

Menue vom
30. Mai 2014



**Deutsch-Italienischer
Freundeskreis e. V.
Eichenau**

ANTIPASTI

Insalata toscana

Toskanischer Salat

PRIMO PIATTO

Penne con rucola

Penne-Nudeln mit Rucola

SECONDO PIATTO

Pesce all' acqua pazza

Fisch in Tomaten Sugo

DESSERT

Mousse di cioccolato bianco con mirtilli

Weißer Mousse au chocolat mit Heidelbeeren

WEISSWEIN, ROTWEIN, DIGISTIVI

VINO BIANCO E ROSSO

CAFFÉ

Insalata toscana



Toskanischer Salat

Zutaten für 6 Personen

6 Tomaten, 1 Gurke
1 Bund Radieschen
3 weiße Zwiebeln
150 g schwarze Oliven ohne Stein
2 Scheiben frisches Landbrot
6 EL natives Olivenöl extra
Salz
Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Die Tomaten waschen,
die Gurke schälen.
Die Radieschen waschen und
vom Stielansatz befreien.

Die Zwiebeln schälen.
Tomaten, Gurke, Radieschen
und Zwiebeln in Scheiben
schneiden.
In einer Schüssel mit den
Oliven mischen.
Das Brot toasten, mit
2 EL Olivenöl bestreichen
und in Würfel schneiden.
Den Salat mit dem restlichen
Olivenöl beträufeln, mit Salz
und Pfeffer würzen.

TIPP: Die Brotwürfel erst
unmittelbar vor dem Servieren
unter den Salat heben

Penne con rucola



Penne-Nudeln mit Rucola

Zutaten für 4 Personen

400 g Penne (kurze Nudelröhrchen)	1 Bund Basilikum
Salz	1/8 l Olivenöl
400 g Tomaten	grober Pfeffer
2 Knoblauchzehen	2 EL Kapern
200 g Rucola	geriebener Parmesankäse

Zubereitung:

Penne in gesalzenem Wasser nach Packungsanweisung bissfest kochen.

Tomaten waschen, häuten, vierteln und entkernen.

In Streifen schneiden.

Knoblauchzehen abziehen, in dünne Scheiben schneiden.

Rucola und Basilikum waschen und trockentupfen,

Rucola putzen.

Kleine Blätter grob zerzupfen oder ganz lassen.

Große Rucola-Blätter klein schneiden.

Basilikumblättchen von den Stengeln zupfen und fein schneiden, kleine Blättchen ebenfalls ganz lassen.

Olivensöl in einer Pfanne erhitzen.

Knoblauchscheiben darin unter Rühren kurz anbraten, nicht zu dunkel werden lassen.

Tomatenstreifen in das Knoblauch-Öl geben, ca 3 Min. andünsten.

Salzen und Pfeffern.

Penne abgießen und gut abtropfen lassen. Zu der Tomaten-Öl-Mischung geben.

Rucola, Basilikum und die abgetropften Kapern unterheben.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Alles zusammen nochmals kurz unter Rühren erhitzen.

**Nach Wunsch
mit frisch geriebenem
Parmesankäse servieren.**



Pesce all' acqua pazza



Fisch in Tomaten Sugo

Zutaten für 4 Portionen:

800 g Meeresfischfilet
(z.B. Rotbarben, Schwertfisch,
frischer Thunfisch,
Makrele oder auch Sardinen)
300 g Kirschtomaten
4 Knoblauchzehen

2 kleine getrocknete Peperoncini
4 Stängel Petersilie
Salz (am besten Meersalz)
Pfeffer
12 Scheiben Weißbrot
4 EL Olivenöl

Zubereitung:

Schritt 1

Die Fischfilets kalt waschen und trocken tupfen.

Die Tomaten waschen und halbieren, den Knoblauch schälen und ebenfalls halbieren. Peperoncini leicht andrücken. Petersilie waschen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen, Stiele aufbewahren.

Schritt 2

$\frac{1}{2}$ l Wasser mit Tomaten, Knoblauch, Peperoncini und Petersilienstielen in einem weiten Topf oder einer hitze-

festen Form zum Kochen bringen.

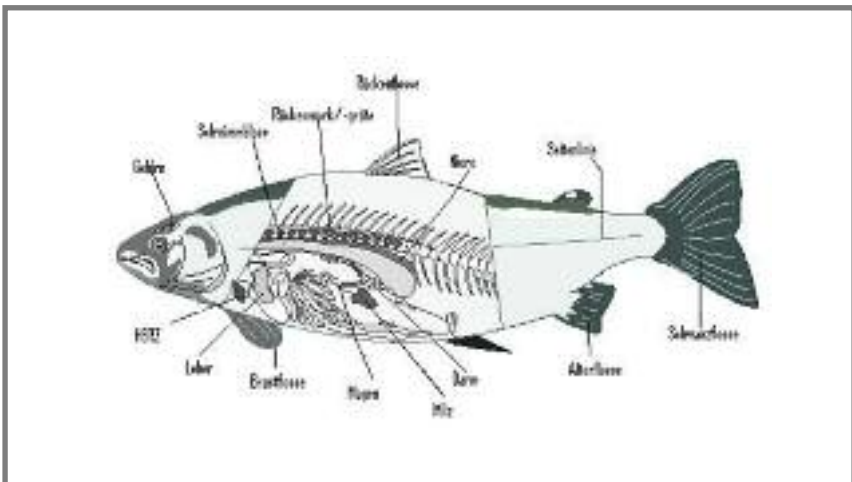
Mit Salz abschmecken und 4-6 Min. leicht kochen lassen. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen, in den Sud legen und zugedeckt 7-10 Min. darin ziehen lassen.

Schritt 3

Inzwischen die Petersilienblättchen fein hacken.

Die Broteisichen von beiden Seiten im Öl anrösten.

Die Fischfilets mit der Petersilie bestreuen und mit dem Brot servieren.



Mousse di cioccolato bianco con mirtilli



Weißer Mousse an chocolat mit Heidelbeeren

Zutaten für 8 Personen:

8 Blatt weiße Gelatine	2 Eier
200 g weiße Schokolade	400 g Schlagsahne
150 g schwarzer Johannisbeersaft	250 g frische Heidelbeeren
2 EL weißer Rum	Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung:

Gelatine in kaltem Wasser einweichen.

Schokolade im Wasserbad schmelzen.

Gelatine in zwei Eßlöffel heißem Wasser auflösen.

Einen Eßlöffel aufgelöste Gelatine mit dem Johannisbeersaft verrühren.

Restliche Gelatine mit der geschmolzenen Schokolade verrühren.

Den Rührer dazugeben.

Eigelb und zwei Eßlöffel heißes Wasser schaumig rühren und

mit der Schokolade verrühren.

Eiweiß und Sahne getrennt steif schlagen und vorsichtig unter die Schokoladenmasse rühren.

Sobald die Masse zu gelieren beginnt, vorsichtig das Saftgelee unterrühren.

Mindestens zwei Stunden in den Kühlschrank stellen.

Mousse mit Heidelbeeren und Puderzucker auf Portionstellern anrichten.

