

ARTUSI

Kochkurs

November
2018

Umbrien

Geleitet von Salvatore Tinnirello

. Weine : Prosecco

S. Cristina bianco

Ziggurat Montefalco Rosso DOC 2015

Menü : Sformato di zuccha e fonduta

Gnocchi ai funghi

Arista agli agrumi

Biscotti di mandorle

Der Kochkurs findet am ersten Samstag eines Monats statt.

Der nächste Kochkurs findet im Februar 2019 statt

www.artusi.de

Tel. 0251-6068800

Änderungen vorbehalten

Storia della cucina Umbra

Umbrien – das klingt nach schattigen Wäldern und stillen Seen. Besonders im Herbst scheint die Landschaft mit Gold überzogen zu sein. Auf den Tisch kommt, was die Jahreszeit bereithält. Im Frühjahr und Sommer gibt es eher Gemüsegerichte, im Herbst und im Winter konzentriert man sich auf die Ausbeute der Jagdsaison und auf die berühmten schwarzen Trüffeln aus Norcia. Das malerische Städtchen gilt als Hochburg der Region. Hier wurde auch die Kunst des Schlachtens und der Wurstherstellung perfektioniert.

Norcinera

Der hervorragende Ruf, den umbrisches Schweine- und Wildschweinfleisch genießt, ist zum einen auf die gesunde, natürliche Ernährung der Tiere mit Eichen, Mais und Getreide zurückzuführen – und zum anderen ist er das Verdienst der Schlachtermeister von Norcia, die in ganz Italien als die besten ihrer Zunft gelten. Das Wort *norcino* ist sogar ein Synonym für Einwohner von *Norcia* und Metzger.

Das schwarze Gold aus Norcia

Die Piemontesen haben Alba, die Toskaner San Miniato, und die Umbrier fahren nach Norcia wenn sie Trüffeln kaufen wollen. Während im Piemont und in der Toskana die weißen Trüffeln vorherrschen, ist Umbrien für seine schwarzen Trüffeln bekannt. Der Streit der Köche und Trüffelliebhaber, welche die schmackhaftere Art sei, wird wohl nie entschieden werden.

Linsen aus Castelluccio

In Umbrien werden Linsen zwar selten angebaut, doch die wenigen Pflanzen sind von aussergewöhnlicher Qualität. Sie sind klein, grün, und wegen ihrem stattlichen Gehalts an Proteinen und Mineralsalzen sehr gesund.

Süßwasserfische

Die geringe Besiedlung Umbriens und die weitgehende intakte Natur garantieren saubere Fischereigründe. Es gibt Plötzen (Rotaugen), Aale, Flußbarsche, Forellen, Äschen, Barben, Felchen, Schleien und Karpfen.

Spiritueller und leiblicher Wohl

Umbrien ist eine Region der Heiligen. Um 480 wurde der heilige Benedikt, der Begründer des Mönchtum, geboren. 700 Jahre später erblickte der heilige Franziskus in Assisi das Licht der Welt. Auch die heilige Klara war eine Umbrierin.

Das Weimmuseum von Torgiano

Das Museum verdankt seine Entstehung dem Doyen des Weinbaus der Gegend, Georgio Lungarotti und seiner Frau Maria Grazia. Besonderes Augenmerk gilt der umbrischen Weinkultur, und das Museum beherbergt neben früheren Zeugnissen der Rebkulturen in der Region auch eine Sammlung antiker und neuzeitlicher Weinbehälter. Wenn man aus dem kleinen, feinen Museum austritt, glaubt man, verstanden zu haben, warum Wein mehr ist als ein Glas vergorener Rebensaft.