

Patrizia  
Di Stefano

# LA CUCINA SICILIANA

Meine  
deutsch-sizilianischen  
Familienrezepte



*In Italien ist von Dezember  
bis Mai Artischocken-Saison*



*Frische Seeigel bringen den Süden in die Küche, bedürfen aber etwas handwerklichen Geschicks.*



## Spaghetti ai Ricci di Mare come piacevano a Gianni

*Für 2 Personen: 250 g Spaghetti, am besten aus Gragnano (mit rauer Oberfläche), 6 frische Seeigel (beim Fischhändler vorbestellen, notfalls aus dem Glas), einige Tropfen Colatura di Alici, 1 Bund Petersilie, 1 Schalotte, 1 frische Knoblauchzehe, 1 halbe entkernte Chilischote, 150 g reife Tomaten (falls aus der Dose, unbedingt San Marzano), 1 Feminello-Zitrone (alternativ eine andere saftige Sorte), Pfeffer, Salz, Olivenöl Extravergine*

Die Seeigel mit einem groben Handschuh halten, mit der Scherenspitze in das Mundwerkzeug in der Mitte des Seeigels einstecken und einmal ringsum aufschneiden. Anschließend den so entstandenen Deckel abheben und unter fließend Wasser vorsichtig spülen. Sobald die Innereien weggespült sind, die orangefarbenen Gonaden mit einem Löffel herauslösen und in etwas Salzwasser beiseitestellen.

Die frischen Tomaten blanchieren, häuten und in Stücke schneiden (oder die Tomaten aus der Dose verwenden). Die Spaghetti in reichlich gesalzenem Wasser etwas fester als al dente kochen. Währenddessen in einer großen Pfanne Olivenöl mit gehacktem Knoblauch erhitzen. Chilischote und Tomaten dazugeben und köchelnd ziehen lassen. Anschließend eine Kelle Nudelwasser und das Salzwasser der Gonaden (ohne die Gonaden) dazugeben und gut verrühren. Die noch bissfesten Spaghetti aus dem Wasser in die Pfanne heben und dort unter Rühren fertig ziehen lassen, bis die Konsistenz cremig ist und die Spaghetti al dente sind. Die Colatura einrühren und alles mit Pfeffer und Salz abschmecken. Zum Schluss die Gonaden unterheben, die Petersilie darüberstreuen und auf Teller verteilen.

Ein Freund unserer Familie behauptet, Seeigel schmecken nach brackigem Wasser. Diese Behauptung ist nicht ganz von der Hand zu weisen. Aber es ist das leckerste brackige Wasser, das ich kenne.



*Nonna Salvatrice und „Tita“,  
ca. 1968*

## Le Panelle di Salvatrice

*½ Bund Petersilie, 250 g Kichererbsenmehl, Salz, Pfeffer, Olivenöl*

Kichererbsenmehl mit 1-2 Teelöffeln Salz und 600 ml Wasser unter ständigem Rühren erhitzen. Gehackte Petersilie zugeben, die Masse auf einer bemehlten Marmorplatte ausrollen und fest werden lassen. Teig in Dreiecke schneiden und in heißem Fett etwa eine halbe Minute goldgelb frittieren.

Das Rezept für Panelle stammt ursprünglich von den Arabern. In Palermo isst man sie als Streetfood, serviert in einem Brötchen. Bei uns zuhause werden sie allerdings als eine Art sizilianischer Nachos serviert. Gerne zum Dippen in einer scharfen Tomatensoße.

*Sfincione – die sizilianische Pizza,  
die eigentlich gar keine ist.*



## Sfincione di Salvatrice

*Teig: 350 g 00-Mehl, 150 g Semola rimacinata di grano duro (italienischer Hartweizengries), 250 ml lauwarmes Wasser, ein Schuss sizilianisches Olivenöl, 10 g Salz, 1 großzügige Prise Trockenhefe oder 4 g frische Hefe, 1 Teelöffel Zucker*

*Belag: 500 g passierte Tomaten, 500 g Cipolle di Giarratana (oder andere milde rote Zwiebeln), 200 g Caciocavallo (oder junger Pecorino), 50 g Sardellen in Öl, in Salz eingelegte und gewässerte Kapern, 40 g Pangrattato (Semmelbrösel), 1 Prise Zucker, Olivenöl, Salz und Pfeffer, nach Belieben 1-2 Esslöffel Oregano*

