

PINSA

Daniela Taglialegne
Sven Oliver Neitzel



*Italienische Lebenslust
auf knusprig-luftigem Teig
Mit 80 Rezepten*

atVERLAG



INHALTSVERZEICHNIS

6	VORWORT
8	PINSA ROMANA - WER HAT'S ERFUNDEN?
10	WARENKUNDE
10	Mehl/Farina
11	Käse
15	REZEPTE
16	Teig
16	Sauerteig
17	Pinsateig
20	Saucen
26	Dips
32	Toppings
40	Pinsa
43	Vegetarisch/Vegan
87	Fleisch
149	Fisch
165	Sandwich
173	Süß
211	ANHANG
212	Dank
214	Rezeptverzeichnis

VORWORT

In einer Zeit, in der uns Fastfood, To-go-Essen und Essenslieferungen nach Hause als erstrebenswert vermittelt werden, ist für uns die Pinsa der Weg zurück zu der eigentlichen Bedeutung des Wortes »Lebens-Mittel«.

Essen ist Dreh- und Angelpunkt unseres Lebens – ohne Nahrung kein Überleben. Sollten wir ihm also nicht eine viel größere Bedeutung zugestehen, ohne die so verbreiteten Dogmen und Verbote, die viele Ernährungsformen mit sich bringen?

Ganz bewusst verzichten wir darauf, von »gesund« Ernährung zu sprechen – »gesund« ist ein Thema, das viel zu breit gefächert, zu individuell und inzwischen ein wenig überstrapaziert erscheint. »Bewusst« ist das Schlagwort – wer an einem Samstagmorgen über einen Markt schlendert, sich für frische, unbehandelte, vielleicht sogar regionale, unverpackte Produkte entscheidet, wer im Grunde schon mehr tut, als nur zum nächsten Produkt im Supermarktregal zu greifen, sondern sich Gedanken darüber macht, warum er sich für welches Lebensmittel entscheidet, wer sein Essen bewusst wahrnimmt und nicht gedankenlos in sich hineinstopft – der kann im Grunde nicht »ungesund« leben.

Bewusst essen ist, den unverfälschten Geschmack eines Prosciutto di San Daniele wahrzunehmen, wenn er hauchdünn geschnitten direkt von der Maschine kommt – die Augen zu schließen und ihn in all seinen Aromen wahrzunehmen; ein Stück Parmesan direkt aus dem Laib herauszubrechen und zu erkennen: Die Intensität dieser Aromen hat nichts mit der Farblosigkeit eines fertig geriebenen Parmesans zu tun. Sich bewusst zu ernähren ist aber auch, eine Salami in Italien zu kaufen, die bei einer Nonna im Keller hing, und zu erkennen: Salami ist gar nicht rot, sie ist grau-braun, ungleichmäßig und völlig unperfekt – und schmeckt trotzdem ganz wunderbar, sie ist weit entfernt davon, kalorienarm zu sein, aber eben auch das ist bewusst: sich bewusst für dieses Fett und die Kalorien zu entscheiden und den Geschmack ohne schlechtes Gewissen auszukosten.

Wie passt dies nun zu Pinsa? Und was macht die Pinsa eigentlich aus?

Eine Pinsa ist im Grunde eine Art Fladenbrot, das man je nach Lust und Laune herzhaft oder süß belegt oder auch pur genießt. Ihr Teig ist superbekömmlich – innen besonders leicht und fluffig, außen mit einer dünnen und herrlich knusprigen Teigschicht, welche all die frischen Toppings nicht nur trägt, sondern geschmacklich erst richtig hervorhebt. Sie ist kinderleicht zu belegen und gibt jedem Liebhaber von besten Produkten und vielfältigen Aromen die Möglichkeit, sich kreativ auszutoben, seiner Fantasie keine Grenzen zu setzen. Ob herzhaft oder lieblich, salzig oder süß, vegan oder vegetarisch – Pinsa ist DIE kulinarische Bühne für eure Lieblingsprodukte und euren persönlichen Geschmack.

Bei der Zubereitung einer Pinsa wird eben nicht nur etwas bei großer Hitze im Backofen verbrutzelt oder mit Unmengen Käse bedeckt und damit völlig geschmacklos gemacht – nein: Selbst zubereitete Saucen, viele frische und dadurch auch gesündere Produkte, eine tolle Optik und das Ganze auf knusprig-luftigem Teig – DAS macht eine Pinsa aus!

