

Italienische Spezialitäten – Genuss für die Sinne

MEERESFRÜCHTESALAT

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 400 g Meeresfrüchte
(2 Schalen Meeresfrüchte, á 200 g)
- 200 g festkochende Kartoffeln
- 100 g Stangensellerie
- 200g Karotten
- frische Petersilie
- unbehandelte Zitrone
- Olivenöl (z.B. Barbara, Sizilien)
- 1 Knoblauchzehe, fein gehackt
- Meersalz und schwarzer Pfeffer
- Bio Peperoncino getrocknet, aus Sizilien

ZUBEREITUNG:

Die Meeresfrüchte gut abtropfen lassen und in kleine Stücke schneiden. Die Kartoffeln im Ganzen kochen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Stangensellerie und die Karotten in feine Würfel schneiden. Ein wenig Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Alle geschnittenen Zutaten in einer Schüssel vermischen und mit etwas Zitronensaft und Schale, Olivenöl, gehackter Petersilie und Knoblauch sowie Salz und Pfeffer vermischen. Je nach Gusto einige Chiliflocken hinzugeben.

Der Salat muss nun mindestens zwei Stunden ziehen - dann nochmal abschmecken. Am besten schmeckt dazu geröstetes Ciabatta.

Besonders lecker ist es, wenn man die gerösteten Brotscheiben mit dem gleichen Olivenöl beträufelt, welches schon im Salat verwendet wurde.

ITALIENISCHE ESPRESSO-CREME

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 250 g Sahne
- 1 Sahnesteif
- 500 g Mascarpone
- 90 g Puderzucker
- 100 - 150 g Espresso

ZUBEREITUNG:

Sahne mit Sahnesteif schlagen. Anschließend Mascarpone und Puderzucker in einer separaten Schüssel aufschlagen. Dann den Espresso langsam zugeben und weiterschlagen. Nun die Sahne unterheben. Anschließend in kleine Gläser oder Waffelbecher füllen.

LECKERE IDEEN FÜR EINEN APERITIVO:

- Tomaten-Mozzarella-Spießchen mit Basilikum
- Grissini mit Prosciutto Crudo
- Ciabatta mit Butter und Sardelle
- Pinsa mit Rosmarin, Meersalz und Olivenöl
- Mini-Pizze mit Antipasti
- Taralli (italienisches Knabbergebäck)

BUON
APPETITO!