wie immer mit Achtsamkeit für hochwertige Zutaten, Sorgfalt im Handwerk und der unabdingbaren italienischen Leichtigkeit, mit der alles ein wenig einfacher gelingt. Pastamachen ist definitiv erfüllend und befriedigend. Pro Kopf reicht ein Ei auf 100 Gramm Mehl, und schon beginnt die unendliche Liebesgeschichte hausgemachter Pasta. Allein die Namen schon zergehen auf der Zunge: Pappardelle, Quadrucci, Cappellacci, Garganelli, Campanelle, Tortellini, Agnolotti, Fagottini – und das sind nur einige der Pastaformen aus Eierteig. Daneben gibt es Dutzende weiterer klangvoller und köstlicher Pastaformate, von Cavatelli über Trofie bis Orecchiette, die nur aus Hartweizen und Wasser bestehen. Jedes wird mit den passenden klassischen *condimenti*, *ragù* und *sughi* kombiniert. Als Zugabe gibt es einige unbekannte, betörend schöne Kreationen, die bestimmt den eigenen Ehrgeiz wecken, selbst ein kreativer Pasta-Maestro zu werden. Meine Liebe für *pasta fatta a mano* in Worte zu fassen, ist manchmal schwer. Darum lasse ich gerne auch einfach mal meine Fotos sprechen. Denn beim Anblick mehlbestäubter, gelb leuchtender Pasta verlieben wir uns doch alle ein wenig.

Viel Freude, gutes Gelingen und *buon appetito!*

Claudio



E CHE CI VUOLE?

Diese Leichtigkeit in der Küche. Diesen vorausschauenden Antrieb. Die Zuversicht, dass alles gelingt und dass immer genügend Zeit für alles ist. Die Freude an der handwerklichen Arbeit. Die Poesie und Passion des Kochens. Den Feinsinn, sich um das leibliche Wohl der anderen zu kümmern. Die Fähigkeit, sich etwas abzuschauen und selbst umzusetzen. Das Geschichtenerzählen, während man Essen zubereitet. Das alles habe ich von meiner Mutter. Und dafür bin ich ihr sehr dankbar.

Grazie, Ma!

Ich bin süchtig nach Kochen, seit sie mir eine Pfanne für meine Experimente auf den Herd gestellt hat – da war ich vier. Sie hätte ja auch sagen können: »Geh weg, ich muss kochen, geh spielen.« Hat sie nicht. Sie hat mich einbezogen. Auch das habe ich von ihr abgeschaut: Kinder muss man einbeziehen, nicht ausschließen.



Für eines bin ich ihr besonders dankbar. Es ist der stärkste Motor für meine Motivation in der Küche – ihr Ausspruch: »E che ci vuole?« Das bedeutet so viel wie: Was ist schon dabei? oder: Wo liegt das Problem? Kein Zeitfenster war ihr je zu knapp, kein Aufwand zu groß, um nicht schnell Pasta zu machen. »Wir essen in einer Stunde, und du willst Gnocchi machen?« »E che ci vuole? Den Sugo hab ich bereits heute Morgen gemacht, und die paar Gnocchi sind doch im Handumdrehen gerollt. Deckt schon mal den Tisch!«

Auch heute, mit 89 Jahren, kocht sie noch zweimal am Tag für sich allein. Sie ist eine Pasta-Granny! Vielleicht kommt eines Tages Vicky Bennison vorbei und filmt sie.



1. Nonnateig

Ich nenne den simplen Eierteig für *pasta all'uovo* Nonnateig, weil jede italienische Nonna diesen Basisteig im Schlaf beherrscht und aus dem Handgelenk herstellt. Es ist auch der klassische Teig nach Bologneser Schule für Tagliatelle, Tortellini und weitere typische Teigwaren aus der Emilia-Romagna. Dieser Teig eignet sich für unzählige ausgerollte und gefüllte Pastaformate. Die Zutaten kann sich jedes Kind merken: Auf 100 Gramm Mehl kommt 1 Ei. Kein Salz, kein Wasser, kein Olivenöl.

