

RALPH SCHELLING

DER BÄR- LAUCH IST LOS!

Wenn der Waldknoblauch spriesst, ist auch in der Küche der Frühling eingezogen. Wir zähmen den jungen Wilden mit Gnudi, einem eleganten italienischen Mäntelchen aus Ricotta.

Foto: Daniel Valance

Was ist das Beste an Oreo-Guetsli, Nussgipfel, Ravioli? Hand aufs Herz, es ist die Füllung. Als Kind wünschte ich mir oft, es gäbe endlich mal Füllung ohne Hülle und das in Hülle und Fülle.

Gnudi sind genau diese Konzentration auf das Wesentliche. Abgeleitet vom italienischen nudo (nackt) brauchen die delikatsten Klösschen keine schützende und sättigende Pastahülle. Auf die Idee zum Rezept gebracht hat mich ein Besuch in meinem Mailänder Lieblingslokal Trattoria Torre di Pisa, wo man die traditionelle italienische Küche auf höchstem Niveau pflegt und die weltbesten Gnudi serviert (trattoriatorredipisa.it).

Weils endlich Frühling ist, verfeinere ich mein Gnudi-Rezept mit frisch gepflücktem Bärlauch, der jetzt die Waldböden wie ein Teppich bedeckt. Essen Sie die weissen Wurzeln unbedingt mit – sie haben ein besonders intensives Knoblaucharoma.

Übrigens können die Gnudi ganz nach Belieben geformt werden: wie Gnocchi, Spätzli, Schupfnudeln oder zu kleinen Kugeln rollen, die man mit einem Stückchen Käse füllen kann.

Der Spitzenkoch

Ralph Schelling lebt in Zürich und ist Private Chef mit einer Spürnase für kulinarische Highlights. Ob auf Reisen ins Ausland oder in den Thurgau, in den Wald oder in die Wüste: Er ist für annabelle unterwegs in Gourmet-Mission und bringt Rezepte heim, die er lustvoll neu inszeniert.

Verfolgen Sie Ralph Schellings Abenteuer:
annabelle.ch/ralphschelling
 Instagram: [ralph.schelling](https://www.instagram.com/ralphschelling)

Meine Tipps

- Basis des Rezepts ist der Bärlauchpesto, der natürlich auch mit Pasta wunderbar schmeckt.

Aromatisieren Sie damit mal einen Kartoffelstock!

- Die Menge für den Pesto ist sehr grosszügig berechnet, denn er hält im Kühlschrank mehrere Monate. Wichtig: die Oberfläche immer komplett mit Öl bedecken.

- Bitte keinen Knoblauch in den Pesto mischen, die Bärlaucharomen sind intensiv genug.

- Wer die Bärlauchsaison verpasst hat, ersetzt ihn durch Basilikum mit etwas Knoblauch.



Redaktion: Evelyn Emmisberger; Porträt: Joan Minder

Nackte Verführer: Bärlauch-Gnudi mit Nussbutter

BÄRLAUCH-GNUDI

Für 4 Personen

Pesto

5 EL Pinienkerne
 5 Bund Bärlauch
 3 dl Rapsöl
 120 g rezenten Bergkäse, gerieben
 Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl hellbraun anrösten. Auskühlen lassen. Alle Zutaten in ein Gefäss geben und zu einem feinen Pesto mixen. In ein Glas abfüllen.

Gnudi

170 g Hartweizengriess
 250 g Ricotta
 2 EL Bärlauchpesto (Rezept oben)
 50 g rezenten Bergkäse, gerieben
 1 Zitrone, Schalenabrieb
 Muskatnuss
 Salz
 2 EL Butter
 Ein paar frische Bärlauchblätter
 Etwas Zitrone, Schalenabrieb
 2 EL Bergkäse, gerieben

Zubereitung

Für die Gnudi den Griess mit Ricotta, Pesto, Bergkäse, Zitronenabrieb sowie etwas frisch geriebener Muskatnuss von Hand oder mit dem Handrührgerät vermengen. Die Masse in eine Schüssel geben und mindestens 4 Stunden oder über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Nun die Gnudi formen: zum Beispiel von Hand zu fingerdicken Strängen ausrollen und mit dem Messer in gnocchigrosse Stücke schneiden. Von Hand kurz abrollen. In einer Pfanne Wasser zum Kochen bringen und salzen. Gnudi rund 5 Minuten im leicht köchelnden Wasser garen.

In der Zwischenzeit Butter in einer Pfanne bräunen (Nussbutter). Gnudi mit einer Schöpfkelle aus dem Wasser nehmen, abtropfen lassen und zusammen mit ein paar Bärlauchblättern 2 bis 3 Minuten in der Butter schwenken. Auf vorgewärmte Teller anrichten, mit Nussbutter beträufeln und mit dem Käse und etwas Zitronenabrieb bestreuen.