

Filo d'Olio Doppelt gekocht

Es gibt Gerichte, die schmecken aufgewärmt noch viel besser als frisch, keines bringt dieses Prinzip so auf den Punkt wie die Ribollita

Juri Gottschall und Mercedes Lauenstein



Ribollita: die Wiederaufgekochte

Wenn die Tage wieder kürzer und kälter werden, ist es Zeit für Suppen. Weltranglistenführer in Sachen Suppenkompetenz ist bekanntlich die Toskana. Eine ihrer berühmtesten und seelenwärmendsten Spezialitäten ist die Ribollita, und wer einmal eine gute gegessen hat, weiß: Ein Winter ohne Ribollita ist wie ein Sommer ohne Eis.

Wie der Name bereits erahnen lässt, ist eines der Hauptmerkmale dieser kräftigen Suppe, dass es sich dabei um ein mehrmals aufgekochtes Gericht handelt. Einige Rezepte schreiben gar vor, sie mindestens zwei Mal vollständig abkühlen zu lassen und wieder aufzukochen ehe man von einer echten Ribollita sprechen dürfte.

Zumindest am Tag seiner Herstellung ist dieses Gericht also keine echte Ribollita, sondern noch eine Art Minestrone, eine kräftige Gemüsesuppe aus Bohnen, Kohl und Tomaten. Der große italienische Kochbuchautor Pellegrino Artusi nennt diese Basissuppe Zuppa toscana di magro dei contadini. In vielen toskanischen Bauernhäusern wurde sie anlässlich der sogenannten giorni di magro zubereitet, jenen Tagen, an denen der Verzehr von Fleisch und anderen tierischen Produkten aus religiösen Gründen untersagt war. Man kochte freitags große Mengen einer bäuerlichen Gemüsesuppe und wärmte ihre durchgezogenen Reste dann unter Beigabe von reichlich altem Brot und Olivenöl an den darauffolgenden Tagen wieder auf – ab diesem Zeitpunkt handelte es sich um eine Ribollita. Mehr Eintopf als Suppe und Tag für Tag deftiger und aromatischer.

Wem dies allein nicht schon genug Appetit bereitet, denke nur einmal daran, was für ein Hochgenuss die Ribollita erst direkt nach der Olivenernte ist, wenn man großzügig vom grasgrünen olio nuovo darüber geben kann.

Überzeugt? Dann ab auf den Gemüsemarkt.

Achtung, alle nun folgenden Mengenangaben sind lediglich Richtwerte, kein Grund die Küchenwaage auspacken, Bauchgefühl reicht. Für eine Ribollita, von der vier hungrige Personen satt werden, besorge man in etwa: 500 Gramm getrocknete Cannellini-Bohnen, 500 Gramm Schwarzkohl, 400 Gramm Wirsing, 200 Gramm Mangold, zwei Kartoffeln, zwei weiße Zwiebeln, zwei Karotten, zwei Stangen Sellerie, 300 Gramm geschälte Tomaten aus der Dose, 500 Gramm in Scheiben geschnittenes altes getrocknetes Weißbrot – idealerweise salzloses toskanisches Weißbrot. Olivenöl, Salz und Pfeffer.

Die getrockneten Cannellini-Bohnen müssen zwölf Stunden vor dem Ansetzen der Suppe in Wasser eingeweicht werden. Die Bohnen dafür unter fließendem Wasser gut abspülen und anschließend mit reichlich Wasser in einen großen Topf geben. Nach zwölf Stunden die Bohnen im selben Wasser mit etwas Salz weichkochen. Wer möchte, kann einen Zweig Rosmarin und ein paar Knoblauchzehen mitkochen. Rosmarin und Bohnen sind eine unschlagbare Kombination. Die Hälfte der Bohnen und den Rosmarinweig danach entfernen und beiseite stellen. Den Rest der Bohnen mitsamt

des Kochwassers zu einer geschmeidigen, nicht zu dickflüssigen Bohnensuppe pürieren.

In einem schweren Schmortopf nun reichlich Olivenöl erhitzen und darin die grob geschnittenen Karotten, Zwiebeln und den Sellerie sanft anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Das ebenfalls grob geschnittene restliche Gemüse dazugeben. Reicht die Flüssigkeit der Tomaten nicht aus, vorsichtig etwas Wasser dazugeben und knapp zehn Minuten leise köcheln lassen. Dann die pürierten Bohnen dazugeben und alles mit Salz und Pfeffer abschmecken. Eventuell noch einen Zweig Thymian hinzugeben. Das Gemüse sollte jetzt gerade so mit Flüssigkeit bedeckt sein.

Gut umrühren, den Deckel aufsetzen und mindestens eine gute Stunde lang auf niedriger Hitze köcheln lassen. Wenn nötig, hin und wieder etwas Wasser dazugeben. Gegen Ende der Kochzeit die schon weich gekochten Bohnen dazu geben. Das Brot in ungleichmäßige, ungefähr fingerdicke Scheiben und Stücke schneiden, den Boden einer Schale oder eines Topfs damit auslegen und von der Suppe samt Gemüse darüber geben. Dann wieder mit einer Lage Brot abdecken und erneut mit Suppe begießen. Mit diesen Schichten weiter verfahren, den Topf abdecken und bei Zimmertemperatur abkühlen lassen.

Nach einigen Stunden oder am Tag danach, wenn das Brot die Flüssigkeit weitestgehend aufgesaugt hat, ist der Zeitpunkt für das zweite Aufkochen gekommen. Auf kleiner Flamme alles wieder erwärmen und gut durchrühren. Es sollte nun eine dicke Masse entstanden sein, die nur am Boden ein wenig Flüssigkeit sichtbar werden lässt.

Noch einmal abschmecken (je nach verwendeter Brotsorte muss nachgesalzen werden) und in eine Schale geben. Direkt vor dem Servieren mit einem großzügigen Filo d'olio versehen. Die Ribollita entstammt einer Region, in der einige der besten Olivenölproduzenten der Welt heimisch sind. Demnach ist das Öl hier nicht nur Beiwerk, sondern wichtiges Würzmittel und Geschmacksgeber. Es sollte also weder an der Qualität noch an der Menge gespart werden.

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 Kulinarik 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