In Italien schon lange kein Geheimtipp mehr, entwickelt sich ganz langsam auch in Deutschland eine Pinsa-Kultur, und die Pinsa wird vom Insider-tipp zum neuen Trendfood.

Für uns persönlich ist die Pinsa aber noch ein bisschen mehr als nur die Einzigartige mit dem Super-teig. Sie ist ein Weg zurück zu den Anfängen, zu allem, was uns an dieser schnelllebigen Zeit nicht gefällt, weg von der genormten Industripizza, zurück zur echten Handarbeit, mit Menschen, die zum Testen des Teigs die Augen schließen, mit denen man stundenlang über Belagskreationen und die Vorteile von San-Daniele-Schinken gegenüber Parmaschinken diskutieren kann, die dir mitten in der Nacht Nachrichten schreiben, weil ihnen eine tolle neue Kombination eingefallen ist.

Sie ist italienische Lebenslust, sie ist gemeinsam in der Küche stehen und mit Freunden und Familie Zeit verbringen, sie ist ein lauter Besuch auf einem Markt mit all seinen Farben, Gerüchen und Wahrnehmungen, sie ist das Gefühl, aus einem Samstagseinkauf ein Familienevent zu machen, sie ist der Hauch von Erinnerung an große Familienfeste, die immer in der Küche stattgefunden haben.

Sie ist aber auch die Möglichkeit, sich an Essen heranzuwagen – und das, ohne kochen zu können. Denn wir wollen zeigen: Der Teig mag ein wenig aufwendig in der Herstellung sein, aber was das Produkt und das Erlebnis ausmacht, ist im Grunde nur die Wahl der Zutaten – und die müssen bewusst und mit Liebe ausgewählt sein, ohne viele Gewürze, ohne aufwendige Zubereitung.

So ist dann auch unser Credo für dieses Buch: »Du bist, was du isst – also sei nicht schnell, billig, einfach oder unecht.«



TEIG

Sauerteig

Ein Wort, das aktuell in aller Munde ist, als wäre es der neu gefundene Stein der Weisen. Dabei ist Sauerteig im Grunde die Basis eines jeden guten Teiges, seit der Antike bekannt und fester Bestandteil jeder guten Backstube und damit kein bisschen magisch. Aber: Er benötigt Zeit und Vorbereitung und sehr viel Aufwand.

Alle Rezepte in diesem Buch können wahlweise mit einem selbst angesetzten Sauerteig oder mit fertigem Sauerteig aus dem Handel (frischer, kein getrockneter Sauerteig) hergestellt werden.

Manch einem wird aus Schulzeiten noch der in den 1980er-Jahren bekannte »Hermann«-Teig ein Begriff sein – ein Sauerteig-Starter, der vermehrt wurde und den man klassisch von Freunden und Bekannten geschenkt bekam, zusammen mit einem »Hermann«-Brief, einer Art Kettenbrief, der Instruktionen zur weiteren Pflege und Weitergabe des Teiges enthielt. In den USA kannte man als Pendant dazu das Amish Friendship Bread.

Für all diejenigen, die sich ihren eigenen Sauerteig ansetzen möchten – was im besten Fall nur einmal im Laufe der eigenen Bäckerkarriere geschehen muss –, hier ein Rezept in allen Stufen:

Sauerteig-Starter

Anstellgut für Sauerteig:

60 g Mehl (der gewünschten Getreidesorte – Weizen, Roggen oder Dinkel. Die einzelnen Starter unterscheiden sich natürlich in Konsistenz und Farbe, funktionieren aber alle.)
60 ml Wasser

Tag 1: Am Morgen des ersten Tages 20 g Mehl und 20 ml Wasser in einem Glas (ein durchsichtiges Glas ist, schon allein um den Fermentationsprozess bewundern zu können, ein absolutes Muss) verrühren und zugedeckt (jedoch nicht luftdicht verschlossen) bei gleichmäßiger Raumtemperatur stehen lassen. Am Abend einmal ordentlich von Hand durchrühren und wieder zugedeckt stehen lassen.

Tag 2: Am Morgen des zweiten Tages 20 g Mehl und 20 ml Wasser hinzugeben und verrühren. Weiterhin zugedeckt (jedoch nicht luftdicht verschlossen) bei gleichmäßiger Raumtemperatur stehen lassen. Am Abend einmal ordentlich von Hand durchrühren und wieder zugedeckt stehen lassen.

Tag 3: Am Morgen des dritten Tages 20 g Mehl und 20 ml Wasser hinzugeben und verrühren. Weiterhin zugedeckt (jedoch nicht luftdicht verschlossen) bei gleichmäßiger Raumtemperatur stehen lassen. Am Abend einmal ordentlich von Hand durchrühren und wieder zugedeckt stehen lassen.

Im Laufe der Tage kann man den Fermentationsprozess genau beobachten und zuschauen, wie sich Bläschen bilden, sich der Geruch verändert.

Warum eigentlich Sauerteig?

Im Grunde ist der Sauerteig eine Art Vorteig. Während das Gemisch aus Wasser und Mehl bei Raumtemperatur sich selbst überlassen wird, gären die enthaltenen Milchsäurebakterien und wilden Hefen. Die entstehenden Mikroorganismen bauen die enthaltenen Mehrfachzucker ab, bilden Kohlendioxide, Essig- und Milchsäure sowie Alkohol (keine Sorge, die entstehende Menge Alkohol sorgt nur für wunderbare Aromen, nicht für den nächsten Rausch. Er verfliegt während des Backprozesses.). Die Milchsäure sorgt dafür, dass das Mehl backfähiger wird, die Essigsäure ist verantwortlich für den typischen Sauerteig-Geschmack und -Geruch. Das Kohlendioxid ist verantwortlich dafür, dass der Teig schön fluffig aufgeht und locker wird, dass er gut verdaulich und sauber durchgebacken ist.

Klingt nach Chemieunterricht neunte Klasse? Ist es im Grunde auch – ein Sauerteig lebt, und das soll er auch unbedingt, denn genau dieses Lebendige ist es, was einen guten Teig von einem industriell gefertigten unterscheidet.

Wenn man nun mit dem eigenen Sauerteig einen Teig herstellen möchte, nimmt man 30 g des Anstellgutes, mischt es mit 240 g Mehl und 240 ml Wasser, und schon hat man seinen fertigen Sauerteig.

Den Rest des Anstellgutes mischt man mit 50 g Mehl und 50 ml Wasser von Hand durch, füllt 3–4 Esslöffel dieser Mischung in ein neues Glas und stellt es in den Kühlschrank. Füttert und pflegt man seinen Sauerteig in dieser Form einmal pro Woche, kann er viele Jahrzehnte alt werden.

Pinsateig

400 g Pizzamehl 00 (alternativ Dinkelmehl)
75 g Reismehl (alternativ Basmatireis)
25 g Sojamehl
5 g Frischhefe (oder 3 g Hefe + 25 g Sauerteig)
360 ml Wasser
10 g Salz
13 ml Olivenöl
Grieß zum Formen (alternativ Hartweizen- oder Reisgrieß)
Öl für die Schüssel

Thermomix:

Alle Mehlsorten in den Mixtopf geben. Wer sein Reismehl selbst herstellen möchte, gibt den Basmatireis in den Mixtopf und zermahlt ihn zweimal auf Stufe 10, jeweils etwa 10 Sekunden.

Anschließend Hefe (oder Hefe + Sauerteig) in den Mixtopf geben, 100 ml Wasser hinzufügen und 2 Minuten/37 Grad/Stufe 2 auflösen.

Dann das restliche Wasser sowie das Salz und das Olivenöl zugeben und alles 3 Minuten/Teigstufe kneten. Den Teig aus dem Mixtopf nehmen und im Kühlschrank mindestens einen Tag langsam aufgehen lassen. (Der Teig kann leicht bis zu 72 Stunden aufgehoben werden.)



Kräuter-Dip



Tomate-Basilikum-Dip



Lachs-Dip



Meerrettich-Dip



Bananen-Curry-Dip



Honig-Senf-Dip



BBQ-Dip



TOPPINGS

Paprika-Topping

- 1 große Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 rote Paprikaschoten
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Mehl
- 300 ml Gemüsebrühe
- 3 TL mildes Paprikapulver
- ½ TL Rosenpaprika
- 2 EL Tomatenmark
- Salz, Pfeffer aus der Mühle
- 1 EL Zucker
- 100 g Sauerrahm, Crème fraîche oder vegane Crème fraîche

Die Zwiebel und den Knoblauch klein schneiden, die Paprika entkernen und würfeln. Alles im heißen Öl anrösten. Das Mehl dazugeben, kurz Farbe nehmen lassen und mit der Brühe aufgießen. Mit einem Schneebesen gut durchrühren. Paprikapulver, Tomatenmark, Salz, Pfeffer und Zucker begeben und alles etwa 8 Minuten köcheln lassen.