Hefe und Zucker in etwas Wasser auflösen, Olivenöl dazugeben. Mehl und Semola vermengen, das Hefewasser und nach und nach das restliche Wasser zugeben. Etwa 15 Minuten gut durchkneten, bis der Teig glatt und geschmeidig wird. Dann das Salz hinzufügen und weitere fünf Minuten kneten. Anschließend zu einer Kugel formen, mit leicht öligen Händen einreiben und etwa 12 Stunden kühl ruhen lassen. Für die Soße die klein geschnittenen Zwiebeln in etwas Olivenöl anschwitzen, Tomaten, Zucker, Salz und Pfeffer dazugeben und etwa 30 Minuten kochen lassen. Dann abkühlen lassen. Den Teig nach etwa 12 Stunden noch einmal 2 Stunden bei Zimmertemperatur gehen lassen und dann auf einem eingeeilten Blech ausbreiten. Die abgekühlte Tomatenmasse, Käse, Kapern und Sardellen daraufgeben und mit Pangrattato und nach Belieben mit Oregano bestreuen. Weitere 30 Minuten gehen lassen und im Ofen bei 200 Grad etwa eine halbe Stunde backen. Schmeckt warm und kalt.

Meine Mutter war damals enttäuscht, als sie ihre erste Sfincione aß. Es ist eben keine echte Pizza. Doch wer sie ein paarmal gegessen hat, wird sie lieben.

*Italien hat mehr Brotsorten,  
als man mancherorts glaubt.*



## Pane con farina di carrubo

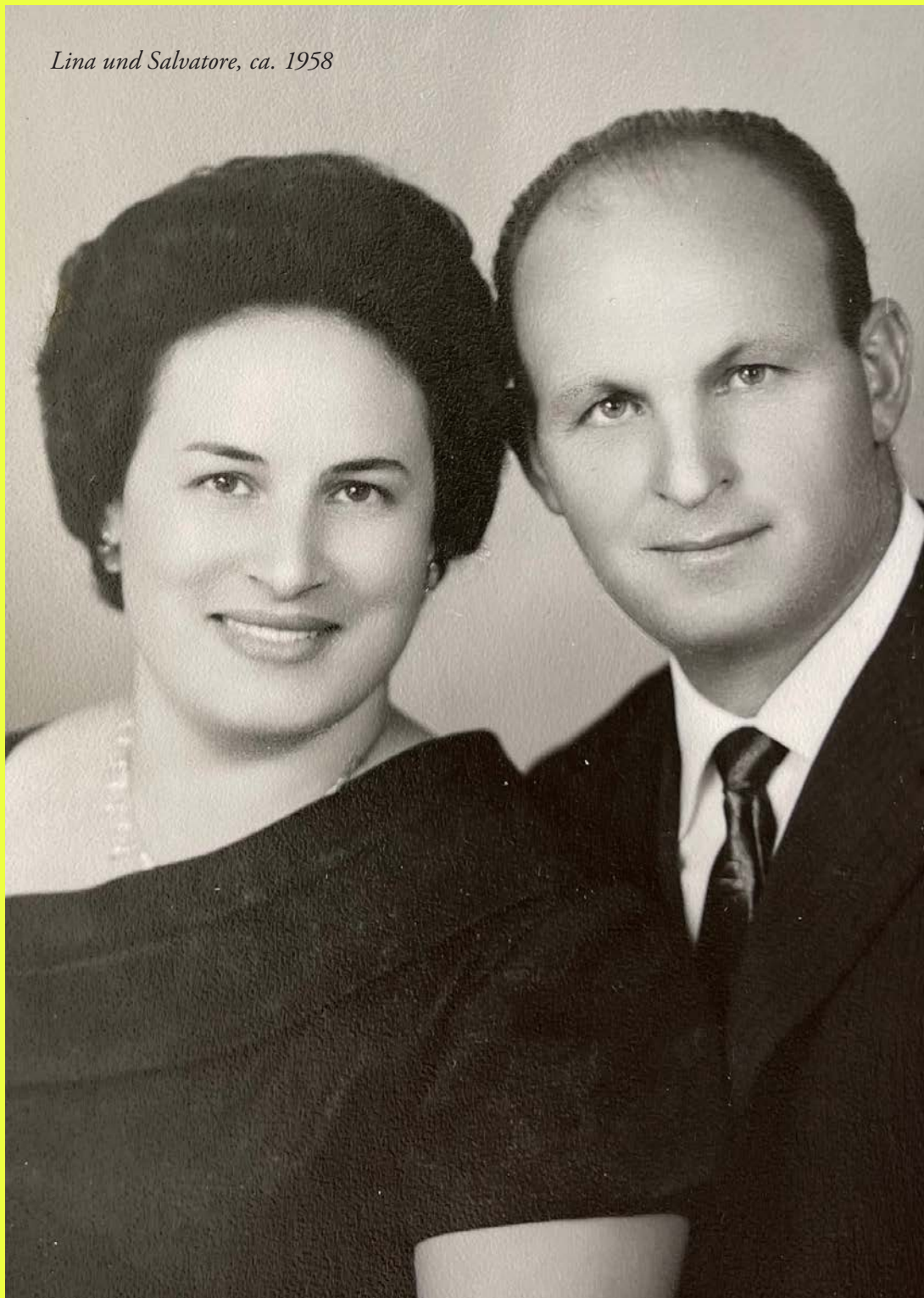
*25 g Johannisbrotmehl, 375 g Mehl Typ 0, 100 g Vollkornmehl,  
100 g flüssiger Sauerteig, 375 g Wasser, 10 g Salz*

