


Linguine – Pasta-Menü

Linguine mit Tomatensugo und Polpette vom Schwarzen Alpenschwein mit Fenchelsamen

 4 Personen

Rezept von Anna Pearson

Garzeit ca. 1h
Zubereitungszeit ca. ¾h 

Anstatt das Hackfleisch (Faschierte) wie für ein klassisches Ragù alla Bolognese in der Sauce mitzukochen, werden für dieses Rezept aus dem Fleisch mit Fenchelsamen gewürzte Polpette (italienische Hackfleischbällchen) gebraten, die erst kurz vor dem Servieren mit der Pasta und dem pikanten Sugo gemischt werden. Am besten passen dazu reine Hartweizennudeln wie Linguine oder Spaghetti.



Zutaten

Sugo

- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 1-2 Peperoncini
- Olivenöl
- 800g Pelati Tomaten
- Salz



Polpette

- 500g Hackfleisch (Faschiertes) vom Schwarzen Alpenschwein (nicht zu mager)
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Prise Fenchelsamen
- ¾ TL Salz, Pfeffer

Zum Servieren

- 500g Linguine oder Spaghetti
- 1/3 Bund Petersilie
- Extrahartkäse, z.B. Alpsbrinz

Serviervorschlag

Die Pasta auf Tellern verteilen, mit etwas Olivenöl beträufeln und mit frisch geriebenem Extrahartkäse servieren.

Zubereitung

Wenn nötig das Fleisch auftauen: 12 Stunden im Kühlschrank oder 2 Stunden in einem mit kaltem Wasser gefüllten Gefäss.

Für den Sugo die Zwiebeln halbieren und in feine Spalten schneiden, den Knoblauch in hauchdünne Scheibchen schneiden und die Peperoncini halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne einige Esslöffel Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln einige Minuten darin dünsten, ohne dass sie Farbe annehmen. Knoblauch und Peperoncini zugeben und nochmals kurz dünsten.

Die Pelati zugeben, salzen und 30 Minuten zugedeckt köcheln. Mit Salz abschmecken und mit etwas Olivenöl verfeinern.

Während der Sugo kocht, die Polpette zubereiten: Die Knoblauchzehe so fein wie möglich hacken, die Fenchelsamen im Mörser zerstoßen und zusammen mit dem Salz, Pfeffer und Fleisch in eine Schüssel geben. Alles mischen und dann gründlich mit den Händen kneten – so halten die Polpette gut zusammen. Die Mischung 15 Minuten stehen lassen und dann in kleine Stückchen teilen – sie dürfen durchaus unregelmässig gross und müssen auch nicht schön rund sein.

In einer Bratpfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Hälfte der Hackfleischstückchen in die Pfanne geben. 1 Minute bei starker Hitze anbraten, ohne das Fleisch zu bewegen. Wenn es auf der ersten Seite schön gebräunt ist, das Fleisch einmal wenden und nochmals 1 Minute auf der zweiten Seite anbraten – das Fleisch darf für ein saftiges Ergebnis in der Mitte noch leicht roh sein, es wird später durchgaren. In eine Schüssel geben und die zweite Hälfte des Fleisches anbraten. Mitsamt dem aromatischen Bratfett in die Schüssel geben und bereithalten.

Den Petersilie fein hacken.

In einem grossen Topf reichlich Wasser aufkochen, gut salzen und die Pasta al dente garen. Abgiessen und dabei mindestens 1 Deziliter des Pastawassers auffangen. Die Pasta zurück in den Topf geben, den heissen Sugo (je nach Pasta-Menge wird nicht die ganze Sauce benötigt), die Polpette und die Petersilie zugeben und alles mischen. Wenn nötig, so viel Pastawasser zugeben, bis die Pasta eine gute Konsistenz hat.



© Susanne Knaus