

Filo d'Olio

Die perfekte Panzanella

Das Brot von vorgestern?

Auf keinen Fall entsorgen, denn es ist die unverzichtbare Zutat für die toskanische Panzanella.

Mit aromatischen, vollreifen Tomaten, ein bisschen Zwiebeln und großzügig Olivenöl ist das erfrischende Sommergericht in wenigen Minuten fertig.

Juri Gottschall und Mercedes Lauenstein



Sommer! Was will man im Sommer? Hitzeträge rumliegen. Was will man nicht? Stundenlang in der Küche stehen. Gut, dass es die Panzanella gibt. Ohne sie wäre der Sommer nur halb so schön. Sie ist schnell gemacht, schenkt altem Weißbrot neue Jugend, sonnensüßen Tomaten die ideale Bühne und dem faulen Sommermagen bei 30 Grad im Schatten jene unbeschwerte Satttheit, die er braucht.

Das Schöne und gleichsam Verhängnisvolle der Panzanella ist, dass sie so variabel ist. Sie ist offen für Resteverwertung aller Art. Es darf neben altem Weißbrot auch alles andere hinein, was grad noch so im Haus oder im Garten ist. Diese Zutatentoleranz kann einen an manchen Tagen vor dem Verhungern retten und ungeahnte Geschmackspektiven eröffnen. Aber leider auch zu Übermut verleiten. Doch, natürlich, Pfirsiche, Burrata, Sardellen, Oliven, Kapern, Rucola und Salbei sind fraglos herrliche Zutaten, die feinsinnig kombiniert ganz interessante Brot-salate abgeben. Allerdings besteht angesichts lustig überladener Brotsalate immer die Gefahr zu vergessen, dass die beste Panzanella immer noch die einfachste ist: Es braucht nichts weiter als altes Weißbrot, süße Tomaten, knackig-würzigen Stangensellerie, mildsüße rote Zwiebeln, frisches Basilikum, grasiges Olivenöl, einen guten Rotweinessig, etwas Salz, fertig. Alles da: süß, sauer, würzig, leichte Schärfe. Knackige Elemente, seidige Elemente.

Seidig? Richtig. Damit ist das Brot gemeint. Der Umgang mit dem Brot ist bei der Panzanella entscheidend. Wer sucht, findet tausend Rezepte für Panzanella. Interessanterweise beharren vor allem die deutschen Anleitungen darauf, dass die Brotwürfel knusprig bleiben sollten, also keineswegs vorher eingeweicht werden mögen.

In italienischen Rezepten sieht es anders aus. Hier weiß man die seidige und saftige Konsistenz eingeweichten alten Weißbrotes zu schätzen. Natürlich bleibt es am Ende Geschmackssache. Aber wer sein Brot nur deshalb nicht einweicht, weil er Angst hat, es könne zu matschig werden und ihm missfallen, dem sei geraten, es wenigstens einmal zu wagen – es lohnt sich. Schon bald wird man kein knuspriges Brot im Brotsalat mehr haben wollen, versprochen.

Natürlich bedeutet Einweichen nicht, das Brot stundenlang ins Wasser zu legen, bevor es sich zu den anderen Zutaten gesellen darf. Es sollte nur gerade so stark mit Wasser benetzt werden, dass es zu neuem Leben erwacht und eine ansprechend feuchte, luftig-nachgiebige, eben seidige Konsistenz erreicht. Man denke an einen feuchten Küchenschwamm, der gerade so weit befeuchtet ist, dass er nicht mehr steif ist, aber auch weit davon entfernt, zu tropfen.

Los gehts: Altes Weißbrot in fingerdicke Scheiben schneiden. Wer kein altes, ausreichend trockenes Weißbrot hat, schiebe die Scheiben eines frischeren Weißbrots kurz in den Ofen oder in den Toaster. Die leichten Röstaromen tun dem Aroma des Salates später nur gut. Danach eine

Schale mit etwas Wasser füllen und die trockenen Brotscheiben der Reihe nach einmal kurz darin wenden, bis sie von allen Seiten mit Wasser benetzt sind und jene oben beschriebene Konsistenz bekommen haben: sie sollten feucht federn, aber nicht zu Brei zerfallen.

Brotscheiben würfeln und in eine Schale geben. Nun die frischen Tomaten, den Stangensellerie, die roten Zwiebeln und das frische Basilikum in beliebig große Stücke schneiden, zum Brot geben und alles miteinander vermischen. Frisches, hervorragendes Olivenöl, guten Rotweinessig, Salz und Pfeffer dazugeben und abschmecken. Ruhig ein wenig überwürzen – je nachdem, wie gesalzen das Weißbrot schon ist. In Italien benutzt man für dieses toskanische Rezept das in der Region typische, ungesalzene Weißbrot.

Wer möchte, der sei übrigens unbedingt dazu ermutigt, auch mal den Essig wegzulassen. Hat man ein wirklich hervorragendes Öl und Zutaten, die ein wenig Säure mitbringen (zum Beispiel sehr aromatische Tomaten), wird man erstaunt sein, wie gut das funktioniert. Auch wenn es nicht ganz der kulinarischen Gewohnheit folgt, Essig und Öl stets im Zweiklang zu verwenden: Gutes Olivenöl kann getrost als vollwertiges Dressing durchgehen.

Alles gut durchheben, abdecken und im Kühlschrank durchziehen lassen. Das darf ruhig ein paar Stunden dauern, Zeit macht die Panzanella nur besser. Zwanzig Minuten vor dem Essen aus dem Kühlschrank nehmen, Raumtemperatur annehmen lassen, nochmal abschmecken und gegebenenfalls nachwürzen. Servieren, verspeisen.

Filo d'Olio

So nennt man den feinen Faden Olivenöl, mit dem Olivenöliebhaber die Nudeln auf dem Esstisch adeln, und das Gemüse danach, natürlich auch das Fleisch, die Polenta, die Eintöpfe und den Risotto sowieso. ... und beim Warten auf die Pasta das Brot. Im Editorial des letztjährigen Merum Taschenführers Olivenöl stand zu lesen: „Es ist Aufgabe von Merum, Sie, liebe Leser, nicht nur zum Kauf der besten Olivenöle anzuregen, sondern Ihnen auch zu zeigen, wie reich ein kulinarisches Leben mit Olivenöl sein kann.“ Dieser Verpflichtung kommen wir mit der Rubrik Filo d'Olio nach.

Wer könnte uns die schönsten Seiten der italienischen Kulinariik und die zentrale Rolle des Olivenöls besser näherbringen als Mercedes Lauenstein und Juri Gottschall, die beiden Splendido-Macher (www.splendido-magazin.de)? Für Merum gestalten sie die Rubrik Filo d'Olio und schüren die Lust auf das Nachkochen einfacher, italienischer Rezepte und auf gutes Olivenöl.

am