

Lebensmittel

Cima die rapa

Allgemeines

Cima di Rapa, Stängelkohl, Rübstiel oder im Herkunftsland Italien auch Broccoletti genannt, wird heute auch in anderen Ländern Europas angepflanzt. Zur selben Familie gehören beispielsweise auch der Raps, die Rüben, der Senf, die Radieschen und Rettiche. Dieses Kohlgemüse gilt als Delikatesse und bringt im Winter etwas Abwechslung auf den Teller. Cima di Rapa hat lange Stiele, schön glänzende dunkelgrüne Blätter und in der Mitte kleine Röschen, die aussehen wie Broccoli.



Cima di Rapa schmeckt ähnlich wie Weisskohl, hat aber eine dezent bittere Note. Das auch bei uns erhältliche Gemüse wird in Italien in den süditalienischen Provinzen Kampanien und Apulien gewerbemässig angebaut. Das typische Wintergemüse wird vor dem Aufblühen der Knospen geerntet, da der Kohlgeschmack zu diesem Zeitpunkt noch nicht so intensiv ist. Einheimischer Cima di rapa gelangt zwischen November/Dezember und Februar in die Läden.

Zubereitung

Von der Pflanze werden die Blütenknospen, Blätter und Stiele gegessen und eignet sich sehr gut für die Zubereitung im Wok. Einer der bekanntesten Küchenklassiker in Apulien sind die Orecchiette mit Cima di rapa. Orecchiette sind Teigwaren, die aus Hartweizenmehl zubereitet werden und die wie der Name andeutet, kleinen Ohrmuscheln gleichen. Serviert werden sie mit den gekochten Stängeln, Blättern und Blütenknospen des Cima di rapa sowie mit gehackten Sardellenfilets, Knoblauch, Salz und reichlich Olivenöl sowie mit geriebenem Pecorinokäse.

