

Italienische Rezepte

Bruschetta Grundrezept

Gattung: Brot, Feste, Grillen, Vorspeise

Brot
Knoblauch

Olivenöl
Salz, Pfeffer

Grillen ist nichts für Ungeduldige. Es dauert eine gewisse Zeit, bis alles endlich gar ist. Weil man aber meist schon Hunger hat, wenn man mit dem Grillen beginnt, beziehungsweise er sich alsbald einstellt, sobald es so verführerisch duftet, braucht man einen Happen vorneweg, der das nagende Gefühl im Magen besänftigt. Da helfen Bruschette (wie der Plural von Bruschetta heißt - man spricht es Bruhsketta oder Bruhskette aus). Im Prinzip nichts weiter als geröstete Brotscheiben, die mit Knoblauch abgerieben und mit Olivenöl beträufelt werden. Salz (am besten in diesem Fall fleur de sel), ein bisschen Pfeffer - fertig ist ein wundervoller Leckerbissen. Vorausgesetzt, man hat ein gutes Olivenöl dafür genommen, extra vergine oder extra nativ oder extra vierge, das aromatisch ist und angenehm duftet. Das liefert dem Körper wertvolle Vitamine, essentielle Fettsäuren und Mineralien.

Man kann das beträufelte Brot noch garnieren und anreichern mit:

Tomaten, gehäutet, entkernt und gewürfelt - oder einfach aus der Schale auf das Brot gerieben * getrockneten Tomaten, eingeweicht und in Olivenöl mariniert * Kräutern, zum Beispiel Basilikum, Rauke, Schnittlauch * Oliven, entkernt und gehackt, eventuell mit Kapern, Petersilie und Sardellen vermischt * Ziegenfrischkäse * Puffbohnen, ausgebrochen und aus der dünnen inneren Haut gelöst * Tapenade (Olivenpaste)
Alsdann ist ein solches Grillbrot natürlich auch die perfekte Unterlage für jede Grillsauce, etwa auch für die Auberginencreme