Alle Mehlsorten mischen und fünfzehn Minuten mit 350 g lauwarmem Wasser verkneten. Für mindestens eine halbe Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Den Sauerteig dazugeben und weitere zehn Minuten kneten, bis der Teig glatt ist. Dann abdecken und eine Stunde ruhen lassen. Im restlichen Wasser das Salz auflösen, zum Teig geben und erneut kneten. Noch eine Stunde ruhen lassen, in der Schüssel falten und wieder ruhen lassen. Den Teig auf die bemehlte Arbeitsfläche geben und einen Laib formen. Mit Mehl bestäuben, in ein Gärkorbchen geben und mit einem Geschirrtuch abdecken. Einen gusseisernen Topf mit Deckel im brüllend heißen Ofen (mind. 230 Grad Ober- / Unterhitze) erhitzen, bis er beinahe glüht, dann etwas Mehl einstreuen und den Brotlaib daraufsetzen. Die Hitze auf 200 Grad reduzieren und bei geschlossenem Deckel etwa 30 Minuten backen. Deckel entfernen und bei Bedarf weitere Minuten backen, bis die Kruste goldgelb ist.

Wenn das Brot aus dem Ofen kommt, mindestens 60 Minuten ruhen lassen.

Die italienische Brotkunst gehört vermutlich zu den ältesten, aber auch unterschätztesten der Welt. Hierzulande kennt man bestenfalls Ciabatta und Focaccia, dabei lässt sich Italiens Backhandwerk bis zu den alten Römern zurückverfolgen. Brot und Spiele. Es finden sich von Nord- bis Süditalien Weiß- und Schwarzbrote, Schüttelbrot, Vollkornbrote und Brote mit teils exotisch wirkenden Mehlsorten (wie das Kicherebsen- oder das Johannisbrotmehl).

*Lina und Salvatore, ca. 1958*



## Granita di limone a modo di Zia Lina

*1 l Wasser, 500 g Zucker, 4 große unbehandelte sizilianische  
Feminello Zitronen*

Wasser, Zucker und Zitronenschalen (ohne das Weiße) zusammen aufkochen. Abkühlen lassen, dann den ausgepressten Saft hinzufügen. In einer offenen Aluminiumform ins Gefrierfach stellen und kurz vor dem Anfrieren durchmischen, wieder ins Gefrierfach stellen und einige Male wiederholen.

Am besten mit Savoiardis zu genießen.

Dieses einfache und aromatische Rezept ist die günstigste Variante, einen kurzen Ausflug nach Sizilien zu machen. Schmecken, Augen zu und dort.