Den Sauerrahm oder die Crème fraîche mit dem Schneebesen einrühren, eventuell nochmals abschmecken und alles mit dem Stabmixer oder im Küchenmixer zu einer glatten homogenen Creme pürieren. Die Sauce erkalten lassen und umfüllen.

Rote-Bete-Topping

- 1 mittelgroße Zwiebel
- 1 gehäufte EL Butterschmalz oder pflanzliche Bratcreme
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Tafelmeerrettich
- 400 g Rote Bete, geschält, gekocht
- 200 ml Gemüsebrühe
- 100 g Schmand oder vegane Crème fraîche

Die Zwiebel in feine Würfel schneiden und im erhitzten Butterschmalz oder Pflanzenfett glasig dünsten. Das Tomatenmark und den Meerrettich zugeben und 1 Minute anrösten.

Die Rote Bete in etwa 2 cm große Würfel schneiden und zu den Zwiebelwürfeln geben. Alles gut verrühren und mit der Gemüsebrühe ablöschen. Den Schmand oder die vegane Crème fraîche zugeben und 3 Minuten aufkochen lassen.

Anschließend mit dem Stabmixer sehr gründlich pürieren. Nach Belieben durch ein feines Haarsieb streichen. Die Sauce erkalten lassen und im Kühlschrank aufbewahren.

TIPPS Wer kein Freund von Meerrettich ist, kann diesen auch durch 1 Esslöffel scharfen Senf ersetzen.

Rote Bete färbt sehr intensiv und kann hartnäckige Flecken auf der Kleidung hinterlassen – lieber eine Schürze umbinden und Küchenhandschuhe tragen!





Grüner Spargel & Burrata

BACKZEIT: 5½ MINUTEN

VOR DEM BACKEN

4 Pinsa-Böden
160 g Mascarpone
2 Zitronen, Saft
1 TL Zucker
160 g Radieschen
200 g grüner Spargel

Den Mascarpone mit dem Zitronensaft und dem Zucker sehr gut verrühren und 20 Minuten stehen lassen.

NACH DEM BACKEN

120 g eingelegte getrocknete Tomaten, nach Belieben
80 g Granatapfelkerne
160 g Burrata

Die Radieschen in feine Scheiben schneiden, die getrockneten Tomaten, falls verwendet, mit Küchenpapier trocken tupfen und in 1 cm breite Streifen schneiden. Die unteren Enden des Spargels etwa 1 cm abschneiden.

Die Pinsa-Böden mit der Mascarponecreme bestreichen. Dann den Spargel und die Radieschenscheiben daraufgeben und die Pinsa im vorgeheizten Ofen nach Anleitung backen, dann aus dem Ofen nehmen. Die getrockneten Tomaten, falls verwendet, und die Granatapfelkerne auf dem gebackenen Boden verteilen und mit Tupfen von Burrata fertigstellen.

Für Liebhaber von vielen unterschiedlichen Geschmacksindrücken auf einmal ist diese Pinsa genau das Richtige: frische Mascarponecreme als Basis für den grünen Spargel, pfeffrige Radieschen, dazu herzhaft Tomaten, fruchtig-frischer Granatapfel und das Ganze abgerundet durch cremige Burrata. Ein Traum!

Jetzt wird's »american style«! Selbst gemachtes Pulled Beef im Topf geschmort und dazu als klassische Beilage gerösteter Mais und Bohnen – das zu Cowboyzeiten häufig genutzte Fladenbrot wird hier durch unsere leckere Pinsa ersetzt.

