

AU ZYTIG

CHEF-SACHE



Frühlingserwachen

Jedes Jahr freue ich mich auf das Frühlingserwachen auf der Au. Mit etwas Wetterglück lassen sich bei Sonnenschein die ersten warmen Temperaturen bei einem Mittagessen bereits im März auf unserer Terrasse geniessen. Es ist aber auch der heitere Schwung, den der Frühling mit sich bringt, auf den ich mich freue.

So ist der Frühling im Landgasthof Halbinsel Au traditionell die Zeit für ausgedehnte Streifzüge durch die italienische Küche. Dieses Jahr sind wir während acht Wochen zu Gast auf Sizilien. Vom 18. März bis zum 16. Mai servieren wir Ihnen eine bunte Komposition aus Inspirationen, die sich unser Küchenchef Wolfgang Jambor ganz im Süden Italiens geholt hat.

Das Olivenöl aus Sizilien, mit dem wir täglich kochen, können Sie übrigens neu bei uns erwerben: Es trägt die Herkunftsbezeichnung Monti Iblei und wurde von der Hochschule Wädenswil mit der Goldmedaille ausgezeichnet. Mehr dazu auf Seite 2.

Philippe Keller, Gastgeber

AKTUELLES

Zu Tisch im gastfreundlichen Sizilien

In der Küche Siziliens verbinden sich Natur und Kultur auf beispielhafte Weise. Die Gerichte basieren auf einheimischem Gemüse, vor allem Tomaten und Auberginen. Oliven, Zitrusfrüchte und Mandeln verfeinern die Rezepte. Aber die bewegte Geschichte der Insel beeinflusste die Küchenkultur ebenfalls wesentlich: Im Mittelalter war Sizilien unter arabischer Herrschaft, später folgten die Spanier und die Normannen. Es ist dieser Mix aus Einflüssen, der heute die sizilianische Küche zu einer der vielfältigsten Italiens macht. Das farbenfrohe Lucullus-Menu (S. 3) nimmt den ganzen Reichtum der Abwechslungen auf. Seien es Bucatini mit Sardellen, auf die Kabeljau mit Zitrone folgt, sei es der Hauptgang, zu dem in jedem Fall Penne gehören: Verschiedene Pasta-Arten und Fisch

aus dem Mittelmeer reichen sich in der heiteren Komposition die Hand.

Was die Küche prägt, bestimmt auch das Leben auf Sizilien: Die Verbindung von Natur und Kultur. Die grösste Insel im Mittelmeer hat die Form eines Dreiecks. Darauf geht ihr antiker Name «Trinakria» zurück, der auf kulturelle Traditionen aus mehr als zwei Jahrtausenden verweist. Noch heute steht das dreibeinige Trinakria-Symbol für die vielfältigen Einflüsse aus Ost und West. Den Sizilianern verleiht es einen besonderen Nimbus, weil seine Herkunft unklar und von vielen Legenden umwoben ist. Ebenso wichtig wie die Traditionen sind aber auch die Einflüsse der Natur: Die faszinierende Hügellandschaft, zu der auch der Ätna als einer der aktivsten Vulkane Europas zählt, und die enge Verbindung zum Meer sind bestimmend. Dieser Gegensatz aus Feuer und Wasser macht Sizilien so einzigartig.



DIES UND DAS

HEILMITTEL AUS DER KÜCHE



Olivenöl – ein natürlicher Wärmemantel

Der Olivenbaum ist seit rund 7000 Jahren bekannt. Damit gehört er unbestritten zu einer der ältesten und gleichzeitig interessantesten Kulturpflanzen. Er kann bis zu 2000 Jahre alt werden und gilt deshalb vielerorts als Lebensbaum. Nach der Sintflut, als Noah seine Taube zum zweiten Male fliegen liess, kam sie um die Abendzeit mit einem frischen Öl-zweig in ihrem Schnabel zurück. Dieses Friedens- und Hoffnungszeichen Gottes blieb den Menschen für alle Zeiten im Gedächtnis, weshalb der Olivenbaum im Süden oft als Symbol der Gottesnähe in der Nähe von Kirchen steht. Im Gleichnis des barmherzigen Samariters ist auch die Heilwirkung des Olivenöls beschrieben: zuerst heilte der barmherzige Samariter die Wunden des Mannes, der

in die Hände von Räubern gefallen war, mit Wein. Dann goss er Öl in die Wunden, damit die Heilung rascher voranschreite.