Tipp: Von diesem Teig stelle ich prinzipiell immer mehr her als für ein Gericht benötigt. Er hält sich, in Folie gewickelt, locker zwei bis drei Tage im Kühlschrank. Das ist superpraktisch, weil man dann spontan weitere Pasta zubereiten oder auch mal kreativ werden und neue Formate und Füllungen in kleinen Mengen ausprobieren kann. Wie gesagt: Übung macht den Meister!

400 g italienisches Weichweizenmehl tipo 00 (alternativ Type 405)
4 frische Eier (Größe L, über 60 g)

Das Mehl sieben und auf der Arbeitsfläche anhäufen. Die Hand in das Mehl tauchen und einen breiten Krater formen. Die Eier aufschlagen und in die Mehlmulde geben.

Mit einer Gabel die Eier zuerst langsam verquirlen, dann schneller werden und dabei nach und nach das Mehl vom Rand einarbeiten, bis ein lockerer Teigklumpen entsteht. Feste Teigstücke von der Gabel streifen und mit den Händen weiterarbeiten. Den Teig mit den Handballen mindestens 10 Minuten bearbeiten, indem man die Ränder zur Mitte faltet, mit den Handballen flach drückt und wieder faltet. Überschüssiges Mehl und trockene Teigstückchen wegwischen.

Aus dem Teig eine dicke Rolle formen, senkrecht vor sich hinlegen und von oben druckvoll mit dem Handballen einrollen. Mehrmals wiederholen, dann den Teig zu einer kompakten Kugel formen. Die Oberfläche sollte glatt und wachsartig sein, der Teig sich elastisch anfühlen wie Spielknete.

Den Teig abgedeckt (unter einer umgedrehten Teigschüssel, in Folie gewickelt oder unter einem feuchten Küchentuch) 30 Minuten ruhen lassen. Man kann ihn auch, in Folie gewickelt, im Kühlschrank bis zu 48 Stunden aufbewahren.

Variante mit mehr Eigelb

Mehr Eigelb bedeutet mehr Geschmack, mehr Gehalt, mehr Farbe. Je nach Region, Familientradition oder persönlicher Vorliebe kommt mehr Eigelb als Eiweiß zur *pasta all'uovo*. Auf 100 g Mehl gibt man dann statt 2 ganze Eier nur 1 Ei und 2–3 Eigelb.

2. Piemonteserteig

Achtung, festhalten! Der klassische Teig für piemontesische *tajarin* ruft nach sage und schreibe 32 Eigelb auf 1 Kilogramm Mehl! Warum so viel? Weil man die Möglichkeit dazu hat. Der Norden Italiens war immer schon wohlhabender als der Süden. Man hatte jede Menge Hühner und entsprechend viele Eier. Daraus Pasta zu machen, ist zum einen eine ganz schön clevere Methode, die Eier haltbar zu verwerten. Auf der anderen Seite war es auch ein Symbol für Wohlstand, dass man sich eine solch reichhaltige Pasta leisten konnte. Und zu dem übrig gebliebenen Eiweiß ließ man sich jede Menge Rezepte für Süßspeisen, Kekse und *torrone*, diese köstliche Variante des Weißen Nougats, einfallen.

500 g italienisches Weichweizenmehl tipo 00 (alternativ Type 405)
16 frische Eigelb

Das Mehl sieben und auf der Arbeitsfläche anhäufen. Die Hand in das Mehl tauchen und einen breiten Krater formen. Die Eier aufschlagen, trennen und die Eidotter in die Mehlmulde geben.

Mit einer Gabel die Eidotter zuerst langsam verquirlen, dann schneller werden und dabei nach und nach das Mehl vom Rand einarbeiten, bis ein lockerer Teigklumpen entsteht. Feste Teigstücke von der Gabel streifen und mit den Händen weiterarbeiten. Den Teig mit den Handballen mindestens 10 Minuten bearbeiten, indem man die Ränder zur Mitte faltet, mit den Handballen flach drückt und wieder faltet. Überschüssiges Mehl und trockene Teigstückchen wegwischen.

Aus dem Teig eine dicke Rolle formen, senkrecht vor sich hinlegen und von oben druckvoll mit dem Handballen einrollen. Mehrmals wiederholen, dann den Teig zu einer kompakten Kugel formen. Die Oberfläche sollte glatt und wachsartig sein, der Teig sich elastisch anfühlen wie Spielknete.

