

SI MANGIA



REZEPTE: MATTIA RISALITI • FOTOS: NATHALIE MOHADJER • DESIGN & STYLING: MILIA SEYPPPEL

# SI MANGIA

PRESTEL

MÜNCHEN • LONDON • NEW YORK





# INDICE

## INHALT

EIN MITTAGESSEN MIT DER FAMILIE	8
CARO MATTIA	12
EINLEITUNG	14
LA POGGIANELLA	18
ANTIPASTI & CONTORNI Vorspeisen und Beilagen	20
VEGETARIANO Vegetarisch	60
CARNE Fleisch	96
PESCE Fisch	140
DOLCI Süssspeisen	168
GRAZIE	218
REGISTER	222



# EIN MITTAGESSEN MIT DER FAMILIE

Ein kleines Kammerstück – ein besserer Vergleich fällt mir für ein Mittagessen bei uns zu Hause nicht ein. Es ist jedes Mal ein echtes Schauspiel, wenn die Familie zusammenkommt. Wir sind 46 an der Zahl, knapp 30 von uns kommen bei einem gemeinsamen Essen eigentlich immer zusammen. Der große Tisch im Garten wird dann zum Herzstück des Geschehens. Er bietet ausreichend Platz für alle Protagonisten, die an ihm sitzen und Teil des Spektakels werden.

Die Vorstellung beginnt mit der Ankunft der Kinder. Vorhang auf für die kleine Gemma, die mir mit ganzem Stolz ihr Kleid präsentieren und nur darauf warten wird, dass ich auch staunend ihre Schuhe bewundere. Mit ihren Pastellönen spiegeln sie perfekt die Farben dieses sonnigen Tages wider.



Langsam füllt sich der Garten. Giacomo und Noemi mit ihren vier Kindern sind bereits da, Stefano und Silvia kommen mit drei weiteren kleinen Gästen herein. Der helle Klang von Kinderstimmen mischt sich mit dem tiefen Läuten der Kirchturmglöcke aus der Ferne. Nun sind auch Maria Rachele und Lorenzo angekommen mit ihrem klangvollem Quartett Giuditta, Vittorio, Francesco und Emma. Und natürlich meine Eltern und wir mit unserem kleinen Elio.

Die Gesellschaft versammelt sich um die lange Tafel. Man begrüßt sich lautstark, umarmt sich, küsst sich, setzt sich. Italienisches Porzellan ist auf einer bunten, fest gewebten Tischdecke aus alten Zeiten arrangiert, die Antipasti stehen schon bereit. Das Bühnenbild ist perfekt.



Ein kurzer Moment des Innehaltens, bevor der Trinkspruch gesprochen wird, und schon beginnt der erste Akt mit dem Primo: Penne al Sugo. Zeit zu essen!

Lautes Lachen, klirrendes Besteck auf Porzellan, heitere Gesprächsfetzen und auch Gesänge begleiten das Mahl.

Vom Kopfende des Tisches kann ich schon den zweiten Gang erspähen, der über den Köpfen der kleinen Darsteller in die Höhe gehalten wird, die an ihren Plätzen ein wildes Theater veranstalten. Leuchtend gelbe, in Scheiben geschnittene Zitronen sind um das Hauptgericht drapiert. Heute gibt es den „König der Gerichte“: geröstetes Huhn, begleitet von Patate arrosto, viel Salat, gewürzt mit Zitrone und Rosmarin. Die Kompanie applaudiert und hält dem Hauptdarsteller sofort ihre Teller entgegen.

Nun kommt der Höhepunkt des Aktes: die Verkostung des Festmahls. Worte und Gesten verbinden sich zu einer perfekten Dramaturgie.

Die Teller leeren sich, es wird laut geredet und gelacht. Die kleinen Komparsen sind bereits vom Tisch verschwunden und führen ihr fröhliches Gezeter im Garten fort.

Letzter Akt. Meine Mutter kommt mit einer Kanne Kaffee aus der Küche. Aber die beste Requisite fehlt noch: der Kuchen. Ein genussvolles Raunen geht durch die Runde. Es ist das Finale, auf das alle gewartet haben.

Stundenlang wird danach am Tisch verweilt, bis der Nachmittag zu Ende geht und der Abend Einzug hält. Die Figuranten bedanken sich für die vorzügliche Mahlzeit und verlassen die Tribüne. Langsam, ganz langsam zieht sich der Vorhang wieder zu.