Heilwirkung des Olivenöls

Hochwertiges Olivenöl kann sowohl innerlich als auch äusserlich zur Heilung angewendet werden. Aufgrund seiner Zusammensetzung ist das Olivenöl besonders leicht emulgierbar und dadurch für die menschliche Verdauung leicht aufspaltbar – es wird vom Körper fast vollständig genutzt. Hauptbestandteil des Olivenöls sind die einfach ungesättigten Ölsäuren. Diese haben eine besondere Schutzwirkung auf das Blut, indem sie es verdünnen und auf diese Weise vor Herzinfarkt schützen. Gerade die olivenölreiche Ernährung in der mediterranen Küche trägt dazu bei, den Cholesterinspiegel niedrig zu halten. Das Olivenöl bewirkt dabei eine Senkung des schädlichen LDL-Cholesterins. Olivenöl verhindert das Altern der Zellen, indem es sie stabiler und weniger anfällig macht für Schadstoffe im Blut. Olivenöl ist ebenso ein hervorragendes Mittel zur Anregung des Gallenflusses. Leberkompressen mit Olivenöl (2 – 3 Wochen lang) stärken und reinigen die Leber und regen die Gallentätigkeit an.

*Fortsetzung in der September-Ausgabe:
Was das Olivenöl sonst noch kann...*

Primo Olio Extra Vergine di Oliva, D.O.P. Monti Iblei, Gulfi, Italia SICILIA

Wir kochen täglich damit, und Sie haben Gelegenheit, dieses feine Öl bei uns zu kaufen:

kleine Flasche, Fr. 14.50

grosse Flasche, Fr. 23.50

Goldmedaille

Von 157 getesteten Olivenölen wurde «unser» Olivenöl von der Hochschule Wädenswil ausgezeichnet.



DAS KÜCHEN-ABC

Conserva dolce di pomodori

Eingemachtes süsses Tomatenmus

Auf dem Land kocht man auch Marmelade aus grünen Tomaten. Dieses Mus hier ist anders. Es hat den Geschmack der vollreifen Früchte und wirkt dank dem Peperoncino und Rotwein ein wenig wie Ketchup. Wie dieses passt es als Würzsauce zu Gemüse, Fisch und Fleisch, aber auch einfach als Brotaufstrich.

**800 g vollreife, prallrote Tomaten,
300 g Zucker, 1 Peperoni, 50 ml Rotwein,
Saft von einer halben Zitrone**

Die gewaschenen Tomaten in Stücke schneiden, entkernen, in einen Topf geben und 10 Minuten garen. Durch ein Sieb streichen, den Zucker und den kleingeschnittenen, entkernten Peperoncino zufügen. Das Mus wieder zum Kochen bringen, den Wein dazugießen und die Hitze reduzieren. Unter fleissigem Rühren bis zum Gelierpunkt kochen. Kurz vorher den Zitronensaft filtern und untermengen. Noch heiss in saubere Einmachgläser füllen und diese gut verschliessen.

ZUM SCHMUNZELN

Die Witwe zum Juwelier: «Mein Mann hat mir 5000 Franken für einen Gedenkstein hinterlassen. Können Sie mir ein paar Steine in dieser Preisklasse zeigen?»

WEISHEITEN

Akupunktur ist die schmerzhafteste Form der Bestechung.

Eine Freundschaft, die der Wein gemacht, wirkt wie der Wein, nur eine Nacht.

Für den Optimisten ist das Glas halb voll, für den Pessimisten halb leer. Der Realist verdrückt sich beizeiten, damit er nicht abwaschen muss.

A LA CARTE – VOM FEINSTEN

A TAVOLA IN BELLA SICILIA

das 6- oder 8-Gang-Menü mit den verschiedenen Möglichkeiten

Insalata di mozzarella e asparagi

Spargel-Mozzarella-Salat
mit Dörrtomaten
Vinaigrette Valle dell'Alcantara

Spaghetti «Trapanis»

Spaghetti nach Art von Trapanis
mit Tomaten, Oliven und Thunfisch

Merluzzo «Taormina»

Frittierte Kabeljaufilets auf Tomatensugo
mit Zitronen und Kapern

Sorbetto al limone e limoncello

Zitronen-Sorbet mit Limoncello

Spiedino di filetto di maiale «Messina»

Schweinsfiletspiess mit Brot und Speck
an einer Marsala-Sauce,
serviert mit Nudeln und Blumenkohl

