



Björn Freitag kocht grenzenlos köstlich! **Turin und das südliche Piemont**

Inhalt

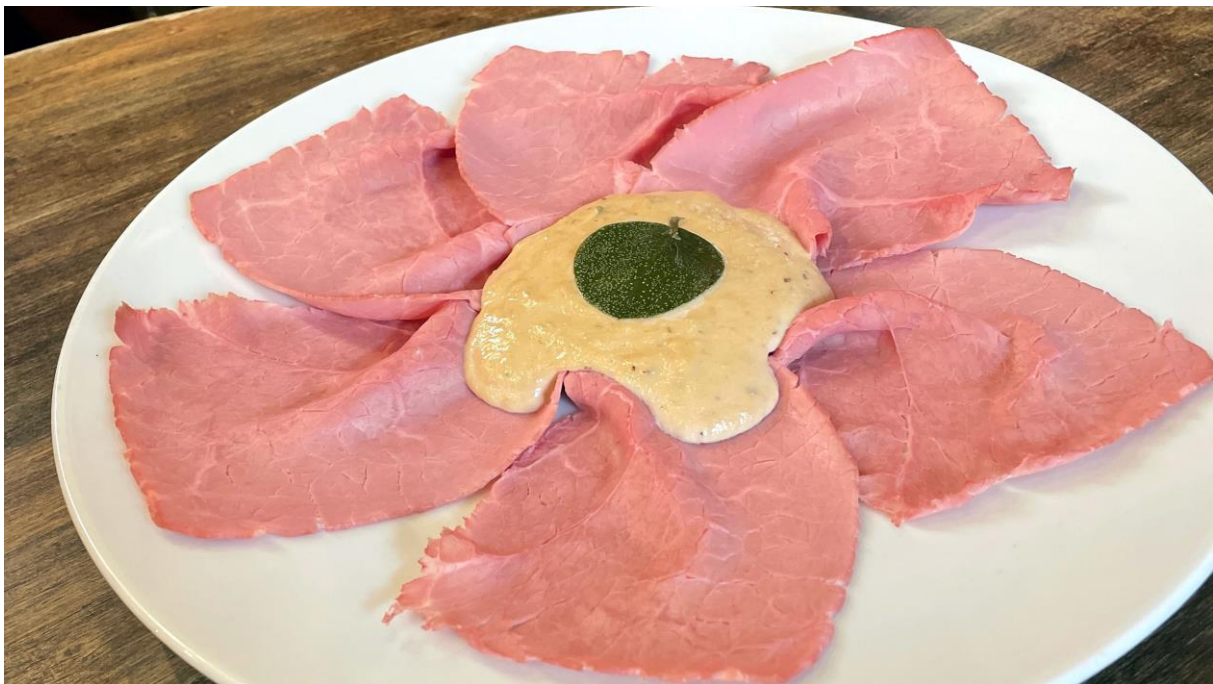
Vitello Tonnato	2
Bicerin	4
Insalata bergera	6

Vitello Tonnato

Rezept von Massimiliano Brunetto

Das weltberühmte Gericht mit Kalbfleisch und Thunfischsoße soll seinen Ursprung im Piemont haben. Vor Jahrhunderten gelangten über die sogenannte Salzstraße (Vie del Sale) mit Salz konservierte Sardellen vom Mittelmeer ins Piemont und hier wurde dann eine Soße damit zubereitet und zum Kalbfleisch serviert. Irgendwann kam dann Thunfisch dazu und bis heute steht das Kultgericht auf fast jeder Speisekarte im Piemont.

In der Hauptstadt Turin ist das Restaurant „Le Vitel Étonné“ in Bezug auf Vitello Tonnato eine Institution. Küchenchef Massimiliano Brunetto ist Meister der piemontesischen Traditionsküche und sein berühmtes Vitello-Rezept ist ein Betriebsgeheimnis. Gemeinsam mit Björn Freitag bereitet er eine typische Variante des Gerichts zu. Es ist ratsam, das Fleisch bereits am Vortag zu garen – man kann es in Gemüse-Weißwein-Sud kochen, Sous-vide-Garen oder im Ofen braten.



Zutaten für 4 Personen:

- 600 g Kalbsbraten z. B. Rücken oder Schulter
- Salz und Pfeffer
- 1 Ei (Zimmertemperatur)
- 1 Eigelb (Zimmertemperatur)

- 1 TL Salz
- 1 EL Weißweinessig
- 180 ml Sonnenblumenöl
- 2 EL Zitronensaft frisch gepresst
- 150 g weiße Thunfischfilets
- 2 eingelegte Sardellenfilets
- 1 EL eingelegte Kapern

Zubereitung:

- **Am Vortag** das Kalbfleisch parieren und nach Belieben mit Küchengarn in eine Runde Form bringen. Fleisch mit Salz und Pfeffer würzen, rundherum anbraten und im Ofen bei ca. 130 °C (Ober-/Unterhitze) garen, bis die gewünschte Kerntemperatur erreicht ist. **Tipp:** 55 °C ist noch medium-rare, ca. 60-65 °C ist der Kern rosa und bei ca. 75 °C ist der Braten durchgegart. Dann fest in Backpapier wickeln und abkühlen lassen.
- **Wahlweise** das Fleisch mit etwas Suppengemüse in Wasser aufkochen, dann Weißwein hinzufügen. Fleisch nach Belieben (Kerntemperatur s.o.) gar ziehen und dann abkühlen lassen, am besten über Nacht.
- Für die Soße Ei, Eigelb, Salz und Essig mit einem Pürierstab in einem hohen Mixbecher kurz aufschlagen, dann das Öl nach und nach hinzufügen, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Sie sollte einen festen Stand haben, ggf. mehr Öl verwenden.
- Thunfisch, Sardellen und Kapern in einem Multizerkleinerer, Standmixer oder mit dem Pürierstab zu einer groben Paste verarbeiten.
- Mayonnaise und Fischmasse in einer Schüssel mit einem Schneebesen verrühren, bis eine gleichmäßige Creme entsteht. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft abschmecken.
- Den kalten Kalbsbraten mit einem sehr scharfen Messer oder mit einer Aufschnittmaschine in etwa 3 mm dünne Scheiben schneiden und auf Tellern oder einer Platte verteilen.
- Soße darauf anrichten. Bei Bedarf mit Kapern oder Rucola garnieren. Sofort genießen oder abgedeckt im Kühlschrank noch etwas ziehen lassen.

Bicerin

Rezept

Bei diesem köstlichen Heißgetränk – es ist das „Nationalgetränk“ von Turin - erfreut man sich an drei Schichten, die unterschiedlicher nicht sein können. Die cremige Sahne küsst zunächst die Lippen, dann folgt die herbe Bitterkeit des Espresso gefolgt von der süßen Schokoladenschicht am Boden der Tasse. Das Wort Bicerin steht für „Gläschen“. Das Original-Rezept hält das Caffè Al Bicerin in der Altstadt von Turin seit seiner Erfindung geheim. Hier ein Annäherungsversuch.



Zutaten für 4 Gläser oder Tassen:

- 250 ml Milch
- 100 g Schokolade zartbitter
- 2 EL Zucker
- 100 g „Crema di latte“ bzw. Schlagsahne
- 4 Tassen Espresso

Zubereitung:

- Milch in einem kleinen Topf erhitzen und die Schokolade darin schmelzen lassen. Nach Belieben mit Zucker abschmecken.
- Sahne halbsteif schlagen.



- Jetzt geht's ans Schichten: Heiße Schokolade auf vier Tassen verteilen. Je einen frisch gebrühten Espresso vorsichtig darauf gießen. Tipp: Über einen Löffelrücken laufen lassen.
- Tassen mit der Sahne auffüllen. Sofort servieren.

Tipp: Vor dem Genuss nicht umrühren!

Insalata bergera

Rezept von Camilla Barroero

Dieser leichte, sommerliche Salat ist eine regionale Salatspezialität in der Langhe und wird von Familie zu Familie etwas anders zubereitet. Basis ist immer frischer, knackiger Staudensellerie, dazu kommen Wal- oder Haselnüsse, Zitronensaft und ein kompakter, leicht säuerlicher Frischkäse aus der Region. Im piemontesischen Dialekt steht der Begriff „Bergera“ für die Hirtin, die die Ziegen, Schafe oder Kühe hütet.

Björn Freitag hat mit Haselnussfarmerin Camilla Barroero von der "Cascina Barroero" in Cortemilia ihre Variante des Salats zubereitet.



Zutaten für ca. 4 Portionen:

- 150 g geschälte Haselnüsse (z. B. piemontesische „Tonda Gentile delle Langhe“)
- 500 g Staudensellerie (nur die Stangen)
- 400 g Ziegenfrischkäse (z. B. Robiola di Roccaverano)
- 4 EL frisch gepresster Zitronensaft
- 4 EL Haselnussöl (alternativ: Olivenöl)
- Salz
- schwarzer Pfeffer frisch aus der Mühle



Zubereitung:

- Haselnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Zugabe von Fett rösten, bis sie gut duften. Dann abkühlen lassen.
- Sellerie putzen, waschen, trocknen. Ggf. die Fasern abziehen. Stangen in sehr feine Scheibchen schneiden.
- Ziegenfrischkäse grob würfeln.
- Öl und Zitronensaft in einer größeren Schüssel aufschlagen und reichlich Salz und Pfeffer hinzufügen.
- Nüsse, Sellerie und Käse in das Dressing geben und alles gut mischen. Vor dem Genuss ruhig noch etwas ziehen lassen.

Tipp: Dazu schmeckt Ciabatta.