

FOODSTORY

Der Klassiker für Pasta



Die grüne Pastasauce aus Ligurien ist von der Herstellung & den Zutaten recht einfach und unscheinbar und doch wurde sie auf der ganzen Welt für ihren Geschmack berühmt. Der Name stammt von dem italienischen Wort „pestare“ (zerstampfen), der sich auf die Herstellung beziehen. Was macht ein echte Pesto alla Genovese aus und wie vielseitig ist sie wirklich?

DIE HERKUNFT

Ligurien ist eine Küstenregion im Norden Italiens. Sie ist umgeben von den Regionen Piemont, Emilia-Romagna, Toskana und dem Ligurischen Meer. Die Küche der Region orientiert sich sehr stark an dem Mittelmeer und vereint in sich den Fischfang, sowie die Landwirtschaft. Die Gerichte sind einfach und mit zahlreichen Kräutern, wie Thymian, Rosmarin und Basilikum versehen. Zu den bekanntesten und typischen Gerichten Liguriens zählen die Focaccia, das Pesto, der Farinata und die Pastasorte Trofie.

In der Legende, die sich um die Entstehung des Pestos rankt, heißt es, dass die Sauce zum ersten Mal zufällig von den Händen eines Mönches, der auf den Höhen von Genua lebte, zubereitet wurde. Ein Mönch sammelte nach der Legende in der Nähe des Klosters einige Kräuter und mixte diese später mit Walnüssen, Käse und Pinienkernen. Diese Kräuter, sowie das Kloster in dem der Mönch lebte, benannte man zu Ehren des heiligen Basilikum. Trotz allem Charme der Legende, ist das ursprüngliche Pesto tatsächlich viel älter, als diese Geschichte uns glauben lässt.

PESTO GENOVESE

Das bekannteste Rezept stammt auf dem 19. Jahrhundert. Es besteht aus jungen Basilikumblättern, Knoblauch, Pinienkernen, Salz und Käse, davon einen Teil Pecorino und ein Teil Grana Padano. Damit es seinem Namen alle Ehre macht, wird das Pesto traditionell mit einem Holzstößel in einem Steinmörser hergestellt. Besonders zu beachten ist, dass das Basilikum noch jung sein sollte. Dadurch hat er kleine, zarte Blätter und das Aroma ist viel stärker als bei den größeren Blättern. Auch muss man den Anteil der zwei Käsesorten beachten. Beim traditionellen Pesto, ist der Anteil des Pecorinos ein Drittel der entsprechenden Parmesanmenge. Das bezieht sich auf den Geschmack des Pecorinos, der von Natur aus etwas schärfer ist.

Die Basilikumblätter, die Pinienkerne, der Knoblauch und das Salz werden zunächst in dem Mörser verarbeitet. Danach werden die Käse untergemischt und erst ganz zum Schluss das Olivenöl hinzugegeben. Das besondere an der Art der Zubereitung ist die Geschmacksentfaltung. Durch die Reibung der Blätter durch den Stößel kann das Basilikum seine ganzen Aromen entfalten und verleiht dem Pesto einen unvergleichlichen Geschmack. Auch die grobe Konsistenz ist für das Pesto ein Markenzeichen und zeigt seine Qualität.

EIN PESTO - VIELE ANWENDUNGEN

Durch seine Beliebtheit und Einfachheit inspirierte das Pesto viele weitere Köche dazu andere Zutaten auf dieselbe Art und Weise herzustellen und neue Varianten zu bilden. So kann man sich aktuell nur schwer entscheiden, welches Pesto man gerade benutzen möchte und für was. Da gibt es das Pesto all Genovese, also nach Genueser Art, das Pesto verde, das Pesto basilico, das Pesto rosso oder auch Pesto siciliana genannt, Pesto calabrese oder auch das Pesto pistacchio.

Traditionell wird das Pesto in der ligurischen Küche mit der Pastasorte Trofie, die ebenso aus der Region stammt, serviert. Heutzutage gibt es für jedes Pesto unterschiedliche Anwendungsmöglichkeiten. Man kann es zum Beispiel als Dip für Kartoffeln, als Garnitur für Fleischgerichte, als Akzent auf einer Suppe, zum Hähnchen-Eintopf, als Dressing für Salate, als Marinade, als Basis für Caprese Paninis zum Frühstück, für Füllungen oder für Risottos nutzen.

Ein Pistazien Pesto sticht aus der Reihe etwas raus, da man dieses auch für Desserts nutzen kann. Besonders gut ist die Kombination aus Erdbeeren und Pistazien-Pesto.

Entdecke unsere Pesto-Favoriten aus Ligurien und anderen Regionen in unserem Sortiment.

Weitere Stories auf waurig.com/stories