Provolone piccante «Agrigento»

auf Melonen-Carpaccio serviert

Ricotta montata al cioccolato amaro

Geschlagene Ricotta mit dunkler
Schokolade wie in der Provinz Ragusa

Die drei Frühlings-Köstlichkeiten

- **Zuppa di patata rallada** –
Suppe von geriebenen Kartoffeln
- **Zuppa ai funghi Giardini Naxos** –
Pilzsuppe Giardini Naxos
- **Zuppa ai zucchini Castiglione di Sicilia** – die ganz typische
Zucchini-Suppe



8-Gang-Menü Fr. 83.–
(Preis pro Person)

6-Gang-Menü Fr. 70.–
(Preis pro Person,
ohne 4. und 7. Gang)

Bestellzeiten

Jeden Mittag bis 13.15 Uhr und
jeden Abend bis 20.30 Uhr, damit
Ihnen genügend Zeit zum Genießen bleibt!

Aktuell vom 18. März
bis 16. Mai 2010

Involtini di tonno affumicato e ricotta fresca

Röllchen von geräuchertem Thunfisch
und frischem Ricotta

Bucatini «Isole Eolie»

Bucatini mit Wirsing, Sardellen
und gerösteten Semmelbröseln

Cernia «Letojanni»

Zackenbarsch mit Kirschtomaten
und schwarzen Oliven

Sorbetto al pompelmo e liquore di pesca

Grapefruit-Sorbet mit Pfirsich-Likör

Scaloppine di vitello alla siciliana

Kalbsschnitzel Sizilianische Art,
serviert mit Penne und Artischocken

Pecorino giovane «Val di Mazara»

Junger Pecorino-Käse
mit Pfirsich garniert

Semifreddo alla mandorla «Etna»

Mandel-Halbgefrorenes
mit heisser Schokolade

AKTUELL UND MARKTFRISCH

März bis August

- Weisse und grüne Spargeln
- Bärlauch
- Artischocken
- Auberginen
- frische Erbsen
- Fenchel
- Gurken
- Kopfsalat
- Frühkartoffeln
- Morcheln
- Sauerampfer
- Schnittlauch
- Sommertrüffel



März bis August

- Melonen
- Aprikosen
- Pfirsich
- Rhabarber
- Erdbeeren
- Heidelbeeren
- Kirschen
- Sauerkirschen
- Brombeeren

RÜCKBLICK / AUSBLICK

FÜR JEDEN ANLASS DEN PASSENDEN SAAL



Für Ihren Firmen- oder Festanlass fordern Sie unsere neue, vielseitige Bankettdokumentation an!

Au-Saal, 1. Stock ab 64 bis 180 Personen

Landi-Saal ab 78 bis 280 Personen

Werdmüller-Stube bis 38 Personen

Buure-Stube bis 33 Personen

Hotel 11 Zimmer (20 Betten)

mit Bad oder Dusche, Telefon und TV

Garten Bis 400 Personen

Selbstbedienungsrestaurant mit grossem Gartengrill

Restaurant und Säle sind rollstuhlgängig.

Für jeden Anlass und für jedes Fest: Der Landgasthof Halbinsel AU verfügt über grosszügig konzipierte, moderne, freundliche, stilvolle Säle, die sich durch besondere, elegante und gepflegte Ambiance auszeichnen. Interessiert? Dann fordern Sie heute noch die umfangreiche Bankettdokumentation an: Tel. 044 782 01 01, E-Mail info@halbinselau.ch

Ja, informieren Sie mich regelmässig, was auf der Halbinsel AU los ist.
Die «**AU-Zytig**» soll mir jeweils **kostenlos** zugestellt werden!

Vorname / Name

Strasse / Postfach

PLZ / Ort

E-Mail

Bitte auf eine Postkarte kleben oder in ein Kuvert stecken und einsenden an:
Landgasthof Halbinsel AU, 8804 Au. Dieser Gratis-Coupon kann zudem an
der Réception oder im Restaurant abgegeben werden. Weitere Kommuni-
kationsmöglichkeiten durch info@halbinselau.ch oder www.halbinselau.ch

SPARGEL-SPEZIALITÄTEN

Die Frühlings-«Affäre»

Gebratene Schweinsfilet-Tranchen und Riesenscampi auf Spargelgemüse an einer scharfen Mango-Cocos-Currysauce

Spaghettini im südlichen Kleid

mit Basilikum, Tomaten, Oliven, grüne und weisse Spargelstückli



GESCHENK-GUTSCHEINE

Individuell und persönlich
(in jedem Betrag möglich)



IHRE WOHLFÜHL-INSEL AM ZÜRICHSEE