



Mangold und Mozzarella

Ein Teller voll Mangold, langsam geschmort in Tomatensauce, und dazu ein saftiger, aromatischer Büffelmozzarella, ein krachend knuspriges Brot – so bescheiden das auch aussehen mag, so reichhaltig und vollkommen erscheint Kochbuchautor Claudio del Principe dieses einfache Gericht. Jedes Mal.

Zutaten

- Olivenöl extra vergine
- 2 Knoblauchzehen, fein geschnitten
- 1 Peperoncino, entkernt und in feine Ringe geschnitten
- 1 kg Mangold, klein geschnitten
- 200 g passierte Tomaten
- feines Meersalz, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 4 Büffelmozzarelle

Zubereitung

In einem Topf Olivenöl erhitzen und mit dem Knoblauch und dem Peperoncino aromatisieren. Den Mangold dazugeben, zudecken und das Gemüse kurz in sich zusammenfallen lassen. Dann die passierten Tomaten zufügen, salzen, pfeffern und mit Wasser bedecken. Zugedeckt 20–30 Minuten weich kochen und nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zum Anrichten je einen Mozzarella in der Tellermitte platzieren. Den Mangold mit viel köstlichem Sugo um den Mozzarella verteilen. Dazu ein knuspriges Brot servieren.

Aus dem Buch: « all'orto. Grandiose Gemüsegerichte. Authentisch italienisch. Erfrischend zeitgemäss» AT Verlag

Quelle: <https://zeitlupe.ch/panorama/essen-trinken/>