

FOODSTORY

'Nduja aus Kalabrien - Alles über Italiens scharfe Streichwurst



Wenn man an die pikante, aromatische Küche Süditaliens denkt, kommt man an 'Nduja kaum vorbei. Diese weiche, streichfähige Wurst aus Kalabrien hat die Herzen von Feinschmeckern weltweit erobert und ist nicht nur ein traditionelles Produkt, sondern auch ein echtes kulinarisches Erlebnis.

ALLES ÜBER 'NDUJA - DIE SCHARFE WURST AUS KALABRIEN

Wenn man an die pikante, aromatische Küche Süditaliens denkt, kommt man an 'Nduja kaum vorbei. Diese weiche, streichfähige Wurst aus Kalabrien hat die Herzen von Feinschmeckern weltweit erobert und ist nicht nur ein traditionelles Produkt, sondern auch ein echtes kulinarisches Erlebnis.

WAS IST 'NDUJA?

'Nduja ist eine besonders würzige, streichfähige Salami, die vor allem aus Schweinefleisch, Speck, reichlich Chili und Salz hergestellt wird. Sie hat eine weiche, fast pastenartige Konsistenz, die sich leicht auf Brot streichen oder in Saucen einarbeiten lässt. Ihr Geschmack ist intensiv, pikant und leicht rauchig – ein echter Geschmackskick!

KURZE GESCHICHTE DER 'NDUJA

Die Ursprünge der 'Nduja liegen im kleinen Dorf Spilinga in der Region Kalabrien im tiefen Süden Italiens. Historisch gesehen entstand die Wurst als ein Weg, Fleisch haltbar zu machen und gleichzeitig die Fülle an lokal angebauten Chilis zu nutzen – Kalabrien ist bekannt für seine scharfen Paprikasorten.

Die erste schriftliche Erwähnung der 'Nduja stammt aus dem 15. Jahrhundert, doch die Tradition wird wahrscheinlich schon seit Jahrhunderten von Generation zu Generation weitergegeben. Heute gilt sie als Symbol für die kalabrische Küche und ist ein wichtiger Bestandteil regionaler Gerichte.

WIE WIRD 'NDUJA HERGESTELLT?

Die Herstellung von 'Nduja ist ein Handwerk, das Geduld und Erfahrung erfordert:

1. Fleischauswahl: Schweinefleisch und Speck werden sorgfältig ausgewählt. Traditionell stammen sie von lokalen Schweinerassen.
2. Gewürze: Chili, Salz und manchmal Knoblauch werden hinzugefügt. Der Chilienteil sorgt für die charakteristische Schärfe.
3. Mahlen und Mischen: Das Fleisch wird fein zerkleinert und mit den Gewürzen gut vermischt.
4. Füllen: Die Masse wird in Naturdärme gefüllt, ähnlich wie bei anderen Salamis, aber deutlich weicher.
5. Reifung: Die Wurst reift mehrere Wochen, wobei die Chiliöl-Mischung das Fleisch aromatisiert und konserviert.

Das Ergebnis ist eine cremige, intensiv schmeckende Wurst, die man streichen, kochen oder in Saucen einarbeiten kann.

KULINARISCHE VERWENDUNG

'Nduja ist unglaublich vielseitig:

- Auf Brot: Einfach auf geröstetes Brot streichen – ein perfekter Snack oder Vorspeise.
- In Pasta-Saucen: Verleiht jeder Tomatensauce eine würzige Tiefe (z. B. Pasta alla Calabrese).
- Pizza: Ein Klecks 'Nduja auf der Pizza sorgt für das gewisse Extra an Schärfe.
- Eintöpfe und Suppen: Kleine Mengen reichen, um Geschmack und Würze zu intensivieren.

WARUM 'NDUJA SO BESONDERS IST

'Nduja vereint Tradition, Regionalität und intensive Aromen in einem Produkt. Sie steht für die kalabrische Leidenschaft für Essen, die Liebe zu Chili und die Fähigkeit, einfache Zutaten in ein kulinarisches Highlight zu verwandeln.

Für alle, die scharfes Essen lieben oder die italienische Küche authentisch erleben möchten, ist 'Nduja ein absolutes Muss!

□ Tipp: Probieren Sie 'Nduja in Kombination mit Pasta, Tomatensauce und frischem Pecorino – das schmeckt wie eine Reise direkt nach Kalabrien! □

Weitere Stories auf [waurig.com/stories](https://www.waurig.com/stories)

