



Cornelia Schinharl  
Beat Koelliker

# QUINTO QUARTO

Von Kopf bis Fuss, von Herz bis Niere  
Klassische Rezepte  
aus der römischen Küche

Bollito	18.00	macinato	20.00
Spezzato	20.00	Rolle	20.00
macinato	20.00	Formara	20.00
umido	20.00	Ossobuchi	20.00
		Stinchi	20.00
<i>il quinto quarto</i>			
Trippla	10.00	Cervello	20.00
Pagliata		Zampi	10.00
Coda	12.00	Capoccia	20.00
Fegato	22.00	Lingua	18.00



Cornelia Schinharl  
Beat Koelliker

# QUINTO QUARTO

Von Kopf bis Fuß, von Herz bis Niere  
Klassische Rezepte aus der römischen Küche

AT Verlag

© 2015

AT Verlag, Aarau und München

Lektorat: Nicola Härms, Rheinbach

Fotos: Michael Schinharl, München, [www.michaelschinharl.de](http://www.michaelschinharl.de)

Bildaufbereitung: Vogt-Schild Druck, Derendingen

Druck und Bindearbeiten: Printer Trento, Trento

Printed in Italy

ISBN 978-3-03800-887-3

[www.at-verlag.ch](http://www.at-verlag.ch)

# INHALT

7	Vorwort: Die neue Lust auf Fleisch	<b>Die Rezepte</b>
11	Anna – macellaia, contadina, cuoca	17 ANTIPASTI
43	Campo de' Fiori	61 PRIMI
55	Annibale, der Gentiluomo mit der Metzgerschürze	99 SECONDI
81	Die jüdische Küche Roms	183 VERDURE
93	La Pajata	219 Dank
95	Der Monte Testaccio und der Mattatoio	219 Die Autoren
179	Mit Anna auf dem Markt	221 Rezeptverzeichnis
215	Sind Innereien gesund?	



23	Füße von Schwein und Kalb
29	Zunge
37	Guanciaie
75	Hühnerinnereien
83	Schweinemagen und Schweinenetz
101	Ochsenschwanz
107	Maske und Backe
117	Leber
133	Herz
145	Schwarte
149	Kutteln
153	Coratella
161	Bries, Milken
165	Milz
171	Nieren



Anna Dente

# ANNA – MACELLAIA, CONTADINA, CUOCA

## IL NORCINO, DER SCHWEINEMETZGER

Bis noch vor wenigen Jahrzehnten muss es in den Dörfern rings um Rom geradezu gewimmelt haben von Schweinen, selbst in den Vororten der Stadt hielten die Familien ihr Hausschwein, manchmal auch zwei oder drei. Gemästet wurden diese Tiere mit den Küchen- und Gartenabfällen, den Resten aus der nahen Trattoria und mit allem, was essbar war auf den großen Abfallhalden rund um die Stadt. Annibale erzählt, die Schweine seien dort manchmal so zahlreich gewesen, dass die Besitzer sie sogar verschenken mussten, um der Plage Herr zu werden.

Im Dezember kam dann der Schlachttag, das war die große Zeit des *norcino*, des Schweinemetzgers. Zwei bis drei Tage lang wurden die Tiere auf Diät gesetzt, dann bekamen sie die Henkersmahlzeit, wurden währenddessen betäubt und mit einem scharfen Messer gestochen. Das frische Blut wurde aufgefangen, die Schwarte abgebrüht und rasiert. Man begann am frühen Morgen, und die ganze Familie war beschäftigt, denn es gab viel zu tun, und alles musste schnell gehen. Das Schwein wurde aufgebrochen und zerlegt, die Teile sortiert: Einiges wurde noch am Schlachttag gegessen, anderes bald danach, der größte Teil aber zu Würsten verarbeitet, eingesalzen, zum Trocknen aufgehängt oder geräuchert.