Den Teig abgedeckt (unter einer umgedrehten Teigschüssel, in Folie gewickelt oder unter einem feuchten Küchentuch) 30 Minuten ruhen lassen. Man kann ihn auch, in Folie gewickelt, im Kühlschrank bis zu 48 Stunden aufbewahren.

Zehn *condimenti* (Saucen), die man draufhaben muss

Wenn man sich in Italien über Essen austauscht (und das tut man ständig), kommt ganz besondere Neugierde auf, wenn man sagt, man mache frische Pasta. Die wichtigste Frage neben Form und Beschaffenheit ist dann: »*E come li condisci?*« (Und womit machst du die an?) Denn die Form der Pasta ist das eine. Genauso wichtig ist für das Gegenüber zu erfahren, mit welchem *sugo* oder auf welche Art man die Pasta zu verspeisen gedenkt. Je nachdem, was man dann für eine Karte spielt, erntet man Anerkennung oder Geringschätzung: »Oh, *Chitarra* mit *Vongole* und Kichererbsen? Hab ich noch nie gegessen. Und wie machst du die genau, das muss ich mal probieren«. Oder: »Sahne? Du gibst Sahne zu den *Vongole*? Madonna, wer hat dir denn diese Flausen in den Kopf gesetzt? Schade um die schönen Muscheln!« Es gibt ja mindestens so viele Saucen wie Pastaformate, und es kommen auch immer wieder neue Kombinationen hinzu. Aber die folgenden zehn sind für die Ewigkeit. Und, ja: Nacktes Grauen empfinden Italiener, wenn die Pasta vor dem Schöpfen nicht mit der Sauce vermengt wird. Pasta ohne Sauce in Teller zu verteilen und dann einfach einen Klacks *sugo* draufzuklatschen, ist nichts anderes als eine schallende kulinarische Ohrfeige. *Per favore*, bitte nicht machen!



Fettuccine con crema di piselli

Die Kombination von süßlichen Erbsen mit salzigem Prosciutto, Culatello, würziger Pancetta oder knusprigem Guanciale ist ein beliebter Klassiker in diversen Regionen Italiens. Ich püriere die Erbsen zu einer sämigen Sauce. Sie schmiegt sich perfekt um die Fettuccine. Und als cremige Krönung gibt es noch himmlische Stracciatella obendrauf. Die Prinzessin auf der Erbse, quasi.

400 g frische Fettuccine aus Nonnateig
(Zubereitung siehe Tagliatelle, Seite 75)

20 g Butter
1 Zwiebel, gehackt
300 g Erbsen, frisch oder tiefgekühlt
200 g Guanciale (italienischer Speck von der Schweinebacke),
in Streifen geschnitten
200 g Stracciatella (die cremige Füllung für Burrata)
feines Meersalz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Die Butter in einem Topf schmelzen und die Zwiebel darin glasig dünsten. Die Erbsen dazugeben, knapp mit Wasser bedecken, salzen, pfeffern, zugedeckt weich kochen (10–15 Minuten). Die Erbsen fein pürieren, abschmecken.

Den Guanciale ohne Zugabe von Fett in einer Bratpfanne auslassen und langsam knusprig braten.

Die Fettuccine in siedendem Salzwasser sehr bissfest kochen, tropfnass zur Erbsencreme geben und bei mittlerer Hitze vermengen, bis sie mit der Erbsencreme überzogen sind. Die Fettuccine aufrollen und als Nest in Teller setzen. Den Guanciale darüber verteilen und einen Klecks Stracciatella daraufsetzen.



Orecchiette

Die kleinen Öhrchen (*Orecchiette*, in Dialekt auch *rechjetedd'* oder *strasc'nat*) sind die vermutlich bekannteste Pastaform aus Apulien. Im Zentrum von Bari kann man heute noch dabei zusehen, wie Frauen in den Straßen vor den Häusern sitzen und die Orecchiette in schwindelerregendem Tempo von Hand herstellen. Sie sind so flink, dass sie sich dabei locker mit jemandem unterhalten können, während ihre Hände ganz automatisch die Bewegungen ausführen. Die typischste Art, die Orecchiette zu servieren, ist mit *cime di rapa* (Stängelkohl) oder mit Blumenkohl, Brokkoli und anderem Gemüse wie Mangold, Peperoni (Paprikaschoten), Auberginen sowie mit Tomatensauce oder *ragù*. Übrigens bestreut man *orecchiette e rape* niemals mit Parmesan. In Apulien würde man, wenn schon, Pecorino oder *ricotta forte* verwenden. Am beliebtesten jedoch ist *mollica frita*: in Olivenöl knusprig geröstete Semmelbrösel.

