Cima di rapa all'insalata

Der Stengelkohl, wie er auf deutsch heisst, ist in Italien vom Mai bis Ende Juni und im Herbst von September bis November auf allen Märkten zu finden. Hierzulande findet man ihn am ehesten im Italienerladen oder unter dem Namen Rappa beim türkischen Händler. Er schmeckt kräftig nach Kohl mit einem leicht bitteren Ton und erinnert etwas an Broccoli. Er kann als Gemüsebeilage angerichtet werden, oder findet Verwendung in Suppen (Minestrone) oder in Pastagerichten. Auch als Salat mit ein paar Tomatenwürfeln an einer kräftigen, pikanten Sauce schmeckt er ausgezeichnet. Ob lauwarm oder kalt serviert, ein paar gehobelte Späne Parmesan oder Sbrinz passen sehr gut dazu.

Zutaten

250g	Cima di rapa
3El	Olivenöl
3El	weisser Balsamico
3El	Gemüsebouillon
1	kleine Zwiebel
2	kleinere Knoblauchzehen
2-3cm	Peperoncino
2Tl	Zitronensaft
etwas	geraspelte Zitronenschale
4	Datteltomaten
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Cima di rapa rüsten: Strunk bis etwas über die Stelle, wo sich die Stengel teilen wegschneiden. Die Knospen herauslösen und später zu Blattwerk geben. Blattwerk von den Stengeln abschneiden und zu ca. 2cm breiten Streifen schneiden. Dicke Stengelteile längs halbieren und die Stengel zu ca. 2-3cm langen Stücken schneiden.

Stengel und Blätter separieren.

Zwiebel hacken, Knoblauch zu kleinen Würfelchen schneiden. Peperoncino von den sehr scharfen Kernen befreien und zu schmalen Streifchen schneiden.

Olivenöl leicht erhitzen, Zwiebel, Knoblauch und Peperoncino zugeben und ca. 2 Minuten dünsten, ohne das die Zwiebel Farbe annimmt. Bouillon dazugiessen, kurz aufkochen und auskühlen lassen.

Salzwasser aufkochen, die Stengel zugeben und ca. 4 Minuten leicht köcheln lassen. Blattwerk und die Knospen zugeben und weitere 2 Minuten köcheln lassen. In ein Sieb abschütten und gut abtropfen lassen (etwas ausschwingen).

Das Olivenöl in eine Schüssel geben, Zitronensaft, Zitronenzesten und Balsamico zugeben. Tomaten in kleine Würfel schneiden und zugeben. Gut vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Lauwarmer Cima di rapa zugeben und vermischen.

Salat anrichten und mit ein paar Parmesanspänen bestreuen.