Mitten im Schlachtbetrieb stand als ruhender Pol und Dirigent der *norcino*. Er war der Chef, arbeitete ruhig und umsichtig, gab Anweisungen. Von seinem Können und seiner Erfahrung hing alles ab. Die Arbeit am Schlachttag war der spektakuläre Auftakt zur Verarbeitung des Hausschweins, die sich dann über das ganze Jahr hinzog. Der *norcino* begleitete die Entwicklung der zum Trocknen aufgehängten Würste und Schinken. Wusste, wann man sie nachwürzen oder nachsalzen musste und wann sie schließlich ausgereift waren. Ein guter *norcino* war meist auch ein guter Koch. Er wusste von jedem Fleischstück, wie man es am besten zubereitete. Bei großen Festen rief man ihn, bei Hochzeiten, Taufen, Firmungen, denn dabei kamen oft hundert und mehr Gedecke auf den Tisch. Und wieder durfte nichts schiefgehen. Auch dafür garantierte der *norcino*. Und wieder war er, wie schon am Schlachttag, der ruhende Pol und Dirigent im Getümmel.

## ANNA, DIE METZGERIN

Annas Vater Emilio war *norcino*, dessen Vater Eugenio war *norcino*, dessen Vater ebenso, und so setzt sich die Tradition fort bis zu den Anfängen der Zeit. Emilio war hoch angesehen und sein Organisationstalent bei großen Festen legendär. Viele hielten ihn für den besten *norcino* der ganzen Provinz Rom. Man nannte ihn sogar »il chirurgo«. 1947 eröffnete er mit seiner Frau in San Cesareo die »Macelleria Norcineria Emilio«. Hier verkauften sie neben Schweinefleisch auch Rind, Lamm, Ziege und Geflügel. Die ganze Familie lernte von Emilio das Handwerk, seine Brüder, Annas Mutter Maria und schließlich auch Anna selbst.

Im zarten Alter von gerade mal sechs Jahren drehte sie bereits die Handkurbel an der Wurstmaschine, mit zwölf stand sie in der Metzgerei an der Theke und wurde Metzgerin. Oft stand sie in dieser Zeit schon um zwei Uhr morgens auf, machte Würste und hatte bis zum Mittag gut hundert Kilo verkauft. Metzgerin blieb sie vierzig Jahre lang, bis zum Tod ihres Vaters 1995. Und in einer Ecke ihres großen Herzens ist sie auch heute noch Metzgerin. Wenn sie in der Küche ihrer Osteria Fleisch schneidet oder Innereien zubereitet, spürt man ihre tiefe Vertrautheit mit den Produkten. Dann ist Anna glücklich: »Adesso faccio la macellaia«, sagt sie und lächelt. »Jetzt bin ich wieder Metzgerin.«

## ANNA, DIE KÖCHIN

Annas Eltern, Großeltern und Urgroßeltern waren wie alle Einwohner der Gegend Bauern. Jeder hatte einen Flecken Land, wo er das Gemüse für die Küche, das Getreide für Brot und Pasta, die Reben für den täglichen Tischwein und neben Hühnern und Schafen auch das Hausschwein zog. Viele hatten wie Annas Vater zwar einen offiziellen Beruf, aber die Lebensgrundlage war immer das eigene Stück Land und die Arbeit auf dem Feld.

Auch Annas Familie besaß in San Cesareo einige Hektar Grund und Boden und war weitgehend selbstversorgend. Anna musste ganz selbstverständlich überall mit anpacken. Rückblickend sagt sie: »Quanto lavoro, ma quanta soddisfazione!« (»Wie viel Arbeit, aber auch wie viel Befriedigung«). Damals habe sie alles über Gemüse, Obst, Kräuter und Getreide gelernt, das meiste von ihrer Nonna Natalina, die im gleichen Haushalt wohnte.

Die Ferien verbrachte sie bei ihrer kinderlosen Tante Ada in Rom, die mehrere Osterie führte. Anna war fasziniert von den Töpfen und Pfannen, von den Gerüchen und Geschmücken. Zia Ada war eine großartige Köchin. Hier kochte Anna mit acht Jahren ihren ersten Sugo. Und hier packte sie die Leidenschaft für die wahre »cucina romana«. Ihre Lehrer waren Vater Emilio und Zia Ada, Nonno Eugenio und Nonna Natalina und die Brüder ihres Vaters. »Ihnen verdanke ich alles, *sono una macellaia, contadina, cuoca*, ich bin eine Metzgerin, eine Bäuerin und eine Köchin.«

## DIE OSTERIA DI SAN CESARIO

Annas Vater starb früh. Als einzige Tochter musste sie in seine Fußstapfen treten. Aber eine Metzgerei, eine »Macelleria-Norcineria«, weiterführen, das wollte und konnte sie nicht. Sie liebte die römische Küche, die »cucina di campagna«, die ländliche Küche, die Cucina des »Quinto Quarto«, diese wunderbare, einfache Küche der armen Leute. Mit ihr war sie aufgewachsen, sie kannte alle ihre Ge-

*Nichts, aber auch gar nichts kommt ungeprüft in Annas Kochtopf.*





heimnisse, hatte das Wissen von Generationen in sich aufgenommen. Nun war sie gut fünfzig Jahre alt, und ein fast missionarischer Eifer trieb sie, ihre Erfahrungen weiterzugeben, damit diese Kultur erhalten bleibt.

