



Grenzenlos köstlich mit Björn Freitag und Tamina Kallert: Ljubljana - Die grüne Hauptstadt Sloweniens

Inhalt

Bruschetta mit Austern-Mayonnaise, gepökelten Sardinen und Tomaten-Basilikum-Salat.....	2
Brot-Pasta mit Paprika-Mohn-Emulsion und fermentiertem Hüttenkäse.....	5

Bruschetta mit Austern-Mayonnaise, gepökelten Sardinen und Tomaten-Basilikum-Salat

Rezept von Alex Iacoviello

Alex Iacoviello ist der Chefkoch im JAZ, dem Restaurant der slowenischen Sterneköchin Ana Roš. Er vereint Italiens Geschmack und Sloweniens Kreativität – mitten in Ljubljana. Der Spitzenkoch liebt es, Klassiker neu zu denken und mit kreativen Ideen zu überraschen. Für seine Bruschetta setzt er auf die Aromen Italiens: knusprige Focaccia, zarte gepökelte Sardinen und cremige Austern-Mayonnaise - dazu ein frischer Tomaten-Basilikum-Salat. Mediterran, modern und voller Geschmack.



Alle Zutaten für ca. 4 Personen

Für die Focaccia:

- 400 g Weizenmehl Typ 0 (alternativ Typ 550)
- 1 gehäufte TL Salz
- 265 ml Wasser (lauwarm)
- 7 g frische Hefe
- ½ TL Honig
- 1 EL Olivenöl
- 1 Prise grobes Meersalz
- Für die Salzlake: 2 EL Olivenöl + 2 EL Wasser

Zubereitung Focaccia:

- Die Hefe in einer Schüssel im lauwarmen Wasser zusammen mit dem Honig verrühren.
- Mehl und Salz in einer Schüssel mischen.
- Die Hefe/Wasser-Mischung und 1 EL Olivenöl zugeben, dann 8-10 Minuten mit den

Händen zu einem elastischen Teig kneten.

- Den Teig abgedeckt ca. 1-2 Stunden gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat.
- Eine mittelgroße Form leicht einölen, Teig hineinlegen und vorsichtig mit den Fingern eindrücken.
- Mit der Salzlake beträufeln und mit etwas Maldon-Salz bestreuen.
- Im vorgeheizten Ofen bei 220 °C (Ober-/Unterhitze) für ca. 20-25 Minuten goldbraun backen
- Abkühlen lassen und in vier Stücke à ca. 9 × 5 cm schneiden.

Für die Ölkomposition:

- 320 ml Olivenöl
- 4 Frühlingszwiebeln, in Stücke geschnitten
- ⅓ Knoblauchzehe
- 1-2 Lorbeerblätter
- ⅓ Thai Chilli-Schote (leicht angedrückt), alternativ: normale Chilli
- 1 EL Ingwer, fein gerieben
- 2-3 EL Koriander, gehackt

Zubereitung Ölkomposition:

- Alle Zutaten in einem Topf bei sehr geringer Hitze vorsichtig ca. 10-15 Minuten im Öl ziehen lassen
- Anschließend vollständig abkühlen lassen.

Für die Austern-Mayonnaise:

- 1 frische Auster
- 1 EL Wasser
- 3-5 grüne Oliven
- 1 TL Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- eine Messerspitze Xanthan (zur Bindung, optional, alternativ Flohsamenschalen)
- ca. ½ Eigelb
- ½ TL Sojasauce

Zubereitung Austern-Mayonnaise:

- Alle Zutaten mit dem Stabmixer in einem Behälter sehr fein mixen, bis eine glatte, glänzende und cremige Mayonnaise entsteht.
- Bei Bedarf mit etwas Olivenöl oder Wasser auf die gewünschte Konsistenz bringen.

Für die gepökelten Sardinen:

- 8-10 frische Sardinenfilets
- 7 EL Meersalz
- 4 EL Zucker
- 1,5-2 TL Fenchelsamen, grob zerdrückt
- 1,5-2 TL Koriandersamen, grob zerdrückt
- 2 TL rosa Pfeffer

Zubereitung Sardinen:

- Sardinenfilets abspülen und trocken tupfen.
- Salz, Zucker und Gewürze mischen.
- Die Sardinen 30 Minuten in der Mischung pökeln.
- Anschließend gründlich abwaschen, trocken tupfen und in einem neutralen Öl (z.B. Traubenkern-, Raps-, oder Sonnenblumenöl) einlegen.

Für die Tomaten-Basilikum-Garnitur:

- 4 Cherrytomaten
- 4 frische Basilikumblätter
- Zusätzlich, optional: feine Basilikum-Chiffonade (in hauchdünne Streifen geschnitten)

Anrichten:

- Die Focaccia-Scheiben leicht in einer Pfanne mit Butter oder Öl anrösten und anschließend mit einer dünnen Schicht Austern-Mayonnaise bestreichen.
- Die Cherrytomaten halbieren, darauf anrichten und mit einer Basilikum-Chiffonade bestreuen.
- Die gepökelten Sardinenfilets vorsichtig schräg auf die Focaccia-Scheiben legen.
- Zum Abschluss mit einem frischen Basilikumblatt garnieren und servieren.