Pulled Beef & Mais & Bohnen

BACKZEIT: 6 MINUTEN

VOR DEM BACKEN

4 Pinsa-Böden
280 g Tomatensauce
(Rezept siehe Seite 20)
200 g Cheddar, gerieben

NACH DEM BACKEN

1 kg Rinderbraten
200 ml Barbecuesauce
1 EL getrockneter Oregano
1 EL Paprikapulver
½ TL gemahlener Kreuzkümmel
1 EL Cayennepfeffer
1 TL Knoblauchpulver
1 EL Zwiebelgranulat
2 Zwiebeln, fein gewürfelt
3 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
4 EL Pflanzenöl
500 ml Rinder- oder Gemüsebrühe
je ½ TL Salz und schwarzer Pfeffer
aus der Mühle
1 EL Ahornsirup
120 g Mais aus der Dose
120 g Kidneybohnen

TOPPING

4 EL Barbecuesauce
1 Bund glatte Petersilie,
Blättchen abgezupft

Den Braten mit der Hälfte der Barbecuesauce und einer Mischung aus Oregano, Paprikapulver, Kreuzkümmel, Cayennepfeffer, Knoblauchpulver und Zwiebelgranulat einreiben und 4 Stunden in Alufolie einwirken lassen.

Eine der gewürfelten Zwiebeln mit dem Knoblauch in einem großen Topf in 2 Esslöffeln Öl anbraten und anschließend den Braten obenauf legen. Mit der Brühe aufgießen und bei geschlossenem Deckel 5 Stunden bei kleiner Hitze garen. Gelegentlich umdrehen und eventuell mit etwas Brühe oder heißem Wasser aufgießen, der Braten sollte nicht im Trockenen liegen.

Den Braten herausnehmen, mit zwei Gabeln längs der Faser zuerst grob und dann nochmals klein auseinanderrupfen. Mit einer Mischung aus Salz, Pfeffer, dem Ahornsirup und der restlichen Barbecuesauce würzen.

Den Mais und die Bohnen im restlichen Öl erhitzen und mit Pfeffer, Salz und der zweiten klein gewürfelten Zwiebel aromatisieren.

Die Pinsa-Böden gleichmäßig mit der Tomatensauce und dem geriebenen Cheddarkäse bedecken und im vorgeheizten Ofen nach Anleitung backen, dann aus dem Ofen nehmen.

Das Pulled Beef auf den gebackenen Boden geben, dann den Mais und die Bohnen darüber verteilen. Zum Abschluss mit der Barbecuesauce und frischen Petersilienblättern garnieren – enjoy!





Skyr als echte Proteinbombe kombiniert mit einer selbst gemachten süßen Minzsauce und getoppt mit den fruchtig-säuerlichen Granatapfelkernen – hier kann man gesunde Vitamine wirklich genussvoll verzehren!

Skyr & süße Minze

BACKZEIT: 4 MINUTEN

VOR DEM BACKEN

4 Pinsa-Böden

NACH DEM BACKEN

120 g frische Minze, Blättchen
abgezapft, nach Belieben

100 ml Zitronensaft

120 g Puderzucker

400 g Skyr Vanille

60 g Granatapfelkerne

40 g weiße Schokolade, fein gehobelt,
nach Belieben

TOPPING

Minzpesto
(Rezept siehe Seite 38),
nach Belieben

Das Minzpesto, falls verwendet, wie auf Seite 38 beschrieben zubereiten.

Die Minzblättchen waschen, trocken schütteln, mit dem Zitronensaft und dem Puderzucker vermengen und mit dem Pürierstab zu einer Creme verarbeiten.

Die Pinsa-Böden ohne Belag im vorgeheizten Backofen nach Anleitung 4 Minuten backen, dann aus dem Ofen nehmen und 1 Minute abkühlen lassen.

Den Skyr auf dem gebackenen Boden verteilen, dann die Granatapfelkerne daraufgeben und die Minze oder das Minzpesto gleichmäßig darüberstreuen. Wer es noch süßer mag, verfeinert mit geriebener weißer Schokolade.

WISSENSWERTES Skyr ist ein traditionelles Milchprodukt der Isländer, das seit einiger Zeit den hiesigen Markt erobert. Es erinnert von seiner Konsistenz her an einen cremigen Magerquark. Der Legende nach brachten die Wikinger Skyr vor über tausend Jahren nach Island. Es wird ausschließlich aus entrahmter Kuhmilch hergestellt, davon bis zu viermal so viel wie bei einem »normalen« Joghurt. Dieser Zubereitungsart verdankt Skyr seine unvergleichliche Konsistenz und seinen hohen Proteingehalt.

