

## Folge 5: Parmigiana aus dem Exotengarten

Rezepte von **Jacky Uda**

Alle Mengenangaben für **6 Personen**  
(wenn nicht anders angegeben)

### Gruß aus der Küche: Sardisches Fladenbrot mit Ricotta

#### Zutaten

1 Scheibe Pane Carasau (sardisches Fladenbrot)  
1 Packung Rucola, oder frisch geerntet  
500 g Ricotta  
1 Bund Petersilie  
Schalenabrieb von 1 Zitrone  
Salz und Pfeffer nach Geschmack  
1 Portion Safran (meist in kleinen Mini-Dosen zu erwerben)  
1 Spritzbeutel

#### Zubereitung

Pane Carasau in kleine Stücke brechen und auf einer Servierplatte oder einem Holzbrett zurechtlegen. Auf jedes Stück kommt nun ein Blatt Rucola. Ricotta mit gehackter Petersilie, Salz und Pfeffer vermengen. Zitronenschale abreiben und ebenfalls hinzugeben. Dann eine Portion Safran unterrühren. Anschließend die Masse in einen Spritzbeutel füllen und eine kleine Menge auf jedes Rucola Blatt geben.

### Vorspeise: Sardische Antipasti

#### Zutaten

100 g sardischer Schinken  
100 g sardische Salami  
100 g Oliven  
1 Glas eingelegte Artischocken  
1 Stück sardischer Pecorino  
Eingelegte Paprika  
3 große rote Spitzpaprika  
120 ml Weißweinessig  
250 ml Wasser  
2-3 Lorbeerblätter  
400 ml Olivenöl  
3-4 geschälte Zehen Knoblauch

## **Zubereitung**

Die Paprikas auf den Grill legen und warten, bis sich diese aufblähen. Danach vorsichtig das Kerngehäuse entfernen und die Haut abziehen. Die Paprikas in Stücke oder Streifen schneiden.

Anschließend die Paprikastücke noch einmal auf den Grill legen und von beiden Seiten kurz grillen. Die Paprikas ca. 3 Minuten in 250 ml Weißweinessig und 250 ml Wasser kochen. Kurz trocknen lassen und in ein Glas mit 400 ml Öl füllen.

Je nach Geschmack das Ganze mit Lorbeerblättern und Knoblauch verfeinern. Damit die Aromen sich entfalten können, die eingelegten Paprikas mindestens ein paar Stunden ziehen lassen.

Schinken und Salami in dünne Scheiben schneiden und auf einem Teller drapieren. Das Stück Käse in Streifen oder Würfel schneiden und ebenfalls auf eine Servierplatte legen. Auf einem weiteren Teller oder in separaten Schüsseln die eingelegten Oliven und Artischocken vorbereiten.

Alles zusammen anrichten.

## **Hauptgang: Auberginen-Auflauf Parmigiana**

### **Zutaten Tomatensoße**

18 große frische Tomaten  
Salz, Pfeffer, nach Geschmack  
1 Bund Basilikum  
1 Bund Petersilie  
Knoblauch oder Chili je nach Geschmack

### **Zubereitung**

Frische Tomaten in einer Passiermühle oder mit dem Pürierstab passieren.  
Die Masse in einen großen Kochtopf füllen und auf kleiner Stufe köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer, Basilikum und Petersilie würzen und abschmecken. Je nach Geschmack mit Knoblauch oder Chili verfeinern.

Wenn die gewünschte Konsistenz der Soße erreicht ist, in Gläser abfüllen oder direkt frisch verwenden.

### **Zutaten Parmigiana**

6-7 Gläser Tomatensoße  
6-8 frische Auberginen (je nach Größe)  
1 Liter Frittierfett  
Salz, Pfeffer, nach Geschmack  
250 g geriebenen Mozzarella  
250 g geriebener Parmesan

### **Zubereitung**

Auberginen in dünne Scheiben schneiden (max. 1cm dick).  
Frittierfett in Pfanne füllen und die Auberginenscheiben kurz frittieren, bis sie goldbraun sind.

Danach in ein mit Küchenpapier ausgelegtes Abtropfsieb legen, damit möglichst viel Fett abtropfen kann.

Jede Auberginenscheibe dann von einer Seite mit Salz und Pfeffer würzen. Unten in eine Auflaufform einen Klecks Tomatensoße geben und die erste Schicht frittierte Auberginenscheiben darauflegen. Dann wieder Tomatensoße hinzugeben und mit geriebenem Käse und Parmesan bestreuen.

Das Ganze so lange wiederholen, bis die gewählte Auflaufform gefüllt ist.

Ganz oben ebenfalls eine Schicht Parmesan und geriebenen Käse geben

Danach kommt die Auflaufform für ca. 20-30 Minuten bei 180 Grad Umluft in den Backofen, je nachdem wie stark der obere Käse gebräunt sein soll.

## Dessert: Tiramisu

### Zutaten

1,25 kg Mascarpone

6 Eier

150 g Zucker

10 Tassen Espressokaffee

Löffelbiskuit (Eine Schicht nebeneinander in der gewünschten Form)

Kakaopulver (Mascarponecreme sollte bedeckt sein)

### Zubereitung

6-mal Eigelb vom Eiweiß trennen. Zucker zum Eigelb hinzufügen und zu einer cremigen Masse verrühren. Eiweiß zu festem Eischnee schlagen

Mascarpone zu der Eigelb-Zuckermasse hinzufügen und gut durchmischen. Eischnee mit einem Löffel locker unter die Mascarponecreme unterheben.

Den warmen Espressokaffee am besten in einen tiefen Teller geben und darin die Löffelbiskuits von beiden Seiten kurz eintunken.

Danach die getränkten Löffelbiskuits in der gewünschten Form nebeneinander auslegen. Anschließend die Mascarponecreme gleichmäßig auf den Löffelbiskuits verteilen. Das Ganze glattziehen, kaltstellen und am besten eine Nacht ziehen lassen

Kurz vor dem Verzehr mit einem kleinen Sieb o.ä. eine dünne Schicht Kakaopulver auf dem gesamten Tiramisu verteilen