*Agli agrumi heißt auf Sizilien: Alles, was man an Zitrusfrüchten auf den Feldern finden kann.*



## Liquore agli agrumi di Zio Salvatore

*500 ml reiner Alkohol (95 Vol%), 3 kleine ungespritzte Orangen, 3 kleine ungespritzte Mandarinen, 1 ungespritzte Pomeranze, 2 ungespritzte Zitronen (Feminello, Verdello oder Monachello), 600 ml Wasser, 250 g Zucker*

Die Zitrusfrüchte unter warmem Wasser waschen. Mit einem scharfen Küchenmesser die obere Schicht der Schale dünn abhobeln (es darf nichts Weißes dabei sein). Die Schalen in ein verschließbares Glas geben, mit dem Alkohol aufgießen und kühl und dunkel für ca. vier Wochen lagern. Dann den Zucker und das Wasser zusammen aufkochen und den so gewonnenen Zuckersirup abkühlen lassen. Den Alkohol durch ein Sieb laufen lassen und mit dem Sirup verrühren. In Flaschen abfüllen und kalt servieren.

Als mein Zio uns diesen Likör das erste Mal nach einem üppigen Mahl auf seinem Hof kredenzte, waren auch seine Freunde von der Freiwilligen Feuerwehr aus Santa Croce anwesend. Es war ein denkwürdiger Abend. Gut, dass es keinen Brand gab. Ich hätte vorsichtig die Arbeitstauglichkeit der Pompieri angezweifelt.



## Pizza Originale di Gianni

*Teig für 11 Pizzen: 1 l lauwarmes Wasser, 50 g Meersalz, 3 g frische Hefe, 1,7 kg Doppio-Zero-Mehl, ein paar Handvoll Semola*

Das Salz in einer Schüssel mit dem lauwarmen Wasser auflösen. 10% des Mehles und die Hefe einrühren und kurz warten. Darauf das restliche Mehl zufügen und verkneten, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. 5 Minuten ruhen lassen, danach für 15 Minuten gut durchkneten, bis die Teigoberfläche ganz glatt ist. Anschließend eine große Kugel formen und in eine Schüssel legen, die mit einem feuchten Tuch bedeckt wird. Zwei Stunden ruhen lassen. Danach den Teig mit einem Spatel in ca. 250 Gramm große Kugeln aufteilen. Diese kommen dann in eine Gärkiste, in der sie an einem kühlen Ort mit etwa 10 cm Abstand etwa acht Stunden lang aufgehen. Für die Bearbeitung empfiehlt sich, die Arbeitsfläche mit einigen Handvoll Semola zu bestreuen. Die Teiglinge sollten nicht ausgerollt, sondern liebevoll auseinandergezogen und dann in die Luft geworfen werden. Nur so bleibt die saftige Luftigkeit des Teigs erhalten. Belag: Die echte italienische Pizza besteht aus reinen Zutaten. Die Tomatensoße sollte von hoher Qualität und ausreichend gesalzen sein, aber keine Gewürze wie Knoblauch, Oregano oder Thymian enthalten. Der Käse sollte vorzugsweise ein hochwertiger Mozzarella di Bufala sein. Basilikum oder roher Schinken werden erst nach dem Backen aufgelegt.

In unserer Familie sind Pizza-Abende immer besondere Abende. Dann wird in der Küche der Pizzaofen aufgebaut und die Schälchen mit den Zutaten stehen in Reihe auf der bemehlten Arbeitsplatte. Und ob jung oder alt, jeder möchte mal ran und Pizzaiolo sein.

*Gianni im „Il Gattopardo“, ca. 1973*



*Ein Schuss Colatura zur  
Pasta geht immer.*



## Linguine alla Colatura di Alici di Franca

*Für 2 Personen: 250 g Linguine, am besten aus Gragnano (mit rauher Oberfläche), Olivenöl, 1 Chilischote, 1 Knoblauchzehe, zwei Esslöffel Colatura di Alici, 1 Handvoll Ciliegini di Pachino (Kirschtomaten) 1 Bund Petersilie, eine halbtrocknete Tomate*

Die Linguine in das kochende, wenig gesalzene Wasser geben. Währenddessen den Knoblauch und die Chilischote putzen und in Streifen schneiden. Anschließend in einer großen Pfanne mit einem Schuss Olivenöl erwärmen, eine Kelle vom Nudelwasser und zwei Esslöffel Colatura zugeben und die noch nicht ganz fertig gekochten Nudeln aus dem Wasser in die Pfanne heben. Die geviertelten Tomaten zugeben und unter Rühren fertig garen, bis sich eine cremige Konsistenz bildet und die Pasta al dente ist. Die Petersilie darüberstreuen, auf Teller verteilen und auf jede Portion eine in Öl eingelegte, halbtrockene Tomate setzen.

