

Der fast vergessene Schatz aus Genua



SEMPLICE ist ein Beitrag von Eberhard Spangenberg. Er ist seit 1983 Inhaber von GARIBALDI, war 1992 Gründer von Slow Food Deutschland und viele Jahre Publizist und Verleger. Es geht in SEMPLICE um kritische und kreative Gedanken zum genussvollen und bewussten Leben, um kulinarische und kulturelle Themen.

Am Anfang von SEMPLICE steht der Traum, eine Strandkneipe an der toskanischen Küste zu betreiben, vor einem Pinienwald und mit blauen Sonnenschirmen und blauen Liegestühlen. Daraus entwickelt sich ein nächster Traum, ein einfaches kleines Lokal in München mit gerade mal zwei Dutzend Gästen. Sie sitzen zum Teil an der offenen Küche, zum Teil an einem großen Tisch. Eberhard Spangenberg verwöhnt seine Gäste mit einfachen und einfachsten Gerichten aus besten Rohstoffen und mit ein paar ausgewählten Weinen. Dazu gibt es jede Menge guter Tipps und viel Kommunikation. Schließlich geht dieses Traumlokal auf Reisen, in zwei Zirkuswägen, einer mit der offenen Küche und Bar, der andere mit ein paar Tischen und Gartenmöbeln, die man überall aufstellen kann, wo interessante Menschen zusammenkommen. Am Ende steht die Erkenntnis, dass zum Träumen und zur Verwirklichung des einfachen und glücklichen Lebens Papier und Bleistift genügen, und im besten Fall auch noch ein blauer Liegestuhl. Das ist SEMPLICE.

Warum es die Farinata nicht bis nach Deutschland geschafft hat.

Einfacher geht es nicht: Kichererbsenmehl, Wasser, Salz und Olivenöl.

Schwieriger geht es kaum: Bei der Farinata kommt alles auf reine, erstklassige Grundstoffe an, auf den richtigen, speziellen Ofen und auf die Erfahrung, die über Jahrhunderte von Generation zu Generation weitergegeben wird.

Farinata ist eine Spezialität aus Ligurien. Man findet sie dort in den Küstenstädtchen und speziell in Genua. Dort, im Viertel über dem alten Hafen, haben sich einige der alten Sciamadde und Friggitorie erhalten. So heißen die einfachen Läden, in denen sich Einheimische und Seeleute seit vielen Hundert Jahren mit Streetfood versorgen, mit Farinata und Focacce, und auch mit allerlei Frittiertem aus Teig, Gemüse und einfachen Fischen wie Baccalà (Stockfisch) und Acciughe (Sardellen). Auf Papp- und Plastiktellern oder in spitz gedrehten Tüten aus Kraftpapier werden die heißen oder noch lauwarmen Spezialitäten gereicht, man nimmt sie einfach so mit oder isst sie gleich vor Ort. Den einfachen Wein dazu gibt es meistens ebenso im Plastikbecher.



Der originellste Laden ist die Antica Sciamadda, wo Chef Umberto Prestigiacomo uns gezeigt hat, wie er seine Farinata herstellt. Die Farinata hat die Form einer großen Pizza, ist aber nicht aus Weizenmehl, sondern 100%ig aus Kichererbsenmehl. Das ist eine gute Botschaft für Allergiker und an Unverträglichkeiten leidenden Menschen, denn sie ist absolut glutenfrei. Wenn man die Art der Herstellung wörtlich nimmt, müsste man die Farinata als Flammkuchen bezeichnen, auch wenn schon eine andere Spezialität aus dem Elsass und aus Deutschland diesen Namen für sich in Anspruch nimmt.



Während der Pizzateig ausgerollt oder -gezogen wird, ist der Teig der Farinata - wie für Pfannkuchen - eher flüssig. Für eine echte Farinata ist die Verwendung einer großen, runden Backform aus Kupfer mit einem 2 bis 3 cm hohem Rand obligatorisch. Sie wird in Genua "testo" genannt und sorgt dafür, dass die Hitze gleichmäßig und nicht übermäßig schnell verteilt wird und hält die fertige Farinata auch länger warm.



Das Wichtigste ist aber der spezielle Holzofen: Schwarz und aus Gusseisen sieht er von außen aus wie ein Pizzaofen, ist aber in seiner Kuppel wesentlich flacher. Er entwickelt noch höhere Temperaturen, bis zu 450°.



Beheizt wird er mit dünnen, langen Scheiten von Buchenholz, die im Inneren des Ofens auf einem kleinen Eisenbock aufliegen, um weniger Glut und höhere Flammen zu entwickeln. Durch die besonders flache Form des Ofens schlagen die Flammen über die Farinata hinweg und lassen die Oberfläche knusprig und goldfarben werden. Dieser Vorgang gibt einen ganz zarten Hauch von Rauchnote, die die Genueser Farinata vor Ort so delikater und einmalig

machen.



Das Kichererbsenmehl: Die Betreiber der Genueser Sciamadde schwören ausschließlich auf das der Molino di Pegli. Die Mühle liegt ganz in der Nähe von Genua und versorgt fast alle Sciamadde und Drogherie (wo auch der Tourist sie lose kaufen kann) der Stadt. Von ehemals einem guten Dutzend Mühlen im Val Varenna ist sie als einzige noch in Funktion. Die über 100 Jahre alten Mahlsteine und Siebwerke werden bis heute direkt von Wasserkraft getrieben. In den 1960er Jahren hat sich die Mühle auf Kichererbsen spezialisiert, wodurch die Mehle, nach einem langsamen Mahlvorgang und 11 x gesiebt, sich durch besondere Reinheit und Feinheit auszeichnen. Das immer frisch gemahlene Mehl der Molino di Pegli wird ausschließlich im lokalen Handel und an Restaurants vertrieben – und bisher nicht in Deutschland.



