



ITALIEN IN SEINEN REZEPTEN: ACQUA COTTA - SIMONA DI GREGORIO, AGRICHEF

Italien durch seine Gerichte entdecken. Eine faszinierende Reise, die nicht nur reich an Geschmack, sondern auch an Kultur und alten Traditionen ist. Beginnen wir die Entdeckung des Bel Paese von der Toskana aus mit ihrem typischsten Rezept: *Acqua Cotta*, dem ‚gekochten Wasser‘.

„Es ist ein Hauptgericht der Tradition, jedes Dorf bringt seine Interpretation auf den Tisch.“ Simona Di Gregorio, Agrichef aus Grosseto, erklärt uns die Herkunft des „gekochten Wassers“, wir sind in der Maremma.

Es heißt tatsächlich, dass es „ein berühmter Journalist geschafft hat, 30 verschiedene Versionen zu finden. Es ist ein sehr einfaches Rezept, weshalb es die Menschen der Maremma widerspiegelt: echt, aufrichtig und ehrlich.“

Die Entstehung des Gerichts geht auf die Zeit der Armut der Kriegsjahre zurück, „als Köhler und Holzfäller eine Metallschüssel mitbrachten und in Wasser das einfachste kochten, was sie hatten.“

Um dieses Rezept zuzubereiten, benötigen Sie daher: „Sellerie und Zwiebel, die in Öl gebräunt werden, das ausschließlich aus unserem Gebiet stammt: das **Toscana g.g.A.** Dann werden die Tomaten und das Basilikum hinzugefügt. Lassen Sie es leicht köcheln und fügen Sie einen Liter Wasser und Salz nach Geschmack hinzu. Zur einfachen Mengenermittlung können Sie von einem Wasserglas pro Tischgast ausgehen.

Das Geheimnis liegt im langsamen und geduldigen Kochen. „Wenn Sie nicht viel Zeit zur Verfügung haben,“ erklärt Di Gregorio, „kann das Gericht nach einer halben Stunde als fertig betrachtet werden, aber je länger es geköchelt wird, desto mehr wird das gekochte Wasser durch Aromen und Düfte bereichert.“

Zum Schluss wird toskanisches Brot in Scheiben geröstet und auf den Boden des Tellers gelegt, „und vorsichtig die Suppe darauf gegossen. Die Tradition besagt, dass für jeden Tischgast auch ein Ei hinzugefügt wird, das dank der Hitze der noch kochenden Suppe selbst erstarrt.“

Aber wie wichtig ist ein hochwertiges Öl für den Erfolg eines Gerichts?

„Es ist von grundlegender Bedeutung“, betont Di Gregorio, „ganz zu schweigen davon, dass natives Olivenöl extra nicht nur ein Gewürz, sondern ein echtes Lebensmittel ist, das die Grundlage unserer mediterranen Ernährung bildet. Extrem reich an Polyphenolen verleiht es dem Gericht einen einzigartigen Geschmack und ein einzigartiges Aroma, das von einem Land erzählt.“

EcceOlio ist ein von Unaprol gefördertes und von der EU finanziertes Projekt, das mit der Kommunikationskampagne „Looking for the Perfect Food“ Marktteilnehmer und Endverbraucher für die besonderen Eigenschaften von nativem Olivenöl extra mit den Gütesiegeln g.U., g.g.A. und Bio sensibilisieren will.