Das herzhaftes Sardellenaroma der Colatura ist ein wahres Wunderwermittel für alle möglichen Speisen. Die Geschichte besagt, dass Sophia Loren ihre Tomatensoße am Ende immer mit einigen Bällen kalter Butter verfeinert hat, die sie vorher mit geriebenen Sardellen verknetet hatte. Wer das jemals ausprobiert hat, möchte es nie wieder missen.

*Egal, wie satt die Gäste sind,  
Creme Caramel geht immer.*



## Creme Caramel di Carla

*Für 12 Creme-Caramel-(Aluminium-)Förmchen: 8 Eigelb, 4 ganze Eier, 200 g Zucker, 2 Vanilleschoten ausgekratzt, 1 l kalte Milch, 170 g Zucker für Karamell*

Eier und 200 g Zucker schaumig rühren, dann die kalte Milch dazugeben. Weiteren Zucker mit etwas Wasser im Topf karamellisieren, die Böden der Förmchen mit dem flüssigen Karamell bedecken (härtet sofort aus), danach die kalte Milch-Ei-Mischung darübergießen. Alles in einem Wasserbad in den Ofen stellen und bei 150 Grad etwa 1 Stunde erhitzen.

Nach dem Herausnehmen kaltstellen und am besten erst am nächsten Tag stürzen.

Wir haben zuhause noch die klassischen kleinen Aluminium-Caramelförmchen aus dem Il Gattopardo. Ich habe Förmchen dieser Art nie wieder irgendwo gefunden und hüte sie wie meinen Augapfel. Man kann die Creme allerdings auch gut in einem großen feuerfesten Gefäß zubereiten. Der Moment, wenn der riesige Pudding gestürzt wird und die Caramelsoße langsam auf den Teller läuft, ist spektakulär.



*Carmelo, Salvatrice und „Tita“, ca. 1968*

## Insalata di Finocchio come piaceva al Nonno

*Für 2 Personen: 2 Fenchelknollen, 2 Orangen, 1 milde rote Zwiebel,  
10 schwarze Oliven, 3 Esslöffel sizilianisches Olivenöl Extra Vergine,  
nach Belieben einen Löffel gehackte Pinienkerne, Salz, Pfeffer*

Die Fenchelknollen putzen und in feine Streifen hobeln. Die Orangen filetieren und den Saft auffangen. Die Zwiebel schälen und in feine Ringe scheiden.

Aus dem Olivenöl, dem Orangensaft, Salz und Pfeffer eine Emulsion herstellen und mit Fenchel, Orangenfilets, Zwiebelringen und schwarzen Oliven vermischen.

Mit etwas Fenchelgrün und nach Gusto mit gehackten Mandeln oder Pinienkernen bestreuen.

Dieses Rezept ist wie so vieles auf Sizilien aufgrund seiner Schlichtheit und der Güte der Zutaten ein Highlight. Wenn ein Fenchelsalat auf dem Tisch steht, sehe ich in Gedanken Nonno, wie er sich in Vorfreude über die Lippen leckt.