*Caro Mattia,*

*ich glaube, Deine Liebe zum Kochen begann, als Du nach Berlin gingst: gemeinsam gut zu essen, war eine Geste Deiner Liebe! Mit anderen Worten hat Dich die Freude an der Begegnung dazu gebracht, den Tisch zu decken und mit Deinen Gerichten andere Menschen zu verwöhnen und ihre Herzen zu öffnen.*

*Sich einander zu nähern, sich zu begrüßen und zu öffnen, scheint für Dich auf derselben Grundlage, demselben Dreh- und Angelpunkt zu beruhen: dem Kochen und dem anschließenden Genießen.*

*Ich sehe Euch an, meine Kinder: Eure Vielfalt ist bemerkenswert, unmöglich zu sagen, wer von Euch elf wie und warum so geworden ist (auch, wenn Eure Großmutter Marisa immer auf der Suche nach Euren Ähnlichkeiten ist).*

*Auf dem Familienfoto bildest Du, Mattia, die Mitte zwischen Deinen Geschwistern, fünf auf der rechten und fünf auf der linken Seite, zwischen zwei gleich großen Seiten sitzt Du. Deine Position hat Dir geholfen, mit allen verbunden zu bleiben, Du hast ein Bestreben, zwischen den Menschen Brücken zu bauen und sie zusammenzubringen.*

*Es bringt uns immer wieder zum Staunen, dass Du auch heute, als Ehemann und Familienvater, keine Gelegenheit auslässt, dazuzulernen. Der Wunsch zu lernen ist wie ein Durst nach Neuem. Der Gaumen ist der Ort Deiner Kunst (nicht umsonst spricht man von der Verbindung von Herz und Gaumen), die ich immer erwähnen muss, wenn ich über Dich spreche.*

*Ein italienisches Sprichwort sagt: „Am Tisch wird man nicht alt.“ Denn ein gutes Essen hinterlässt eine unvergessliche Erinnerung, die die Vergangenheit zurückbringt, als wäre sie gegenwärtig und zeitlos. Zweifellos hat das Echo Deiner Heimat Italien in Dir den Wunsch geweckt, „zu sprechen und warum nicht auch zu singen“, durch Geschichten, Kulturen, Aromen, Farben und Formen, die Du liebevoll interpretierst und die Du mit Deinen Freunden auf dem Teller am Tisch in Berlin teilst.*

*Deine Mamma Silvia*



# EINLEITUNG

Es ist nicht schwer, in der Toskana gut zu kochen. Allein die Zutaten sind so gut, dass viel mehr gar nicht nötig ist, um ein wohlschmeckendes Gericht daraus zu zaubern. Die toskanische Küche wird auch *Cucina povera* genannt, übersetzt „arme Küche“, was einerseits auf die Küche der einfachen Leute, auf preiswerte Zutaten und ihre restlose Verwertung hindeutet. Zum anderen beschreibt der Begriff, dass mit einfachen Mitteln ein köstliches Mahl entstehen kann. Wir müssen nur zwei, drei Dinge in die Pfanne schmeißen und es kommt etwas Leckeres dabei heraus. Der Geschmack unserer Speisen ist prägnant – wir Toskaner begleiten sie am liebsten mit einer Scheibe Brot und einem guten Freund. Im Grunde geht es uns darum, die Zeit miteinander zu teilen. Essen ist nicht nur Nahrungsaufnahme, Essen ist Zusammensein, ein soziales Miteinander – egal wo. Selbst wenn wir zusammen mit Freunden verreisen und eine Hütte in schönster Natur anmieten, wir trinken und essen dort gemeinsam.



In der Toskana haben wir eine Vielzahl an gastronomischen Angeboten in relativ geringer Entfernung, dort findet man köstliche Speisen, die sich von Ort zu Ort ein bisschen unterscheiden. Selbst für einen Nachmittagsnack nehmen wir es gern in Kauf, eine Stunde mit dem Auto zu fahren, um genau an diesen oder jenen Ort zu kommen, an dem es das gewünschte Gericht gibt, auf das wir Appetit haben und das wir unbedingt verzehren wollen, sei es ein Panino mit einer hervorragenden Mortadella oder ein Arista mit Ei, das man nirgendwo anders findet. Im Grunde geht es aber vor allem darum, sich zu erzählen, wo man gegessen hat und dass es dort noch viel köstlicher war als beim anderen. Das Essen an sich wird zum Thema, während wir essen.