Dennoch, bitte nicht verzweifeln: Sie werden auch im eigenen Backrohr eine gute Farinata zusammenbringen – als Vorspeise, Brotzeit oder als Happen zwischendurch. Gut, aber nicht so gut wie in Genua! Man findet auch in Deutschland gutes Kichererbsenmehl, vornehmlich im Bio-Handel. Das Gericht mit dem leicht erdigen Geschmack der Kichererbse wird auch im Backofen sehr fein, in der Wirkung ist es eher sättigend. Man kann die Farinata auch mit Rosmarin, Zwiebeln, Oliven oder Salsiccia (kräftige Würste) ergänzen und „würzen“. Ich kann sie mir auch mit Lachstartar oder einem Carpaccio vom Thunfisch vorstellen. Oder Sie servieren ein paar ausgebackene Sardellen, Baccalà, Steinpilze oder Artischockenherzen dazu – dann sind Sie auch schon fast in Ligurien.

Es ist beruhigend, dass es Spezialitäten wie die Farinata gibt, die nach wie vor am besten schmecken, wo sie herkommen. Da die Farinata nur frisch, also heiß oder lauwarm wirklich gut schmeckt, braucht es auch einen gewissen Umsatz, um wirklich in den Genuss zu kommen. All das sind wohl die Gründe, warum es die Farinata im Gegensatz zu Pasta und Pizza nicht geschafft hat, in Deutschland Fuß zu fassen und überhaupt bekannt zu werden. Das Einfache ist eben oft das Schwierige. Semplice.



Das Rezept

Nehmen Sie eine flache Backform oder stilllose Pfanne, möglichst aus Kupfer, heizen Sie Ihren Backofen so heiß wie möglich auf und geben Sie viel Oberhitze. Am besten schalten Sie den Umluftgrill auf volle Kraft.

Zutaten:

300 g Kichererbsenmehl, eine ca. zwei- bis dreifache Menge Wasser, ca. 50 – 60 g Öl (nicht in den Teig!), Salz, Pfeffer. Das reicht für eine Backform mit ca. 40 cm Durchmesser.

Die Farinata braucht viel Öl. Verwenden Sie kein zu kräftiges Extra Vergine. Das ligurische aus der Taggiasca-Olive ist sehr zart und eignet sich deshalb besonders gut. Auf alle Fälle würde ich jedes Olivenöl 50:50 mit neutralem Pflanzenöl (Sonnenblume, Erdnuss o.a.) mischen, damit der feine Geschmack der Kichererbse nicht vom Öl übertönt wird.

Rühren Sie das Mehl mit einem Schneebesen, Handmixer oder Holzlöffel sorgfältig in lauwarmes Wasser ein, geben das Salz dazu. Achten Sie darauf, dass keine Klumpen entstehen. Dann lassen Sie den Teig stehen, mindestens 5 bis 6 Stunden oder die Nacht über im Kühlschrank. Zwischendurch schlagen Sie den Teig immer mal wieder auf, wenn Sie Gelegenheit dazu haben. Vor dem Backen sieben Sie

den Teig durch, wenn noch Klumpen drin sind. Mit einem Löffel schöpfen Sie den Schaum vorsichtig ab. Die Profis in Ligurien füllen eine Schüssel fast randvoll mit dem fertigen Teig und blasen den Schaum dann mit gespitztem Mund über den Rand der Schüssel weg.

Geben Sie das Öl vor dem Teig in die Backform, bis der ganze Boden ausgefüllt ist. Verteilen Sie dann den Teig darüber, nicht höher als 5 bis 6 mm. Wenn der Teig die Form ganz ausfüllt, mischen Sie vorsichtig mit einem Holzspatel Öl und Teig, damit das Öl sich an die Oberfläche des Teiges verteilen kann. Dann ab in den Ofen! Je nach Hitze wird die Farinata in 15 bis 25 Minuten fertig sein – mit einer golden glänzenden Oberfläche, wie ein schöner Käsekuchen. Schneiden Sie vorsichtig die Farinata noch in der Backform in Rechtecke oder Routen - fertig. Farinata schmeckt am besten mit ein wenig gemahlenem schwarzem Pfeffer.

Gute Sciamadde und Friggitorie in Genua

Antica Friggitoria Carega

Via di Sottoripa, 113 r

Tel. +39 010 247 06 17

Sonntag und Montag geschlossen

Sa Pesta

Via dei Giustiniani, 16/R

Tel. +39 010 246 83 36

Montag bis Samstag mittags geöffnet, Donnerstag, Freitag und Samstag auch abends

Farinata dei Teatri

Piazza Marsala, 5/R

Tel. +39 331 85 22 250

Sonntag geschlossen

Antica Sciamadda

Via San Giorgio 14r,

Tel. +39 010 24 68 516

Sonntag geschlossen

Meine Lieblingsosteria in Genua, wenn Sie genug von der Farinata haben:

Il Fabbro

Vico del Campanile delle Vigne, 19/R

Telefon: +39 010 265871

Montag bis Samstag mittags, Freitag und Samstag auch abends