## Sarde a Beccafico

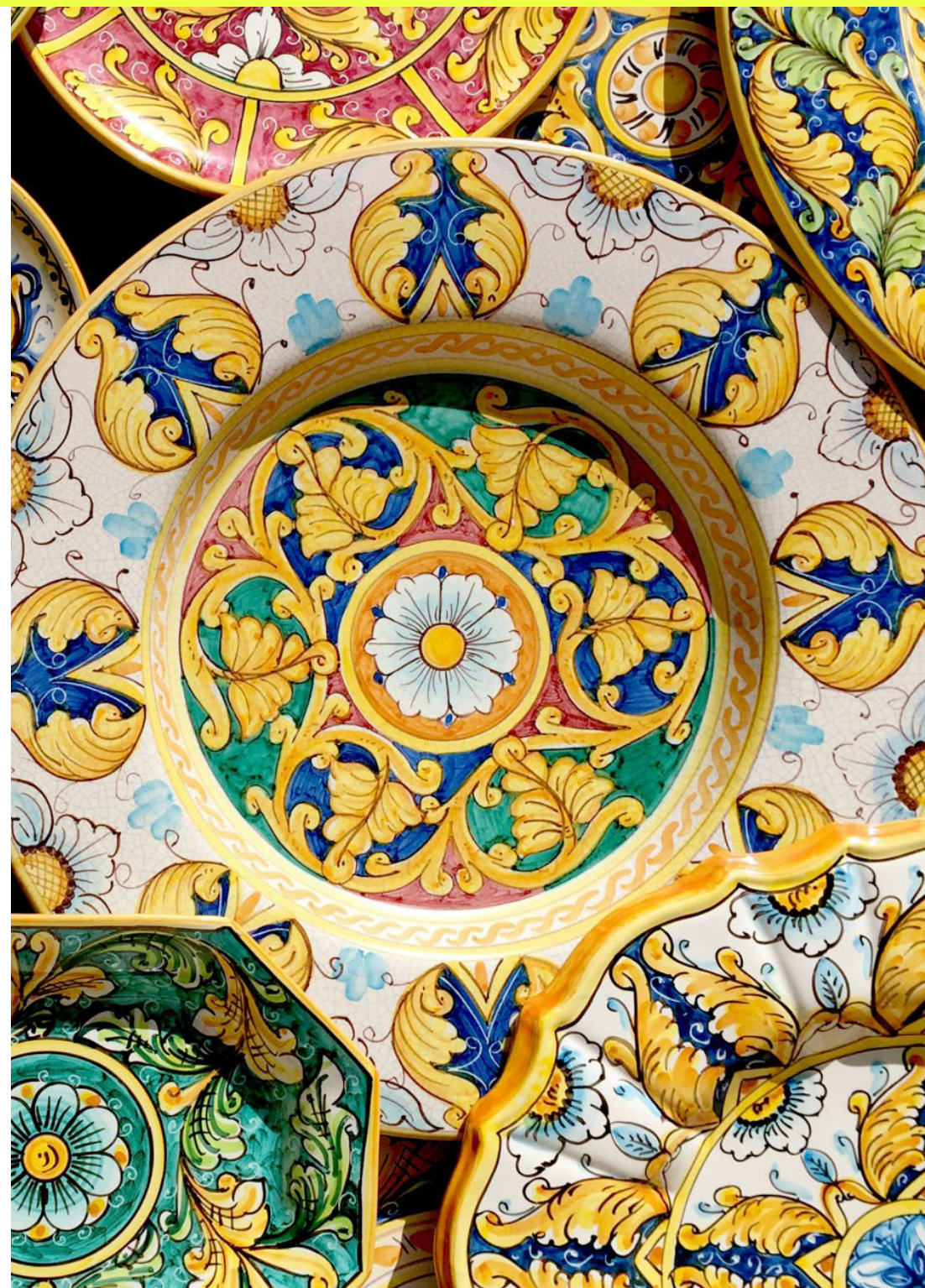
*Für 2 Personen: 500 g ausgenommene, geputzte Sardinen, 2 Sardellenfilets, 100 ml Olivenöl, 50 g Pangrattato, 25 g Pecorino, 25 g Rosinen, 2 Esslöffel gemahlene Pinienkerne, 1 Esslöffel Petersilie, frische Lorbeerblätter, eine Feminello-Zitrone, ½ Teelöffel Colatura di Alici, Salz, Pfeffer*

Die Rosinen in lauwarmem Wasser einweichen und anschließend ausdrücken. Die Sardinen entgräten, waschen, trocknen und innen und außen salzen.

$\frac{3}{4}$  des Pangrattato in etwas Olivenöl anrösten und anschließend in einer Schüssel mit Rosinen, Pinienkernen, Petersilie, den kleingeschnittenen Sardellenfilets und dem geriebenen Pecorino verrühren, bis alles eine cremige Konsistenz hat, und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Sardinen mit jeweils einem Löffel der Masse füllen, aufrollen und mit Zahnstochern fixieren. (Zahnstocher sollen nach oben zeigen, wie die Beine des Beccafico.) Die Rollen in einer Form nebeneinander platzieren. Frischen Lorbeer auf die Zahnstocher fädeln (oder bei getrocknetem Lorbeer zwischen die Rollen legen). Mit Zitronensaft, Olivenöl und dem restlichen Pangrattato würzen und bei 180 Grad ca.  $\frac{1}{2}$  Stunde im Ofen garen.

