



Familienrezept aus Italien: Piera Manzos Pasta C'anciuova (Pasta mit Sardellen)

Nach: Menzel, Peter; D'Aluisio Faith. (2005) *So isst der Mensch. Familien aus aller Welt erzählen, was sie ernährt*. Hamburg: GEO im Verlag Gruner + Jahr. S. 178

Sauce:

1	EL	Olivenöl	erwärmen,
4		Knoblauchzehen	fein schneiden, zugeben
50	g	Sardellenfilets	kalt abspülen, dazugeben unter Rühren dämpfen, bis sie zerfallen
250	g	Tomatenpüree	
50	g	helle Rosinen	
6	EL	Pinienkerne	beigeben, mischen
2½	dl	Wasser	ablöschen, aufkochen
wenig		Salz, Pfeffer	
2	KL	Zucker	würzen

Brösmeli:

200	g	Paniermehl	
1	EL	Olivenöl	in einer zweiten Pfanne anrösten
2–3	l	Wasser	aufkochen
1–1 ½	EL	Salz	würzen
600	g	Spaghetti	beigeben, al dente kochen Abgiessen, gut abtropfen Mit der Sauce mischen Auf tiefe Teller anrichten und mit den Brösmeli (Semmelbröseln) bestreuen

Stell dir vor, du bist bei Familie Manzo zum Essen eingeladen.

Welche Zutaten des Gerichtes kennst du?

Was ist dir an diesem Gericht fremd?

Bei Familie Manzo kommen häufig Fisch und Meerfrüchte auf den Tisch. Wie ist das bei dir?

Täglich wird in den kleinen Lebensmittelläden frisch eingekauft. Was geht dir da durch den Kopf?

Suche das Heimatland der Familie (Italien) auf der Weltkarte. Wo liegt Italien? Kontinent? Nachbarländer? ...

Wenn diese Familie in die Schweiz käme, was würde sie vermissen?

Welche Möglichkeiten hätte die Familie, in der Schweiz an die gewohnten Lebensmittel zu kommen?

Welche traditionellen Gerichte aus dem Herkunftsland der Familie findest du (Kochbücher, Internet)?

Hast du eine Empfehlung für «Ersatz» mit bei uns erhältlichen Lebensmitteln?

Ursprüngliche Zutat

Ersatz

<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>
<hr/>	<hr/>

Rückmeldungen der Lehrperson:
