



Während meiner Kindheit und Jugend haben wir oft an Wochenenden mit befreundeten italienischen Familien zusammen gegessen. Eine Familie davon stammte aus der Basilikata. Die Basilikata bildet im Norden Kalabriens die einzige Grenze zu unserer Herkunftsregion. So lernten wir dort einerseits einzelne uns unbekannt regionale Gerichte aus der Basilikata kennen, wovon einzelne noch heute gerne von meiner Mutter nachgekocht werden. Andererseits hatte die Familie auch etwas andere Essgewohnheiten und Familiengerichte als wir und so kam es, dass wir dort einige neue Gerichte und Zutaten kennenlernten, welche nicht immer nur zu begeistern wussten. In negativer Erinnerung habe ich in erster Linie Fenchelsamen in der selbstgemachten Schweinebratwurst, Ziegenfleisch mit starkem Bockgeruch oder Aal, der auf Grund der visuellen Ähnlichkeit mit Schlangen und meiner Phobie diesen schleichenden Tieren gegenüber, schon nur Mental eine Blockade auslöste, die noch bis heute Bestand hält.

Positiv erinnere ich hingegen an die ersten Meeresschnecken, an wunderbaren Stockfisch mit getrockneten Peperoni oder wunderschöne Hausgemachte Pasta mit herzhaften Saucen. Ebenfalls erinnere ich mich daran, dass ich bei der Familie auf einem Vorspeisenteller zum ersten Mal in meinem Leben mit Rucola in Berührung kam. Dieses wohlriechende Kraut mit seiner scharfen Note und seinem intensiven Geschmack wusste mich sofort zu begeistern. Schade, dass dieses Kraut oft nur zum Ergänzen von anderen Salaten verwendet wird. Ich verwende es sehr gerne als Hauptzutat, zum Beispiel als reiner Rucolasalat mit einem Balsamicodressing oder neuerdings ebenfalls als Pesto. Dieses Pesto wusste auch die Kinder zu begeistern, was schon etwas heissen wird.

Zutaten für 4 Personen

- 200 gr Rucola
- 1 Knoblauchzehe
- 50 gr Pinienkerne
- 2 EL geriebener Parmesan
- 2 EL Olivenöl
- 1 Spritzer Zitronensaft
- Salz
- Pfeffer
- 400 gr Teigwaren

Alle Zutaten in ein Gefäß geben und mixen. Ich verwende dafür einen Stabmixer. Beim Mixen immer wieder kurze Pausen einle-

gen, um ein Erhitzen des Rucolapesto zu vermeiden. Das Pesto muss kalt bleiben. Ein zu langes Mixen und allfälliges Erhitzen der Pesto könnten Bitterstoffe freisetzen. So lange weiter machen, bis eine cremige Sauce entsteht. Falls das Rucolapesto zu trocken ist, schrittweise sehr wenig Wasser begeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht wird. Das Rucolapesto kühl stellen. Dank der Beigabe von Zitronensaft wird das Pesto nicht korrodieren. Traditionellerweise wird Pesto gemörsert,

wer die Zeit und die Ausrüstung dafür hat, stellt das Pesto am besten auf diese Weise her. Das Rucolapesto mit Teigwaren nach Wahl servieren. Dafür Teigwaren nach Angaben auf der Packung in Salzwasser kochen. Wasser abschütten und etwas davon aufbewahren. Pesto und Teigwaren mischen. Falls die Pasta zu trocken ist, etwas vom aufbewahrten Kochwasser untermischen. Teigwaren in die Teller verteilen, etwas Rucolapesto und Rucola darauf geben und servieren.