Dieses Rezept wurde ursprünglich anstelle von Fisch mit Grasmücken (*beccafichi*) zubereitet, den kleinen Singvögeln, die sich von den Feigen auf der Insel ernähren. Die Jagdgesellschaften der Adligen haben sie in den vergangenen Jahrhunderten zu Tausenden erlegt und anschließend von ihren französischen Köchen auf obige Weise zubereiten lassen. Die arme Landbevölkerung Siziliens konnte sich diese Variante nicht leisten und hat daher eine Zutat verwendet, die immer im Überfluss vorhanden war: Sardinen.





*Gianni (links), ca. 1958*

## Giannis Roux di farina e burro

Butter und Mehl zu gleichen Teilen verkneten und zu kleinen Bällen formen. Anschließend im Kühlschrank oder tiefgekühlt aufbewahren und bei Bedarf zum Andicken von Soßen verwenden.

Dieser kleine Trick meines Vaters macht geschmackstötende Soßenkiller wie Mondamin überflüssig und sollte in jedem Kühlschrank (oder Gefrierschrank) vorhanden sein.

# Hildes Königsberger Klopse

*Für 2 Personen: 500 g Kalbs- oder Rinderhack, 2 Eier, 1 Sardelle, 1-2 Zitronen, Pangrattato, 1 weiße Zwiebel, 2 Lorbeerblätter, 3 Pimentkörner, 3 Esslöffel Kapern, Colatura di Alici, Sahne, einige Bällchen Roux di farina e burro, Gemüsebrühe, Petersilie, mehlig kochende Kartoffeln (für Italiener Reis, Pfeffer, Salz*

Das Rinderhack mit einem ganzen Ei und einem Eiweiß, Pangrattato (Menge nach Belieben), der zerriebenen Sardelle, der klein gewürfelten weißen Zwiebel und Pfeffer und Salz verkneten. (Gegebenenfalls etwas Wasser dazugeben, falls das Prangrattato die Masse zu fest gemacht hat.) Daraus eiskugelgroße Bälle formen. Die Kartoffeln schälen und aufsetzen. In einem großen Topf die Gemüsebrühe ansetzen, das Wasser der Kapern dazugeben, die Zitronenschale dünn abhobeln (ohne das Weiße) und in die Brühe geben, die Zitrone komplett von weißen Schalenrückständen befreien und in Scheiben schneiden, ebenfalls in die Brühe geben. Mit Lorbeer und Piment zusammen aufkochen, die Fleischbällchen in die Flüssigkeit legen und simmern lassen, bis die Klopse an die Oberfläche steigen. Die Klopse herausfischen und beiseitelegen. Die Flüssigkeit durch ein Sieb gießen und einkochen lassen, bis die gewünschte Soßenmenge erreicht ist. Die Flüssigkeit mit Giannis Roux die farina e burro andicken. Kurz aufkochen, dann etwas abkühlen lassen und unter weiterem Rühren das restliche Eigelb, in Sahne verquirlt, dazugießen. Die Soße darf nicht zu heiß sein, sonst stockt das Eigelb. Zum Schluss ein paar Tropfen Colatura di Alici und die Kapern dazugeben, mit Pfeffer und Salz abschmecken und schließlich die Klopse wieder in die Soße legen. Die Kartoffeln (oder den Reis) mit gehackter Petersilie dazu servieren.

Bis heute habe ich nicht verstanden, wie all diese ursizilianischen Zutaten ihren Weg nach Königsberg gefunden haben. Tasche ist: Es ist ein wunderbares und völkerverbindendes Gericht.





*Sizilien, Santa Croce, ca. 1976, v.l.  
Carla, Salvatrice, Lina, Tita, Peppino,  
Aurora, Daniele, Gianni, Salvatore*



»Manchmal dachte Gianni über die Gemeinsamkeiten seiner zwei Welten nach. Im Grunde genommen waren beides Inseln. Sizilien eingegrenzt vom Meer, Westberlin umschlossen von einer Mauer. ›Lu mari è amaru.«  
Das Meer ist bitter, sagte man auf Sizilien. Zwar gab es Westberlin noch nicht allzu lang, aber das Inselgefühl hier war das gleiche.«

## NOSTALGIA SICILIANA



Patrizia Di Stefano  
Nostalgia Siciliana. Roman  
Gebunden, 384 S.,  
978-3-351-04217-2, € 24.00