Wir sind elf Geschwister und das gemeinschaftliche Essen war und ist für unsere Familie wesentlicher Bestandteil des sozialen Zusammenlebens. Als wir Kinder waren, war immer klar: Wenn um 20:00 Uhr "si mangia!" („Wir essen!“) durchs Haus ertönt, gibt es Abendessen und alle kommen, egal, wer was macht oder zu tun hat. Das Abendessen war mit viel organisatorischer Arbeit verbunden, denn wir waren zahlreich, elf Kinder zwischen einem und 20 Jahren. Wir kochten zusammen, halfen meiner Mutter, wir deckten den Tisch und räumten ihn wieder ab, kümmerten uns um die kleinen Geschwister. Es gab immer viel zu tun und das jeden Tag. Es gehörte zum Selbstverständnis unserer Familie, zusammen zu essen. Wir redeten, lachten und aßen. Bis heute hat sich das nicht geändert, auch wenn wir nicht mehr zu Hause bei unseren Eltern wohnen. Täglich ist jemand von uns dort, meistens mehrere von uns, und meine Mutter, mein Vater oder wir selbst kochen füreinander und essen gemeinsam.

Als ich vor zehn Jahren nach Berlin ging, wollte ich Neues erkunden, eine neue, andere Kultur. Das war der Moment, an dem ich mir der Vorzüge meiner Heimat bewusst wurde. Ich genoss Berlin und die kulinarische Welt, die sich mir zeigte, mit all den unterschiedlichen Nationalitäten und Speisen, die ich nicht kannte, aber gleichzeitig bekam ich auch Appetit auf mein Zuhause. Ich kochte die Gerichte, mit denen ich aufgewachsen war, um mich zu erinnern und um meine Kultur mit meinen neuen Freunden zu teilen. Andere zu bekochen, wurde zunächst ein Hobby, dann eine Leidenschaft und später mein Beruf.

Professionell, aber auch privat bin ich immer daran interessiert, regionale Hersteller zu besuchen und deren Handwerk kennenzulernen, um die Qualität der Produkte zu erleben. Wenn ich meine Zutaten besorge, versuche ich sie in ausgewählten Läden und Betrieben einzukaufen und möglichst wenig im Supermarkt. Italien hat viele familiäre Betriebe, die Nahrungsmittel herstellen oder verkaufen. Sie bilden die Grundlage der italienischen Esskultur und sind deshalb äußerst geschätzt. Die Geschichten und Menschen, die unsere Lebensmittel herstellen, sind für mich genauso wichtig wie das Produkt selbst.

# LA POGGIANELLA

Das Haus meiner Großmutter Nonna Marisa, die es in den 70er-Jahren erwarb, ist „unser“ Ort, der Ort der Zusammenkünfte unserer Familie. Auf den Hügeln von Carmignano, umgeben von Olivenbäumen und Weinbergen, feiern wir, verbringen die Tage und Abende zusammen, reden, lachen und genießen die kühle Brise, die hier an heißen Sommertagen weht (leider nicht immer).

Wir, das sind meine Geschwister Giovanni, Simone, Elisabetta, Giacomo, Maria Rachele, Stefano, Giuditta, Ester, Francesco und Tommaso und meine Eltern Roberto und Silvia sowie natürlich alle Partner und Kinder. Zu Weihnachten und Ostern sind wir jedes Jahr mindestens 40 Personen. Dann ist die Poggianella der einzige Ort, an dem wir alle gemeinsam an einen Tisch passen (zumindest die Erwachsenen). Im Sommer verbringen wir viele Sonntage zusammen, backen Pizza im Holzofen und kochen gemeinsam in der Küche, stellen lange Tische auf der Terrasse auf, an denen wir gemeinsam sitzen und Zeit miteinander verbringen.

Hier entstanden die Fotos für dieses Buch, hier halten wir uns gern auf, mit diesem Ort verbinden wir viele gemeinsame Erinnerungen und hier nutzen wir jeden Moment, der sich ergibt, um zusammen zu sein.