Sie gründete die »Osteria di San Cesario«. Ihre Philosophie war klar: »*Voglio cucinare i piatti di mia mamma Maria, di nonna Natalina, quelli di nonno Emilio, di nonno Eugenio e di zia Ada.*« Sie will die Gerichte kochen, die sie in der Familie von ihren Vorfahren gelernt hat. In ihrem Buch *Al dente come Anna* beschreibt sie, was dann geschah. Zuerst kamen Auswärtige, dann aber kamen die älteren Römer, »und es hat mich zu Tränen gerührt, als sie mir sagten, sie hätten nicht mehr gehofft, nochmals die Gerichte ihrer Kindheit zu essen, Gerichte, die sie an die Mamma und die Nonna erinnerten«. Dann kamen auch die Jungen aus der Stadt, Journalisten, Gastrokritiker von Restaurantführern, und schließlich kam auch das Fernsehen.

Anna und ihre »Osteria di San Cesario« waren berühmt. Vor der Eröffnung ihrer Osteria war Anna außer auf ihrer Hochzeitsreise nach Frankreich und Spanien nur ein einziges Mal im Ausland gewesen. Jetzt erhielt sie als »Ambasciatrice della Cucina Romana« Einladungen in die ganze Welt, in die USA, nach Tokio. Anna hat mitgeholfen, einen großen Schatz aus der Vergangenheit in die Zukunft zu retten. Sie weiß es und ist mit einem bescheidenen Erröten zu Recht stolz.

*Die Augen von Anna als junge Schönheit wachen noch heute über die Tische der Osteria, wo sie als reife Frau die Zügel übernahm und heute die Bühne souverän beherrscht.*



## ROGNONI D'AGNELLO CON POMODORINI E FUNGHI

Lammieren auf Cherrytomaten und Pilzen

Wer bei seinem Metzger gemischte Lamminereien bestellt, sollte unbedingt sagen, dass er auch die Nieren haben möchte und gerne noch zwei extra dazunimmt. Lammieren sind wunderbar zart und haben ein Aroma, das sich sowohl mit Tomaten als auch mit Pilzen ausgezeichnet verträgt.

### Für 4 Personen

- 4 Lammieren (ca. 200 g)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zweig Rosmarin
- 150 g Cherrytomaten
- 1 Zweig Basilikum
- 5 EL Olivenöl
- Salz
- etwas getrockneter Peperoncino,  
zerkrümelt
- 200 g Champignons  
oder Egerlinge
- 1 Frühlingszwiebel
- 2 Zweige Petersilie
- 1 Stück Schale einer  
unbehandelten Zitrone
- Salz, frisch gemahlener  
schwarzer Pfeffer
- 8 mittelgroße Scheiben  
Bauernbrot
- 2 EL Balsamicoessig

Den Backofen auf 250 Grad vorheizen. Die Nieren kalt abspülen und trocken tupfen, dann der Länge nach halbieren und die reinweißen Teile mit einem scharfen Messer gründlich herausschneiden.

Den Knoblauch halbieren. Den Rosmarinzweig ebenfalls halbieren. Die Tomaten klein würfeln. Die Basilikumblättchen abzupfen und fein hacken. Die Tomaten mit dem Basilikum und 1 Esslöffel Öl verrühren und mit Salz und Peperoncino abschmecken.

Von den Pilzen die Stielenden abschneiden. Die Pilze mit feuchtem Küchenpapier sauber abreiben, halbieren und die Hälften in dünne Scheiben schneiden. Die Frühlingszwiebel der Länge nach halbieren, dann quer fein schneiden. Die Petersilienblättchen abzupfen und mit der Zitronenschale fein hacken.

In einer Pfanne 2 Esslöffel Öl erhitzen. Die Pilze darin bei mittlerer bis starker Hitze unter Rühren 3–4 Minuten braten, bis sie gebräunt sind. Die Frühlingszwiebel unterrühren und noch kurz weiterbraten. Die Petersilie untermischen und die Pilze mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Pilze warm halten.

Die Brotscheiben auf dem Rost im heißen Ofen etwa 4 Minuten knusprig backen.

Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen. Die Nierenhälften einlegen und bei mittlerer Hitze 2 Minuten braten. Wenden, den Knoblauch und den Rosmarin in die Pfanne geben und die Nieren nochmals 2 Minuten braten.

Jeweils 2 Brotscheiben auf vier Tellern verteilen. Je 1 Brotscheibe mit Tomaten und die andere mit Pilzen belegen. Die Nieren mit Salz und Pfeffer würzen und auf jedes Brot eine Nierenhälfte legen. Den Bratfond mit dem Balsamico ablöschen. Den Balsamico leicht einkochen lassen, dann über die Brote mit den Pilzen träufeln. Die Brote sofort servieren.



## MALTAGLIATI AGLI ASPARAGI

### Nudelflecken mit Spargel

»Schlecht geschnitten« wird diese selbst gemachte Pasta genannt, weil die Nudelplatte mit einem großen Messer in unregelmäßige Stücke geteilt wird. Anna Dente macht sie gerne aus Vollkornmehl, wir haben uns für eine Mischung aus dunklem und hellem Mehl entschieden. Und den wilden Spargel, den Anna ganz in der Nähe von San Cesareo findet, ersetzen wir durch kultivierten. Aber auch diese Variante kann sich durchaus sehen und schmecken lassen!

#### Für 4 Personen

##### Für die Pasta:

150 g Weizenvollkornmehl  
150 g helles Weizenmehl  
1 EL Olivenöl  
Salz

##### Für den Sugo:

2 Frühlingszwiebeln  
2 junge Knoblauchzehen  
300 g grüner Spargel  
100 g Guanciale in dünnen  
Scheiben  
1 EL Olivenöl  
50 ml Gemüsebrühe oder Wasser  
Salz  
etwas getrockneter Peperoncino,  
zerkrümelt  
4 EL Pecorino romano,  
frisch gerieben

Für die Pasta das Mehl mit dem Öl, 1 gestrichenen Teelöffel Salz und etwa 150 ml Wasser zu einem glatten geschmeidigen Teig verkneten. Den Teig zu einer Kugel formen, in ein Küchentuch wickeln und bei Zimmertemperatur etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig noch einmal durchkneten und auf wenig Mehl zu einer möglichst dünnen Platte ausrollen. Mit einem langen großen Messer in unregelmäßige Rauten schneiden. Die Nudelflecken leicht mit Mehl mischen und auf einem Küchentuch ausbreiten.

Für den Sugo die Frühlingszwiebeln der Länge nach halbieren und quer in feine Streifen schneiden. Den Knoblauch in dünne Scheiben schneiden. Den Spargel von den holzigen Enden befreien und in knapp 1 cm breite Stücke schneiden.

Den Guanciale in feine Streifen schneiden und in einem Topf unter Rühren bei mittlerer Hitze erwärmen, bis er glasig und ein Teil des Fettes flüssig wird. Dann mit dem Schaumlöffel herausheben, abtropfen lassen und beiseitestellen. Das Öl zum Speckfett geben und die Zwiebeln, den Knoblauch und den Spargel darin unter Rühren einige Minuten andünsten. Die Hitze soll dabei nicht zu stark sein, damit der Knoblauch nicht verbrennt und bitter wird. Die Brühe oder das Wasser angießen, das Gemüse mit Salz und Peperoncino würzen und offen etwa 5 Minuten köcheln lassen.

In der Zwischenzeit für die Pasta reichlich Wasser zum Kochen bringen und salzen. Die Maltagliati darin etwa 2 Minuten al dente kochen.

Einen Schöpflöffel Pastakochwasser abnehmen und beiseitestellen. Die Maltagliati abgießen und nur kurz abtropfen lassen. 2 Esslöffel Pecorino und eventuell etwas Kochwasser zum Spargel geben, gut verrühren und noch etwa 1 Minute ziehen lassen.

Inzwischen den Guanciale in einer kleinen Pfanne noch einmal heiß werden lassen. Die Pasta mit dem Spargel auf vorgewärmte Teller verteilen. Den Guanciale daraufstreuen und alles mit dem restlichen Pecorino servieren.