204

Orecchiette con cime di rapa

500 g Semolinateig

800 g Cime di rapa (Stängelkohl)

50 g Semmelbrösel

1 Peperoncino

4 Sardellenfilets

1 Knoblauchzehe, ungeschält, angedrückt

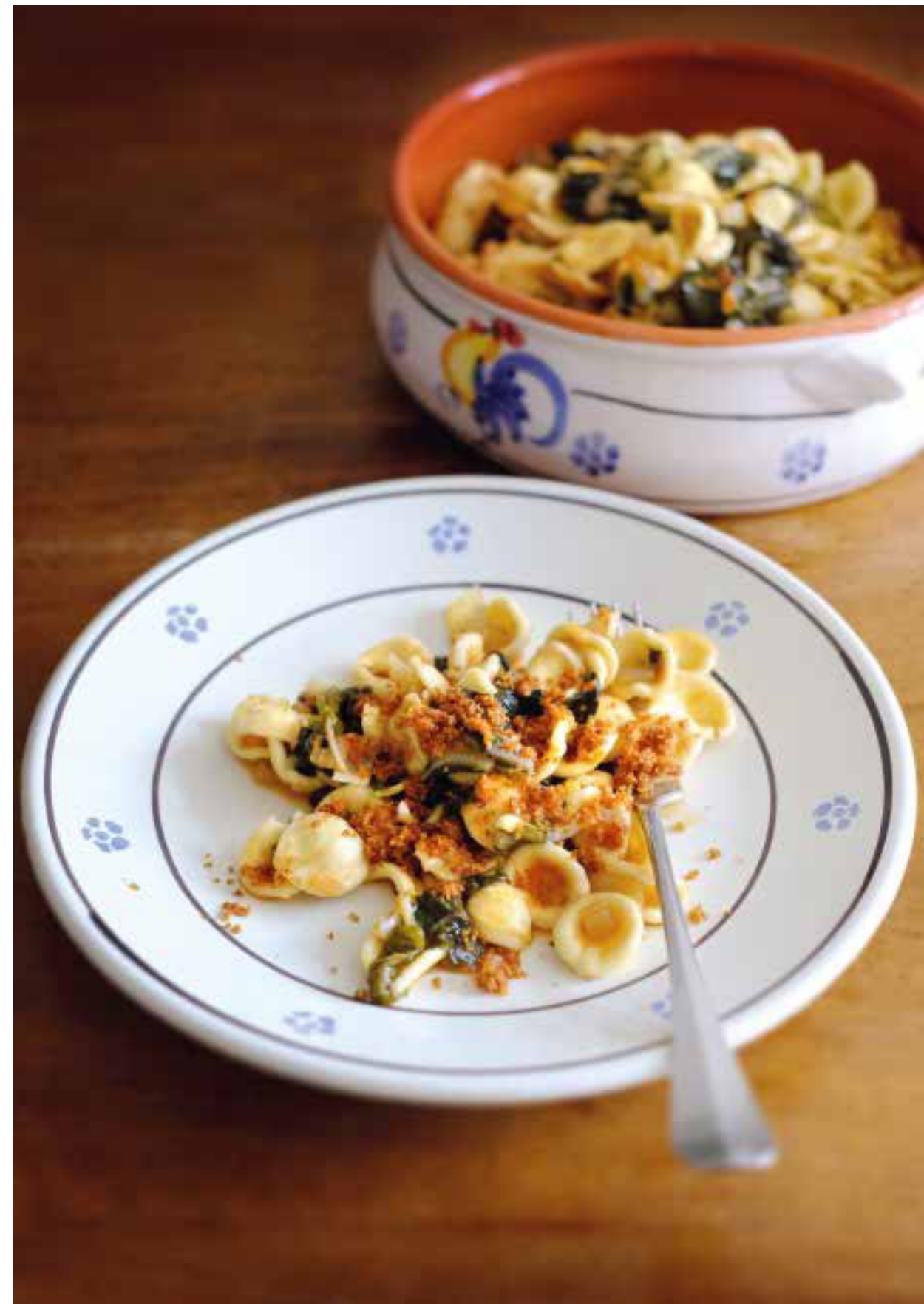
(nach Belieben auch fein gehackt)

