

## Zu Tisch: Gallura, Sardinien

---

### Die Rezepte der Sendung

#### Gallura Suppe *Zuppa Gallurese*

Es handelt sich um ein typisch galluresisches „Arme-Leute-Essen“, einen sehr sättigenden Auflauf aus altem Brot, Käse und einem Schuss guter Suppe. Es gibt sie in vielen Variationen, praktisch jedes Dorf in der Gallura hat sein eigenes Geheimrezept.

**Tip:** Bei der Zubereitung der *Zuppa Gallurese* ist darauf zu achten, dass nicht zu viel Brühe über das Brot gegeben wird. Sonst wird es matschig. Die Zuppa Gallurese ist eine Suppe, ohne eine Suppe zu sein. Auf das richtige Verhältnis zwischen Brot und Brühe kommt es an.

#### Zutaten

Für die Brühe (*Brodo di pecora*):

- 2 Karotten
- 2 große Zwiebeln
- 1 Bund Stangensellerie
- Passierte Tomaten / Tomatenmark (*passato di pomodoro*)
- Salz

Man kann ein fünf Monate altes Lamm nehmen oder ein Schaf, das zehn Jahre alt ist. Je nach Alter des Tieres braucht die Brühe eine bestimmte Kochzeit. Das Fleisch kommt ins Wasser und bevor es zu kochen anfängt, wird der fette Schaum entfernt.

- 500 g Fladenbrot (*Pane fino* oder *Spianata*) - 1 Fladenbrot für 2 Personen) oder Weißbrot vom Vortag (möglichst aus Hartweizengrieß)
- "Käseöl" (*Ozu casu* oder *Occiu casciu*) oder Schweineschmalz zum Einreiben der Form
- 100 g geriebener Schafskäse (*Pecorino sardo*)
- 400 g frischer Kuhkäse in der Form eines großen Mozzarellas in Stücken (*Peretta*)
- 1 Bund Petersilie
- 1 l kräftige Fleischbrühe, möglichst aus mehreren Fleischsorten

#### Zubereitung

- Einen hohen und breiten Kochtopf mit *occiu casciu* bzw. Schweineschmalz einfetten.

- Das Brot quer in ca. 2 cm breite Scheiben schneiden.
- Ein Stück Fladenbrot in den Topf legen.
- Geriebenen Pecorino-Käse darüber streuen und dann Stücke des „Peretta“, des frischen Kuhkäses, und fein gehackte Petersilie dazu geben.
- Die nächste Schicht Fladenbrot wird daraufgelegt. In der Mitte ein Loch lassen.
- Nach jeder dritten Schicht kommt wieder ein wenig *occia casiu* bzw. Schweineschmalz dazu.
- Wenn der Auflauf hoch genug und fertig ist, wird er mit viel heißer Fleischbrühe langsam übergossen, so dass sie vom Brot gut aufgesogen wird.
- Evtl. mit der Gabel oder einem scharfen langen Messer an einigen Stellen bis zur untersten Schicht einstechen, damit die Brühe besser eindringen kann.
- Der Brotauflauf kommt am Ende in den vorgeheizten Backofen – etwa eine halbe Stunde bei 200°C – und wird heiß serviert.
- Die Oberfläche bekommt eine bräunlich-goldene Farbe und ist krustig. Der Käse, innen, muss Fäden ziehen.

## **Chiusoni mit Wildschweinsoße *Chiusoni de manu nostra***

### **Für 4 Personen**

Chiusoni sind ein traditionelles Produkt Sardinien und insbesondere der Gallura. Durch ihre Form und die raue Oberfläche nehmen die Chiusoni die Sauce gut auf.

**Tipp:** Chiusoni sind traditionelle Nudeln aus Sardinien, insbesondere der Gallura. Es gibt nur noch wenige, die sie selbst herstellen. Ihre typische Form bewirkt, dass die Nudeln die Soße besser aufnehmen können. Das Hartweizenmehl (00) bekommt man im italienischen Lebensmittelladen, bei einem italienischen Großhändler oder in einem gut sortierten Supermarkt. Das Wasser wird langsam zum Teig gegeben, da der Hartweizengrieß je nach Sorte etwas mehr oder weniger Wasser aufnimmt.