## SCHWEINEMAGEN UND SCHWEINENETZ

Schweinemagen kennt man bei uns eigentlich nur als Hülle für Wurst oder Braten wie beim Pfälzer Saumagen. In der römischen Küche wird er aber auch gekocht und zu einem Pastasugo verarbeitet. Schweinemagen ist dünner und fester in der Konsistenz als Kutteln und hat einen feinen Geschmack.

Für den Sugo müssen Sie bei Ihrem Metzger keinen ganzen Schweinemagen bestellen; er darf ihn ruhig aufschneiden, denn für die Zubereitung wird er sowieso in kleine Stücke geschnitten. Ganz erfordert er vom Metzger mehr Sorgfalt und Mühe.

Schweinemagen wird in einem Sud mit Gemüse, Kräutern und Gewürzen gekocht, bis er weich ist. Doch auch gegarter Magen hat einen angenehm festen Biss. Der Sud schmeckt allerdings nicht besonders gut, diesen also besser wegschütten und nicht als Brühe verwenden.

Das Schweinenetz ist die netzartige Haut des Bauchfells. In der Küche wird es wie der Magen zum Einhüllen verwendet, zum einen, weil es den Inhalt, wie zum Beispiel eine Hack- oder Wurstmasse zusammenhält, und zum anderen, weil es zarte Teile wie die Schweineleber vor dem Austrocknen schützt. Denn beim Garen schmilzt das Fett des Schweinenetzes.

Bekommt man das Schweinenetz beim Metzger ganz frisch, kann man es so, wie es ist, in beliebige Stücke schneiden und direkt verwenden. Ist es schon etwas trocken, legt man es kurz in lauwarmes Wasser. Darin wird es in kurzer Zeit wieder geschmeidig. Dann einfach abtropfen lassen, trocken tupfen und verwenden.



## CODA IN BRODO

### Ochsenschwanzsuppe

Schon lange bevor man die Königin des »Quinto Quarto«, die »Coda alla vaccinara«, zur berühmtesten Spezialität verfeinert hatte, wurde Ochsenschwanz zubereitet. Und zwar fast immer in reichlich Flüssigkeit. Wir haben das eher einfache Gericht mit getrockneten Steinpilzen und frischem Gemüse aufgepeppt.

#### Für 4 Personen

10 g getrocknete Steinpilze  
 1 kg Ochsenschwanz in Stücken  
 Salz, frisch gemahlener  
 schwarzer Pfeffer  
 1 Zwiebel  
 2 Karotten  
 2 Stangen Staudensellerie  
 je 1 Zweig Rosmarin und Salbei  
 2 EL Olivenöl  
 1 TL schwarze Pfefferkörner  
 2 frische oder getrocknete  
 Lorbeerblätter  
 300 g Cime di rapa, ersatzweise  
 1 große Handvoll Spinat und  
 200 g Brokkoli  
 1 EL Tomatenmark  
 2 Knoblauchzehen  
 ½ Bund Petersilie  
 4 Scheiben Bauernbrot

Die Steinpilze in einer Schüssel mit ¼ l lauwarmem Wasser bedecken und etwa 15 Minuten quellen lassen.

Inzwischen den Ochsenschwanz kalt abspülen und trocken tupfen. Die Stücke mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel, Karotten und Sellerie in grobe Stücke schneiden. Die Kräuter abzupfen und grob schneiden. Die Steinpilze aus dem Wasser nehmen und grob hacken. Das Einweichwasser durch eine Filtertüte gießen.

In einem großen Suppentopf das Öl erhitzen und die Ochsenschwanzstücke darin rundherum anbraten. Die Steinpilze, die Zwiebel, das Gemüse und die Kräuter kurz mitbraten. Etwa 2½ l Wasser und die Einweichflüssigkeit von den Pilzen dazugeben und zum Kochen bringen. Die Pfefferkörner in ein Tee-Ei geben und mit den Lorbeerblättern dazugeben. Die Flüssigkeit salzen und die Suppe offen bei mittlerer Hitze etwa 2½ Stunden garen, bis das Fleisch fast von den Knochen fällt. Die Flüssigkeit soll dabei nicht sprudelnd kochen, sondern nur leise sieden.

Die Suppe sieben und wieder in den Topf geben. Das Fleisch etwas abkühlen lassen, von den Knochen lösen und in Stücke schneiden.