Olivenöl extra vergine

feines Meersalz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Den Teig etwa einen Finger dick ausrollen und daraus zwei Finger breite Streifen herunterschneiden. Aus den Teigstreifen Rollen von 1 cm Durchmesser formen, diese in 1 cm lange Stücke teilen. (Zügig arbeiten oder Teig abdecken und in Etappen arbeiten, damit der Teig nicht austrocknet).

Um sie zu formen, gibt es zwei Techniken. Die eine ist, mit dem Daumen auf das Teigstück zu drücken, es über das Pastabrett zu schleifen (daher auch der Ausdruck *strascinati*) und dann umzustülpen. Bei der anderen schleift man das Teigstück mit einem Tafelmesser über die Arbeitsfläche, sodass ein flacher Taler entsteht. Dabei drückt man das Messer waagrecht auf das Teigstück und zieht es zu sich hin. Danach stülpt man es für die typische Öhrchenform um.



Rezeptverzeichnis

254

Agnolotti al plin 147
Bärlauch-Anolini mit Caprino
in Hühnerbrühe 195
Bigoli in salsa 224
Bollito misto 170
Campanelle carbonara
mit Zucchini Blüten 128
Capelli d'angelo 66
Capellini 68
Cappellacci dei briganti 116
Cavatelli con pomodoro
e salsiccia 222
Chitarrina alla teramana 213
Chiusoni oder Maccarones
de Busa 218
Ciecamariti 227
Corzetti 111
Cuditt' i patate 207
Denti di drago con spezzatino
e piselli 98
Fagottini ai gamberetti
con vongole veraci 175
Fettuccine con crema di piselli 76
Garganelli 127
Gnocchi, blaue, gefüllt mit Hase
in salmì 239
Gnocchi di patate 234
Gnocchi di ricotta 245
Grundteige 20
Mezzomezzoteig 22
Nonnateig 20
Piemonteserteig 21
Semolinateig 23

Lammrippen-Ragù 185
Lasagne 103
Mafalde 97
Malfatti 247
Maltagliati 92
Orecchiette con cime di rapa 204
Orecchiette mit Mangold 206
Pappardelle 85
Pappardelle al cinghiale 87
Past' e lenticchie 82
Pici 226
Polpettine 213
Quadrettini 79
Quadrettini al prezzemolo 79
Ravioli al magro 146
Ravioli con burrata, carciofi
e crema di pecorino 160
Raviolo, offener 106
Ravioloni mit flüssigem Eigelb,
Spinat und weißem Trüffel 141
Sagnarelle e ceci 94
Saucen 520
Al limone 63
Amatriciana 62
Bärlauchöl 195
Burro e salvia 54
Cacio e pepe 61
Carbonara 61
Gricia 60
Pecorinocrema 188
Pesto alla Genovese 58

Pesto alla Trapanese 59
Ragù alla Bolognese 56
Ragù bianco 55
Salsa verde 174
Sardellensauce 224
Sugo al pomodoro 54
Scarpinocc mit Schafsricotta 184
Sfoglia alle erbe 106
Spaghetti alla chitarra 211
Spoja lorda 167
Strichetti 88
Strichetti con verza e salsiccia 89
Strichetti mit Kirschtomaten,
lauwarme 89
Tagliatelle 75
Taglierini, piemontesische 69
Tagliolini 69
Tagliolini di Campobasso 70
Tajarin al tartufo bianco 70
Tajarin i fasciul' 71
Topinambur-Tortello in Pilz-
essenz 190
Tortelli, schwarze, mit Oktopus 137
Tortellini in brodo 154
Triangoli al Taleggio 152
Wollschwein-Ragù al Marsala 122
Wollschwein-Ragù al pomodoro 116

255