### **Zutaten**

Für den Teig:

- 400 g Hartweizengrieß („Trigu lottu o ruiu“) – erhältlich im italienischen Lebensmittelladen
- 200 g (lauwarmes) Wasser
- Salz

Für die Wildschweinsoße(*Sugo di cinghiale*):

- 250 g Fleisch vom Wildschwein
- Olivenöl
- 2 Möhren, gerieben
- 2 Zwiebeln

- ¼ Knollensellerie
- 500 ml passierte Tomaten
- 1-2 Lorbeerblätter
- Salz

## Zubereitung

Für die Nudeln:

- Das leicht gesalzene Wasser langsam zum Hartweizengrieß (zweifach gemahlen) geben und intensiv kneten, bis ein glatter Teig entsteht und der Hartweizengrieß das Wasser aufgesogen hat.
- Ca. 30 Minuten ruhen lassen, dann Stücke zu Teigschlangen rollen.
- Ca. 2 cm lange Stücke von den Teigrollen abschneiden und formen.
- Die einzelnen Teigstückchen mit leichtem Druck und dem Daumen so über die Rückseite einer Reibe rollen, dass sich die Chiusoni etwas eindrehen wie kleine Muscheln.
- Alternativ kann auch die Rückseite einer Gabel verwendet werden. Dann erhalten die Chiusoni jedoch eine Rillenform.
- Wenn eine Reibe verwendet wird, entsteht die typische Form – innen hohl, außen aufgeraut.
- In gesalzenem Wasser ca. zehn Minuten kochen lassen.
- Sobald sie an die Wasseroberfläche kommen, sind die Chiusoni fertig.

Für die Soße:

- Das Wildschweinfleisch in kleine Stücke schneiden oder hacken.
- Die Möhren schälen und reiben.
- Die Zwiebeln und den Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden.
- In einer Pfanne Olivenöl erhitzen.
- Die Zwiebeln, die geriebenen Möhren und den Sellerie dazugeben und anbraten.
- Anschließend das Wildschweinfleisch dazugeben und mit anbraten.
- Nach fünf Minuten die passierten Tomaten, Salz und Lorbeerblätter hinzufügen.
- Das Ragout bei mittlerer Hitze köcheln lassen, bis das Fleisch zart ist.
- Wenn die passierten Tomaten zu säuerlich sind, kann man Zucker dazugeben.

## Seadas

Für die Hirten waren Seadas früher eine ganze Mahlzeit. Mächtig genug sind sie. Heute werden sie als Dessert serviert. Man kann sie süß oder salzig essen.

**Tipp:** Das Wasser wird langsam zum Teig gegeben, da der Hartweizengrieß je nach Sorte etwas mehr oder weniger Wasser aufnimmt.

## Zutaten

- 500 g Hartweizenmehl („Trigu lottu o ruiu“) – erhältlich im italienischen Lebensmittelladen
- 1 große Prise Salz
- Ca. 200 – 220 ml lauwarmes Wasser
- 100 g Schweineschmalz
- Ca. 1 l Sonnenblumenöl zum Frittieren
- Corbezzolo-Honig (Miele amaro), Erbeerbaumhonig – erhältlich im italienischen Lebensmittelladen sowie im Internet
- 400 g geriebener Peretta-Käse oder Pecorino-Käse für die Füllung

### Zubereitung

- Hartweizengrieß (zweifach gemahlen) mit Schmalz, Salz vermischen.
- Das lauwarme Wasser langsam dazugeben und zu einem geschmeidigen Teig kneten.
- Den Teig ca. 30 Minuten ruhen lassen.
- Den Teig mehrfach durch die Nudelmaschine geben, bis er hauchdünn ist oder mit einem Nudelholz hauchdünn ausrollen.
- Auf die Teigbahnen in gleichmäßigen Abständen den Peretta-Käse häufen und mit einer zweiten Teigbahn bedecken.
- Mit den Fingern die Luft aus den Zwischenräumen pressen, sonst platzen die Seadas später in der Pfanne.
- Mit einem kleinen Teigrad, „lu rutigliu“, oder einem runden Ausstecher mit gewelltem Rand den ausgerollten und gefüllten Teig in größeren runden Formen abschneiden.
- Den Corbezzolo-Honig vorsichtig erwärmen.
- Die Teigtasche in Sonnenblumenöl frittieren und in dem angewärmten Corbezzolo-Honig wenden.

### Niuleddi

In der traditionellen galluresischen Küche gibt es verschiedene Gebäcksorten, die frittieren und dann mit Honig überzogen werden. Raffinierten Zucker hat man so gut wie nicht verwendet, da er eine Rarität war.

**Tipp:** Wer mag, kann noch etwas Orangenabrieb zur Masse hinzugeben.

### Zutaten

- Teig (vgl. Seadas)
- 500 g geschälte Mandeln
- Ca. 1 l Sonnenblumenöl zum Frittieren
- 500 g Corbezzolo-Honig (Miele amaro)

### Zubereitung

- Mit dem gleichen Teig der Seadas kleine Teigstücke (etwas so groß wie eine Haselnuss) herstellen und im Sonnenblumenöl frittieren.
- Geschälte (süße) Mandeln halbieren.
- Den Corbezzolo-Honig erwärmen, die süßen Mandeln dazugeben.
- Die frittierten Teigstückchen und die in Honig gewendeten Mandelstifte zu einer homogenen Masse vermischen.
- Die Masse auf eine flache Unterlage streichen (z.B. ein Backblech).
- Nach dem Erkalten in Rautenform schneiden und auf Orangenblättern servieren.