Die Cime di rapa waschen und von den ganz dicken Stielen befreien. Die kleinen Röschen ablösen und die Blätter in Stücke zupfen. Die Suppe wieder zum Kochen bringen und das Tomatenmark untermischen. Den Knoblauch fein hacken und dazugeben. Die Suppe mit Salz und Pfeffer abschmecken, die Cime di rapa dazugeben und etwa 5 Minuten in der Suppe garen. Inzwischen die Petersilienblättchen abzupfen und fein hacken. Die Brotscheiben rösten.

Das Fleisch wieder in die Suppe geben und erhitzen. Das Brot in Suppenteller verteilen. Jeweils mit Ochsenschwanzsuppe übergießen, mit etwas Petersilie bestreuen und sofort servieren.



## GUANCE DI MANZO AL VINO ROSSO

### In Rotwein geschmorte Rinderbacken

In der Osteria di San Cesario werden die Backen am liebsten in Cesanese geschmort, einem Wein, der ganz in der Nähe produziert wird. Dazu kommen Gemüse und Kräuter und vor allem viel Geduld. Denn bis die Backen schön mürbe sind, braucht es um die drei Stunden. Die Menge orientiert sich in diesem Fall eher an den italienischen Gepflogenheiten mit vorangehendem Antipasto und/oder Primo. Wer die Backen als einziges Gericht servieren will, sollte besser zwei zubereiten – die Saucenmenge bleibt fast gleich, einfach etwas mehr Wein nehmen.

#### Für 4 Personen

- 1 Rinderbacke (ca. 550 g)
- Salz, frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- je 2 Zweige Rosmarin, Salbei, Thymian und Minze
- 2 große Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 2 Stangen Staudensellerie
- 4 EL Olivenöl
- 1 EL Tomatenmark
- ¾ l trockener Rotwein
- 1 Gewürznelke
- 1 TL Wacholderbeeren
- 1 TL Honig
- 2 Zweige Petersilie

Von der Rinderbacke alle Sehnen abschneiden. Die Rinderbacke kalt abspülen und trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Kräuter von den groben Stielen befreien und fein schneiden. Die Zwiebeln, den Knoblauch, die Karotten und den Sellerie sehr fein würfeln.

Das Olivenöl in einem Schmortopf erhitzen. Die Rinderbacke darin von beiden Seiten anbraten und wieder herausnehmen. Das vorbereitete Gemüse mit den Zwiebelwürfeln und den Kräutern ins Bratfett rühren und bei mittlerer Hitze unter Rühren andünsten. Das Tomatenmark einrühren und alles noch etwa 10 Minuten dünsten. Ab und zu umrühren.

Nach und nach ¼ l Wein angießen und jeweils einkochen lassen. Den restlichen Wein dazugeben und aufkochen. Die Gewürznelke und die Wacholderbeeren dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rinderbacke wieder einlegen und bei schwacher Hitze etwa 3½ Stunden schmoren, bis sie schön mürbe ist. Dabei ab und zu wenden.

Die Backe aus dem Sud heben, in Alufolie wickeln und im Backofen bei 80 Grad warm halten. Den Garsud bei starker Hitze etwas einkochen lassen. Dann durch ein Sieb gießen und das Gemüse mit einem Löffel gut ausdrücken. Den Garsud mit dem Honig, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Rinderbacke auswickeln, in sehr dünne Scheiben schneiden und in die Sauce geben.

Die Petersilienblättchen abzupfen und fein hacken. Die Rinderbackenscheiben mit der Sauce auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit der Petersilie bestreut servieren.





## DANK

Es ist keine Floskel, wenn wir sagen, dieses Buch wäre ohne die Hilfe von Anna Dente und Annibale Mastroddi nicht entstanden. Sie tragen die ganze Tradition der römischen Küche des »Quinto Quarto« in sich und haben für uns die Pforten zu diesem Schatz weit aufgeschlossen. Wir haben sie als Informanten gesucht und haben Freunde gefunden. Marco Bolasco von Slow Food hat uns aus seiner tiefen Kenntnis der römischen Tradition und Gastronomie viele Türen geöffnet. Annas Sohn Emilio Ferracci kennt alles und alle und vor allem die Geschichte der römischen Küche seit der Antike. Er hat uns in vielfältiger Weise beraten. Einen ganz besonderen Dank schicken wir in die Metzgerei Probst nach Stettlen, der junge und begeisterungsfähige Thomas Probst hat uns alle Teile des »Quinto Quarto« beschafft, die wir brauchten, um unsere Rezepte eins zu eins zu testen.

