



(Pecorino-Käse)

Cima di Rapa

Cima di Rapa - Rübenspitzen oder Stängelkohl

Orecchiette alle cime di rapa

Zutaten (für 2 Personen)

400 g "Cime di rape" (ersatzweise Brokkoliröschen)
180 g "Orecchiette"
1 Knoblauchzehen
2 Sardellenfilets
1 kleiner "peperoncino" (Chilischote), zerkleinert
Olivenöl (extra vergine)

Cime di rapa säubern, die harten Blätter und Stängel entfernen. In reichlichem kochendem Salzwasser die orecchiette etwa 10 Minuten kochen, danach die Cime di rapa hinzufügen und für ein paar Minuten weiterkochen lassen. Inzwischen lässt man in einer Pfanne das Öl erhitzen und dünstet die Knoblauchzehen, den peperoncino und die Sardellenfilets bis Letztere sich aufgelöst haben. Jetzt die abgetropften Orecchiette (mit den Cime di rapa) hinzugeben, vermengen und kurz sautieren.

Auf dem Servierteller mit geriebenem Pecorino bestreuen. Achtung: Puristen aus Apulien versichern, dass für das Originalrezept kein Käse vorgesehen ist

Lauwarmer Salat mit Lima di Rapa

Zutaten (für 4 Personen)

700 g Cima di rapa (Stängelkohl)
1 Knoblauchzehe, gehackt
4-6 Sardellenfilets, gehackt
½ Peperoncino, entkernt, fein gehackt
Rapsöl zum Dämpfen
Salz
ca. 70 g Sbrinz AOP, mit dem Sparschäler in Späne gehobelt

Vom Cima di rapa harte Stängel wegschneiden, dicke Stängel längs halbieren oder vierteln. Stängel und Blätter in ca. 5 cm lange Stücke schneiden, grosse Kohlblüten halbieren.

Cima di rapa in viel siedendem Salzwasser ca. 2 Minuten blanchieren, abgiessen, abtropfen lassen.

Knoblauch, Sardellen und Peperoncino in Öl andämpfen. Cima di rapa zugeben, darin wenden, abschmecken.

Cima di rapa auf Tellern anrichten, mit Sbrinz bestreuen.