



Folge 11

PANSOTI ALLA SALSA DI NOCI – KRÄUTER-MANGOLD-RAVIOLI MIT BAUMNUSSSAUCE

Der einzige Baumnusshain der Schweiz steht im Zürcher Weinland, in Truttikon. Niklaus Zahner erntet dort Nüsse verschiedener Sorten, die direkt verkauft oder zu einem feinen Öl gepresst werden. Seine Ernte ist sehr begehrt, denn es gibt wenige Baumnussbäume in der Schweiz. Allerdings steigt dank der milderen Winter die Zahl junger Baumnussbäume. Anna verarbeitet die Nüsse zu einer Sauce.

REZEPT VON ANNA PEARSON

Pansoti heissen die traditionellen dreieckigen Ravioli aus Ligurien. Sie werden mit Ricotta und verschiedenen Kräutern und grünem Blattgemüse gefüllt und an einer sämigen Baumnusssauce serviert. Die Sauce schmeckt am besten, wenn sie mit frisch geknackten Baumüssen zubereitet wird.

Baumnuss-Sauce

Brot in Milch einweichen und vollsaugen lassen. Parmesan reiben, Knoblauch grob schneiden. Baumnüsse, Parmesan, Knoblauch und Brot in den Cutter geben und zerkleinern. Während die Maschine läuft, Milch und Olivenöl zugeben. Mixen, bis alles püriert ist, es sollen aber noch Nussstücke spürbar sein. Mit Salz abschmecken. Die Sauce ist sehr dick, sie wird später mit Ravioli-Kochwasser zur gewünschten Konsistenz verdünnt. Alternativ kann die Sauce auch in einem grossen Mörser zubereitet werden. Sie hält sich im Kühlschrank einige Tage oder kann eingefroren werden.

Füllung

Mangold waschen und in kochendem Salzwasser 30 Sekunden blanchieren. In Eiswasser abschrecken, Wasser abgiessen und Mangold gut ausdrücken. Grob hacken. Peterliblätter von den Stielen zupfen und grob hacken, Majoran- und Thymianblätter von den Stielen streifen. Mangold und Kräuter einige Minuten in der Butter andünsten, salzen

Für 6 Portionen

Baumnuss-Sauce

- 12 g trockenes Weissbrot ohne Rinde (ca. ½ Scheibe), eingeweicht in
- 1 dl Milch
- 15 g Parmesan am Stück
- ½ Knoblauchzehe
- 100 g Baumnüsse (geschält)
- 35 g Olivenöl
- Salz

Füllung

- 300 g Mangold oder Spinat
- ½ Bund Peterli
- ½ Bund Majoran
- ½ Bund Thymian
- 1 EL Butter
- 250 g Ricotta
- 60 g Parmesan, gerieben
- 1 Ei
- 1 EL Paniermehl

Pastateig

- 180 g Weissmehl und
- 120 g Hartweizendunst oder 300 g Spätzlimehl
- 3 Eier

zum Servieren

- 1 unbehandelte Bio-Zitrone
- frisch geriebener Parmesan
- Pfeffer
- Olivenöl

und etwas abkühlen lassen. Im Cutter zusammen mit Ricotta, Parmesan und Ei pürieren, Paniermehl zugeben, damit die Füllung etwas trockener wird. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bis zum Gebrauch kaltstellen. Die Füllung kann am Vortag vorbereitet werden.

Pastateig

Mehl auf einer Arbeitsfläche zu einem «Vulkan» anhäufen, in der Mitte eine Mulde formen und die Eier hineinschlagen. Mit einer Gabel die Eier verquirlen und etwas Mehl untermischen, sodass das Ei nicht davonfließt. Von Hand zu einer kompakten Teigkugel verkneten: der Teig soll möglichst trocken sein. Hält er nicht zusammen, teelöffelweise Wasser zufügen. Ist der Teig klebrig, mehr Mehl zufügen. Die Teigkugel von Hand mindestens 5 Minuten gleichmässig kneten, bis der Teig schön glatt ist. In Frischhaltefolie einwickeln und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

Pansoti

Den Teig mit der Hand leicht flachdrücken und mit dem Wallholz nach und nach zur gewünschten Dicke auswallen. Die Arbeitsfläche leicht bemehlen, damit der Teig nicht festklebt. Den Teig immer wieder um ein Stück in die gleiche Richtung drehen, sodass ein gleichmässiger, immer grösserer und dünnerer runder Teigfladen entsteht – je dünner, umso besser, jedoch auch umso delikater in der Handhabung.

Um die Pansoti herzustellen, den Teigfladen auf einer mit Spätzlimehl bestreuten Arbeitsfläche mit einem Teigrad in 6–8 cm breite Bahnen schneiden. Jede Bahn in Quadrate schneiden. Espressolöffelgrosse Portionen Füllung in die Mitte der Teigstücke platzieren. Mit einem Pinsel vorzu ganz wenig Wasser auf zwei nebeneinanderliegende Teigränder pinseln. Zu dreieckigen Ravioli formen, dabei möglichst keine Luft einschliessen, die Ränder gut festdrücken. Die fertigen Ravioli auf ein mit Hartweizendunst oder Spätzlimehl bestreutes Blech legen, nochmals mit etwas Dunst/Mehl bestreuen. Ein Backpapier darauflegen, um darauf eine zweite Lage Ravioli zu legen. Die fertigen Ravioli bis zum (baldigen) Verwenden kühl stellen.

Servieren

Baumnußsauce mit etwas Kochwasser zu einer sämigen Sauce verdünnen. Die Sauce bei niedriger Hitze sanft aufwärmen, sie soll nicht kochen. Falls nötig, nochmals mit Salz abschmecken.

Die Ravioli in zwei Töpfen oder in zwei Durchgängen in siedendem Salzwasser al dente kochen (3–4 Minuten, je nach Dicke des Teiges). Mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und in eine Bratpfanne mit etwas geschmolzener Butter geben. Kurz darin schwenken und auf Tellern verteilen. Baumnußsauce darübergeben, etwas Zitronenschale darüberreiben, grob gemahlener Pfeffer darüberstreuen und etwas Olivenöl darüberträufeln. Mit frisch geriebenem Parmesan servieren.



Mit Unterstützung von:

Der Coop Fonds für Nachhaltigkeit unterstützt dieses Projekt.



Schweiz. Natürlich.

Die Arbeit von Hochstamm Suisse unterstützen: Gönnen Sie sich Genuss

Mit grosser Leidenschaft setzen sich Produzenten und Verarbeiter von Hochstamm Suisse für die Erhaltung unserer Hochstamm-landschaften ein. Aus ihrem Obst entstehen Produkte aus der Natur: auf hohen Leitern geerntet, schonend und naturbelassen verarbeitet, natürlich und -gesund.

Mit dem Kauf von Hochstamm Suisse Produkten tragen Sie dieses Engagement mit. Damit mehr Genuss von stolzen Bäume mit Tradition auf Ihren Tisch kommt.

www.hochstamm-suisse.ch
www.hochstamm-blog.ch



HOCHSTAMM
SUISSE