## DIE AUTOREN

**Beat Koelliker** Verlagsmensch und Weinautor, hat viele Jahre in Italien gelebt und das Land in allen Ecken bereist. Kultur und Kunst Italiens sind für ihn eng mit der italienischen Lebensart verbunden, zu der Küche und Wein genauso gehören wie Kirchen und Palazzi. Er hat zahlreiche Bücher über Wein geschrieben nach dem Motto »Learning by Tasting«, denn nur was man selbst erlebt hat, kann man auch verstehen.

**Cornelia Schinharl** war schon als Kind mit der Familie in Italien unterwegs und kennt das Land inzwischen vom Norden bis in den Süden. Als erfolgreiche und stets neugierige Autorin zahlreicher und mit vielen Preisen ausgezeichnete Kochbücher zu den unterschiedlichsten Themen ist sie ihrer Vorliebe für die italienische Küche dennoch treu geblieben. Nirgends wird so vielseitig und gut mit wenigen Zutaten gekocht wie hier.

[www.corneliaschinharl.ch](http://www.corneliaschinharl.ch)



# REZEPTVERZEICHNIS

nach italienischen Bezeichnungen

## ANTIPASTI

Bruschetta ai pomodori e guanciale croccante 40  
Bruschetta guanciale e miele 39  
Coppa di testa 20  
Crostini al guanciale 38  
Crostini alla crema di fegato 49  
Crostini alla crema di milza 48  
Frittata con guanciale e pomodori 52  
Insalata di lingua 32  
Insalata di trippa 33  
Insalata di zampetti 26  
Lingua al prezzemolo e olive 30  
Polpette di lingua al pesto 50  
Rognoni d'agnello con pomodorini e funghi 46  
Suppli 34  
Testina di vitello 18  
Zampetti di maiale al verde 24

## PRIMI

Fettuccine ai carciofi 70  
Fettuccine con le regaglie 76  
Fettuccine guanciale e ricotta 64  
Gnocchi alla matriciana 66  
Maltagliati agli asparagi 68  
Maltagliati alla ventricina 84  
Pasta alla carbonara 65  
Pasta e fagioli 88  
Pomodori ripieni 90  
Ravioli di ricotta con piselli e guanciale 86  
Spaghetti alla carrettiera 71  
Spaghetti alla gricia 62  
Tonnarelli al sugo guanciale in bianco 72

## SECONDI

Animelle burro e salvia 158  
Animelle con fiori di zucca ripieni 162  
Animelle con le puntarelle (Variante) 158  
Coda alla vaccinara 104  
Coda in brodo 102  
Collo d'agnello al forno 176  
Coratella alle cipolle (Variante) 156  
Coratella coi carciofi 156  
Coratella coi pomodorini 154  
Cotiche con fagioli 146  
Cuore ai ferri 137  
Cuore di vitello al forno 136  
Cuore in padella 134

Cuori di pollo con catalogna 114  
Fegatelli 124  
Fegato alla veneziana 120  
Fegato al pomodoro 123  
Fegato con uvetta e miele 118  
Fegato panato 122  
Fritto alla romana 112  
Guance di manzo al vino rosso 108  
Guanciale di vitello alle erbe 110  
Guancialini di maiale ai porcini 111  
Lingua con peperoni 142  
Lingua con salsa verde 138  
Lingua in agrodolce 140  
Lingua panata 139  
Milza con pomodori e salvia 166  
Milza in padella 167  
Rognoni alla romana 174  
Rognoni d'agnello con verdure 175  
Rognoni trifolati 172  
Salsicce al forno 130  
Salsiccia di fegato 128  
Stomaci di pollo stufati 119  
Trippa alla romana 150

## VERDURE

Borragine frita 186  
Carciofi alla giudia 190  
Carciofi alla romana 188  
Cavolo nero con patate 208  
Cime di rapa strascinate 198  
Fagioli freschi con pomodori 209  
Fave al guanciale 196  
Fave alla giudia 197  
Funghi porcini trifolati 206  
Insalata in salsa di alici 184  
La Vignarola 194  
Lenticchie con verdure 212  
Peperoni alla romana 200  
Pomodori al forno 204  
Purea di melanzane al limone 210  
Spinaci con uvetta e pinoli 203  
Zucchine alla menta 202