Brot-Pasta mit Paprika-Mohn-Emulsion und fermentiertem Hüttenkäse

Rezept von Alex Iacoviello

Chefkoch Alex Iacoviello denkt nicht nur kreativ, sondern auch nachhaltig: Aus übrig gebliebenem Brot entsteht bei ihm eine völlig neue Pasta-Kreation. Verfeinert mit einer Paprika-Mohn-Emulsion und fermentierter Ricotta-Creme zeigt sie, wie aus Resten große Küche wird und wie Lebensmittelverwertung richtig gut schmeckt.



Alle Zutaten für 4 Personen

Für den Nudelteig:

- 133 g Paniermehl/Semmelbrösel (fein)
- 100 g Mehl Typ 00
- 100 g Hartweizengrieß/Semolina
- 4 Eier
- 1 EL Olivenöl
- 1 Prise Salz
- optional: eine Prise Xanthan (oder Flohsamenschalen zur Bindung)

Zubereitung Nudelteig:

- Für den Nudelteig zunächst Mehl, Semolina und Paniermehl in einer Schüssel miteinander vermengen. In der Mitte eine Mulde formen, die Eier hineingeben und mit einer Gabel nach und nach das Mehl einarbeiten.
- Sobald der Teig zusammenkommt, Olivenöl, eine Prise Salz und einen Hauch Xanthan dazu geben und alles zu einem glatten, elastischen Teig verkneten (ca. 8-10 Minuten).
- Vor dem Weiterverarbeiten abgedeckt mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

- Den Teig glatt und geschmeidig kneten und danach zu dünnen Bahnen ausrollen.

Für die fermentierte Ricotta-Creme:

- 55 g Hüttenkäse
- 55 g Frischkäse
- 2-3 EL Milch (damit sich alles besser verbindet)

Zubereitung Ricotta-Creme:

- Alle Zutaten in einem Mixer oder einer Küchenmaschine zu einer glatten, cremigen Masse verarbeiten, dann 20 Minuten kühl stellen.

Für die Mohnsamen-Paprika-Emulsion:

- 2 EL neutrales Öl (z.B. Traubenkern-, Raps-, oder Sonnenblumenöl)
- 3 EL geröstete Mohnsamen
- 1,5-2 EL Akazienhonig
- 1 gute Prise Salz
- 40 ml Pflaumenwasser (Zubereitung: ca. 55 g Pflaumen mit 77 ml Wasser 24 Stunden ziehen lassen, dann abseihen)
- 50 ml Paprikasaft (aus roter Paprika, frisch entsaftet)

Zubereitung:

- Alle Zutaten in einem Mixer pürieren, bis eine feine, homogene Emulsion entsteht.
- Bei Bedarf mit etwas zusätzlichem Pflaumenwasser oder Öl in ihrer Konsistenz anpassen.

Für das Estragonöl:

- 110 g blanchierter Estragon (Zubereitung: ca. 4 große Bunde frischen Estragon kurz in kochendem Wasser blanchieren, dann eiskalt abschrecken)
- 220 ml neutrales Öl (z.B. Traubenkern-, Raps-, oder Sonnenblumenöl)

Zubereitung Estragonöl:

- Estragon für 5–8 Sekunden in kochendes Wasser geben.
- Sofort in Eiswasser abschrecken, damit die grüne Farbe erhalten bleibt.
- Den Estragon mit der Hand ausdrücken und mit Küchenpapier trocken tupfen.
- Estragon und Öl mit einem Stabmixer in einem Behälter pürieren, bis das Öl tiefgrün ist und der Estragon sehr fein zerkleinert ist.
- Die grüne Estragon-Öl-Masse in einem kleinen Topf auf ca. 60–65 °C erwärmen (nicht heißer!).
- 5 Minuten ziehen lassen und die Masse vollständig abkühlen lassen.
- Dann über Nacht in einem Kaffeefilter, Passiertuch oder feinem Mulltuch abtropfen lassen (wichtig: nicht ausdrücken, sonst wird das Öl trüb).
- Am nächsten Tag das klare grüne Estragonöl vorsichtig abgießen.



- Das eventuell abgesetzte Wasser am Boden zurücklassen.
- Nach Wunsch in einen Spritzbeutel füllen.

Zum Kochen/Garnieren:

Ca. 300 ml Paprikasaft (darin wird die Pasta gekocht)

- Etwas Zitronenabrieb
- Optional: frischer Basilikum (zum Garnieren)

Anrichten:

- Den Paprika-Saft in einen Topf geben und die Pasta darin ca. 10 Minuten al dente kochen.
- Anschließend die Pasta abgießen und sofort mit der Paprika-Mohn-Emulsion vermengen.
- Die Pasta in tiefen Tellern anrichten, einen Klecks Ricottacreme darauf geben und alles mit etwas Estragonöl beträufeln.
- Mit etwas Zitronenabrieb verfeinern und nach Wunsch mit frischem Basilikum garnieren.

Guten Appetit!