REZEPTVERZEICHNIS

SAUCEN, DIPS & TOPPINGS

Bananen-Curry-Dip 26
Basilikum-Pesto 24
Basis-Dip 26
BBQ-Dip 27
Béchamelsauce 20
Bolognese-Sauce 25

Chipotle-Dip 31
Crème-fraîche-Topping 34

Guacamole 30

Honig-Senf-Dip 26

Käse-Béchamel 21
Kirschsauce 38
Knoblauch-Dip 26
Kräuter-Dip 26
Kräutersauce, grüne 34
Kürbis-Topping 34

Lachs-Dip 27

Mayonnaise à la Cipriani, würzige 35
Meerrettich-Dip 27
Mexikanische Salsa 22
Milchreiscreme 39
Minzpesto, süßes 38

Paprika-Topping 32
Preiselbeer-Dip 27

Rote-Bete-Topping 32

Salat-Vinaigrette 24
Steinpilz-Walnuss-Pesto 23

Tomate-Basilikum-Dip 26
Tomatenconfit 37
Tomaten-Dip, spanischer 27
Tomaten-Salsa 22
Tomatensauce 20
Trüffel-Dip 31

PINSA

Apfel & Gorgonzola 178
Apfel & Karamell-Ziegenkäse 174
Apfel-Mascarpone-Creme 177
Aprikose & Mandel 181
Asia Lachs & Frühlingszwiebeln 158
Asia Pulled Beef & Thai-Brokkoli 120
Auberginen & Feta vegan 71
Austernpilze & Käse-Zweierlei 73
Avocado & mexikanische Salsa 74

Banane & Kokos 183
BBQ-Rinderhüfte & Cheddar 128
BBQ-Salsiccia & Ei 146
Beeren & Birne 184
Bifteki & Ziegenkäse 140
Birne & Karamell 187
Bolognese & Grana Padano 117
Bresaola & Tomate 88
Büffelmozzarella & Pesto 56

Chicken-Teriyaki, veganes 84
Cinque Formaggi 55

Erdnuss & Reese's 189

Fenchel & Apfel 66
Feta & Olive 58

Gamberetti & rote Zwiebeln 150
Gorgonzola & Spinat 50

Hähnchenkebab & Tzatziki 101
»Hamburger Style« mit Rinderhack 114
Hummus-Trio und Weinblätter 83

Kabeljau & Wildkräutersalat 163
Kartoffeln & Raclette 68
Kartoffeln & Trüffelsauce 78

Lachs & Champignons 153
Lachs-Sandwich 168

Mac'n Cheese 65
Mandarinen & Reese's 190
Mandarinen & Spekulatius 192
Mascarpone, Erdbeer & Brownies 195
Mascarpone & orientalische Feige 197
Mascarpone & X-mas-Punsch 198
Mortadella & Büffelmozzarella 126
Mortadella & Ei 98
Mozzarella & Scamorza 80

Pancetta & Büffelmozzarella 132
Pancetta & Champignons 131
Pastirma & Büffelmozzarella 136
Pesto & Salsiccia 139
Pinsa-Brot 40
Pinsa Margherita 44
Prosciutto & Trüffelcreme 119
Prosciutto cotto & Champignons 145
Prosciutto cotto & Salami 143
Prosciutto cotto & Salsiccia 104
Prosciutto di San Daniele & Parmesan 135
Pulled Beef & Mais & Bohnen 112

Rinderhüftsteak mit Basilikum-Mayo 167
Rote Bete & Zucchini 62

Salami Piccante & Gorgonzola 125
Salsiccia & Scamorza 122
Sandwich »Surf & Turf«-Style 171
Sardellen & Oliven 154
Schoko & Kiwi 201
Schoko & Marshmallows 202
Skyr & süße Minze 205
Spargel, grüner & Burrata 61
Speck & Champignons 95
Speck & Lauchzwiebeln 92
Speck & Paprika 91
Speck & Pecorino 102
Speck, Schinken & Salami 96
Sucuk & rote Zwiebeln 108

Thunfisch & rote Zwiebeln 161
Tintenfisch & grüner Spargel 157
Tomate, getrocknete & Olive 77
Trüffelsalami & Burrata 107

Vanillepudding & Weintrauben 206
Vanillepudding & Zimtapfel 209
Vegan Margherita 53
Viererlei Käse & Karamell-Pekannüsse 49

Ziegenkäse & Pancetta 111
Ziegenkäse & Pilze 46