# REZEPTVERZEICHNIS

nach deutschen Bezeichnungen

## ANTIPASTI

Bruschetta mit Backenspeck und Honig 39  
Bruschetta mit Tomaten und Backenspeck 40  
Crostini mit Backenspeck 38  
Crostini mit Leberpaste 49  
Crostini mit Milzcreme 48  
Fleischbällchen mit Pesto 50  
Frittata mit Backenspeck und Tomaten 52  
Kalbsfüße, Salat 26  
Kalbskopf mit Gemüsevinaigrette 18  
Kuttelsalat 33  
Lammieren auf Cherrytomaten und Pilzen 46  
Reisbällchen, frittiert 34  
Schweinefüßchen, gekocht, mit grüner  
Marinade 24  
Schweinskopfsülze 20  
Zunge mit Petersilien-Oliven-Dressing 30  
Zungensalat 32

## PRIMI

Bandnudeln mit Backenspeck und Artischocken 70  
Bandnudeln mit Backenspeck und frischem  
Ricotta 64  
Bandnudeln mit Hühnerklein 76  
Kartoffelgnocchi mit Backenspeck-Tomaten-  
Sugo 66  
Nudelflecken mit Schweinemagensugo 84  
Nudelflecken mit Spargel 68  
Nudelsuppe mit Borlottibohnen und Guanciale 88  
Pasta, selbst gemacht, mit Rindsbackensugo 72  
Ricotta-Ravioli mit Erbsen und Backenspeck 86  
Spaghetti mit Backenspeck 62  
Spaghetti mit Backenspeck und Steinpilzen 71  
Spaghetti mit Ei und Backenspeck 65  
Tomaten, gefüllt 90

## SECONDI

Bries mit gefüllten Zucchini Blüten 162  
Frittierte Gemüse und Innereien 112  
Hühnerherzen mit Catalogna 114  
Hühnermägen, geschmort 119  
Innereien mit Zwiebeln (Variante) 156  
Kalbsbäckchen mit Kräutern 110  
Kalbsbries auf Salatbett (Variante) 158  
Kalbsbries mit Salzeibutter 158  
Kalbsherz aus dem Ofen 136  
Kalbsherz, gebraten 134

Kalbsherz, gegrillt 137  
Kalbsleber in Tomatensauce 123  
Kalbsleber mit Zwiebeln 120  
Kalbsleber, paniert 122  
Kalbsnieren auf römische Art 174  
Kalbsnieren, geschmort 172  
Kalbszunge, gekocht, mit grüner Sauce 138  
Kutteln auf römische Art (in Tomatensauce  
mit Minze und Pecorino) 150  
Lammhals aus dem Ofen 176  
Lamminnereien mit Artischocken 156  
Lamminnereien-Topf mit Tomaten 154  
Lammieren mit Gemüse 175  
Leber mit Rosinen und Honig 118  
Milz, gebraten 167  
Milz, gebraten, mit Tomaten und Salbei 166  
Ochsenschwanz, geschmort 104  
Ochsenschwanzsuppe 102  
Rinderbacken, in Rotwein geschmort 108  
Schweinebäckchen mit Steinpilzen 111  
Schweineleber im Schweinenetz 124  
Schweineschwarte mit Borlottibohnen 146  
Schweinewurst mit Leber 128  
Schweinewürste aus dem Ofen 130  
Zunge mit Paprika 142  
Zungenscheiben, paniert 139  
Zunge süßsauer 140

## VERDURE

Artischocken auf Römer Art (mit Minze  
und Petersilie) 188  
Artischocken, frittiert 190  
Auberginen-Zitronen-Püree 210  
Borlottibohnen, frische, mit Tomaten 209  
Borretschblätter, ausgebacken 186  
Cime di rapa, geschmort 198  
Dicke Bohnen mit Backenspeck 196  
Dicke Bohnen mit geschmortem Salat 197  
Frühlingsgemüse 194  
Linsen mit Gemüse 212  
Ofentomaten 204  
Paprikastreifen in Tomatensauce 200  
Salat mit Sardellendressing 184  
Schwarzkohl mit Kartoffeln 208  
Spinat mit Rosinen und Pinienkernen 203  
Steinpilze, gebraten 206  
Zucchini mit Minze 202