

## Die sizilianische Küche – nur eine Regionalküche Italiens?

In den verschiedenen Gegenden Italiens ist die Küche geprägt von den unterschiedlichen Erträgen der Landwirtschaft und des Fischfangs. Bei sizilianischen Gerichten macht sich zusätzlich der Einfluss fremder Kulturen bemerkbar, die diese Küche prägten.

Die bewegte Geschichte Siziliens und damit die Anwesenheit von Griechen, Römern, Byzantinern, Arabern, Normannen, den Herrscherhäusern Anjou und Aragon, prägte sowohl die Landwirtschaft wie letztlich die Küche. Oliven wurden von den Griechen eingeführt, Reis, Zitrusfrüchte und Mandeln von den Arabern, und das Süsssaure stammt aus der nordafrikanischen Nachbarschaft. Teigwaren, Fisch und Süssspeisen bilden sicher die Hauptmerkmale dieser Küche, doch die Verbindung mit den verschiedenen Gemüsen und Kräutern sowie Kapern, Oliven, Orangen, Zitronen, Pinienkernen, Pistazien und Mandeln ist der Schlüssel zu diesen Speisen.

In Meeresnähe werden verschiedene Fische wie Schwertfisch, Thunfisch, Sardinen, regional vorkommende Fischarten, Tintenfisch und Garnelen als Hauptspeise angeboten, im Zentrum der Insel häufig Lamm, Huhn, Kaninchen und Schwein. Betrachten wir die übliche italienische Speisefolge, die auch für Sizilien gilt, dann beginnt man mit den Antipasti (Vorspeisen), gefolgt von einem Primo piatto (1. Gang), einem Teigwarengericht oder einer Suppe, einem Secondo piatto (2. Gang) mit Fleisch oder Fisch, und einem Dolce (Nachtisch).

Als typische Vorspeise gelten die Arancini: Reisbällchen aus gekochtem Reis, vermischt mit Eiern und einer Prise Safran, gefüllt mit einer Fleischfarce, in Ei und Paniermehl gewendet und anschliessend frittiert. Aber auch die Caponata wird häufig angeboten: Ein Gericht aus Auberginen, Stangensellerie, Tomaten, Zwiebeln mit grünen Oliven, Kapern und Pinienkernen, das meist kalt gegessen wird. Teigwaren werden sehr oft mit gekoch-

tem Gemüse wie Auberginen, Tomaten, Broccoli oder Erbsen angeboten, oder mit Fisch – häufig Sardinen oder Vongole (Muscheln). Wie im übrigen Italien wird die Pasta wirklich al dente gegessen. Typische Fleischgerichte sind neben Huhn und Lamm die süsssauren Zubereitungen von Fleischbällchen (Polpetta) und Kaninchen, Involtini (ähnlich unseren Fleischvögeln) und der Falso magro, ein Rollbraten, dem als Hülle eine oder mehrere Tranchen Rindfleisch dienen und dessen Inneres aus Hackfleisch, vermischt mit Paniermehl, Milch, geriebenem Parmesan oder Pecorino sowie Eiern (gekocht und roh) und Petersilie besteht. Fische werden gegrillt oder gedämpft mit Gemüse als Beilage gereicht. In der Gegend von Messina wird der gedämpfte Fisch zusammen

mit einer Sauce aus Tomaten, Oliven und Kapern gegessen. Bei den Nachspeisen denkt man natürlich zuerst an Cassata und jede Sorte von Eis. Vielfach werden auch Eistorten, Crèmes mit kandierten Früchten, Tiramisù oder Panna cotta, Quark- und Reistorten angeboten. Und immer wieder frische oder gekochte Früchte.

Aber was wäre die sizilianische Küche ohne Gebäck! Mandeln, Pistazien und Pinienkerne sind fast immer dabei. Marzipan findet man in verschiedensten Formen und Farben, die Cannoli liegen in jeder Confiserie, es sind dünne, süsse Teigrohre jeder Grösse, die eine Füllung aus Ricotta, Zucker, gehackten Pistazien, kandierten Früchten und oft noch Schokoladestückchen haben. Die Ravioli dolci haben eine ähnliche Füllung. Die Torroncini aus gebranntem Zucker mit Honig, Mandeln und Pistazien gibt es in Sizilien auch mit Haselnüssen und Sesam.

*Heidi Rohde-Germann*

### Rezept Caponata di melanzane alla siciliana

#### Zutaten:

1 kg Auberginen, 1½ cm grosse Würfel  
2 Zwiebeln, gehackt  
2 Tassen Stangensellerie, feingehackt  
2–3 grosse Fleischtomaten, geschält, gewürfelt  
5 Ei Pinienkerne  
100 g grüne Oliven ohne Stein, halbiert  
50 g Kapern  
2 TL Zucker  
½ dl Weinessig  
½ Tasse Olivenöl, Salz, Pfeffer

#### Zubereitung:

Die geschnittenen Auberginen in reichlich Salz und beschwert eine Stunde ziehen lassen. Nun das ausgetretene Wasser abgiessen, mit frischem Wasser abspülen und trocken tupfen. Stangensellerie und Zwiebeln in Olivenöl ca. 5 Min. schmoren, herausnehmen. Nun die Auberginenwürfel in Olivenöl 5–10 Min. anziehen lassen, bis sie Farbe annehmen, den Stangensellerie und die Zwiebeln dazugeben, ebenso die Tomatenwürfel damit kochen lassen und zuletzt Kapern, Oliven, Pinienkerne, den Essig und den Zucker unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, ca. 2 Std. kühl stellen.

