

Orecchiette con Cime de rapa

Bei Cime di rapa – Rübensprossen - auch Stängelkohl genannt, kann man die ganze Pflanze essen, nur dickere Stängel sind gegen unten vielleicht holzig. Der Geschmack ist ähnlich wie Brokkoli, eventuell leicht bitter. Die Gerichte aus dem Brokkolistängel-Blatt funktionieren auch mit Cime di rapa.

Als Beilagengemüse oder zu Pasta das Gemüse im Dampfkorbchen kochen, dann in Olivenöl in der Pfanne mit Rosmarinsalz, Brokkoligewürzsalz (aus dem Brokkoli-Blatt), Kümmel und Fenchel und Bizzeli Chiliflocken rösten; geschnittene grüne Oliven unterheben, Spritzer Zitronensaft dazu, am Teller Pfeffer drüber mahlen und nochmal Olivenöl drüber.

Der Klassiker schlechthin sind Orecchiette con Brokkoli aus Apulien. Dazu den Cime mit Chnobli und Peterli, ein bisschen Chili in Olivenöl anziehen und dann cremig weich kochen. Salzen und pfeffern und unter die Orecchiette mischen. Mit oder ohne Käse (Pecorino oder Ricotta salata) genießen. Cime di rapa aglio, oglio e peperoncino ist auch ohne Pasta ein schönes Gericht. Dazu den Cime etwas weniger weich kochen; auch eine Handvoll Kapern und Tomatenwürfel passen dazu.

