

STARKOCH KOCHT

# FORZA ITALIA

**25** Kochen Sie mit Leidenschaft!  
Paolo Cappuccio serviert neapolitanische  
Pasta auf mediterrane Art - am Gardasee

Text: Verena Eissner-Eissenstein / Fotos: Giovanni Panarotto

**Arrivati.** In engen Kurven windet sich die Straße den Berg hinauf, eine halbe Autostunde von Verona entfernt. Dann taucht es plötzlich vor uns auf, das rustikale Steinhaus hoch über dem größten See Italiens. Ein Blick, der einen in der Sekunde in Urlaubsstimmung katapultiert. Für ein paar Stunden dürfen wir dort arbeiten, wo andere den „schönsten Tag des Lebens“ feiern oder zumindest hervorragend speisen. Wir befinden uns hier im Gourmet-Restaurant und Bistro „Casa degli Spiriti“ in Castion di Costermano am Fuße des Monte Baldo und trotzdem schon auf 450 Metern Seehöhe mit traumhafter Aussicht auf den südlichen Teil des Gardasees.

Vor knapp 20 Jahren haben sich die Eigentümer Federico und Sara hier zwischen Lavendelsträuchern und Olivenbäumen eine Existenz und eine Zukunft für ihre drei Söhne geschaffen, in der seit 2011 Sternekoch Paolo Cappuccio das Küchenregiment führt. „Fordernd, pünktlich und nie zufrieden“, wie er selbst sagt. Stattlich in seiner weißen Kochuniform, verleiht ihm die Kochhaube zu seinen 1,82 Metern noch ein paar zusätzliche Zentimeter. Der Neapolitaner repräsentiert einen Italiener, wie er im Buche steht: ▶

## WISSENSWERTES

### PACCHERI NEAPOLITANISCHE PASTA

Paccheri ist eine Nudelsorte aus Neapel und war ursprünglich die Pasta der Armen, weil bereits wenige Stücke den Teller füllen. Die Röhrennudeln werden meistens aus Hartweizengrieß gemacht und von dicken Saucen (Tomaten-, Fleischsauce) und mit Ricotta gefüllt begleitet.

Der Name kommt von „paccarià“, was im neapolitanischen Dialekt „Ohrfeige“ heißt. So ähnlich klingt es nämlich, wenn die Paccheri auf der Sauce landen. Pasta wird in Italien stets als erster Gang gegessen und niemals als Beilage zu einem Fleischgericht.

[www.felicetti.it](http://www.felicetti.it)

## NATÜRLICHE AROMEN

Neapolitanische Pasta mit Langustinen, Tintenfisch, Knoblauch, Zwiebel, Basilikum, Zitrone, Spinat, Tomaten und Kapern





**PERSÖNLICHES**

**STERNEKUCH AM GARDASEE**

PAOLO CAPPUCCIO IST KÜCHENCHEF IM CASA DEGLI SPIRITI

**LEBEN.** Geboren 1977 in Neapel. Stieg mit 14 in die Gastronomie ein und lernte bei Kochgrößen wie Joël Robuchon und Alain Ducasse. Arbeitete in Italien, Malta, der Schweiz, New York und Frankreich. Unterrichtet seit sieben Jahren an der Gastronomieschule in Brescia und ist Food-Designer für große Uhrenmarken. Seit 2011 Küchenchef im „Casa degli Spiriti“ in Castion di Costermano.

[www.casadeglispiriti.it](http://www.casadeglispiriti.it)

**WERK.** Kochbuch „Cucina Mediterranea in alta quota“ (2010). Zweiter Platz beim „IMAF Chefs' Cup 2014“

**TIPP: Natives Olivenöl extra.** Mit seinen natürlichen Aromen perfekt für Fisch und Krustentiere. Überdeckt den Eigengeschmack nicht.



**PACCHERI ALLA MEDITERRANEA**

Neapolitanische Pasta mit Langustinen, konfierten Tomaten, Spinat, Tintenfisch, Oregano und Kapern

dunkle Haare, kastanienbraune Augen, bronzene Haut, lässiger Dreitagebart und selbstbewusste Ausstrahlung. Seine Küche ist die mediterrane „cucina del sole“: einfach, praktisch und leidenschaftlich. „Ich liebe frische Zutaten und natürliche Aromen.“

Für das heutige Gericht hat er eine seiner Spezialitäten ausgesucht, die die Farben Italiens und den facettenreichen Geschmack der Region widerspiegeln: „Paccheri (neapolitanische Pasta) mit Langustinen, konfierten Tomaten, Spinat, rohem Tintenfisch, Oregano, Kapern und Zitronenzesten.“ Mit der richtigen Vorbereitung ist das Gericht in zehn Minuten fertig.

Zuerst bringt Chef Cappuccio einen Topf Wasser zum Kochen und wirft die Paccheri hinein. „Das Wichtigste an der Pasta ist die Kochzeit: acht Minuten in kochendem Salzwasser, dann zwei weitere in der Sauce.“ Der Italiener schneidet die zwei Minuten in Olivenöl und Knoblauch angebratenen und danach geschälten Langustinen und/oder Lobster sowie den rohen Tintenfisch in kleine Stücke und mariniert sie mit extra nativem Olivenöl vom Gardasee sowie Zitronenzesten. Nun gibt er Öl in die Pfanne und wirft eine ganze Knoblauchzehe, ein paar konfierte Tomaten, ein Basilikumblatt, Spinat, Zitronenzesten, Kapern sowie

Salz und einige Chili-Fäden hinein und brät alles an. Dann gießt er mit „Brodo di crostacei“ (siehe Zutaten) auf.

Sobald die Paccheri al dente sind, kommen sie ebenfalls für zwei Minuten in die Sauce, wobei Cappuccio die Pfanne mit einer weiteren abdeckt. „Ascoltare i alimenti“, den Nahrungsmitteln lauschen, sei sehr wichtig beim Kochen. „Man muss Temperatur und Zubereitungsart respektieren.“ Dann entfernt der Koch Knoblauchzehe und Basilikumblatt, reduziert den Jus und gibt die Langustinen-/Hummerstücke in die Pfanne. „Die leicht süßlichen Krustentiere mit dem zarten, etwas salzigen Tintenfisch und den

säuerlichen Tomaten ergeben einen schönen Kontrast.“

Beim Anrichten beginnt der Italiener mit der Pasta und garniert diese mit dem rohen Tintenfisch, ein paar ungekochten Spinatblättern, den violetten Borretsch-Blüten, Basilikum, Zitronenzesten, Kapern und Olivenöl. Fertig sind unsere Paccheri alla Mediterranea.

Was dem Süditaliener hier am Gardasee so gut gefällt – Farben, Klima und Aromen – fängt er wunderbar in seinen Gerichten ein.

Auf die Frage nach seinen Hobbys kommt wie aus der Pistole geschossen: „Mia passione e la cucina“ (Meine Leidenschaft ist das Kochen). Schmunzelnd ergänzt er: „Donne, motori, cucina (Damen, Motoren, Küche) – in dieser Reihenfolge.“

Ob er seine Kochkünste schon mal eingesetzt hat, um Frauen zu verführen? „Ja. Ich habe früher gerne Mädchen zu mir nach Hause eingeladen und bekocht. Sehr sinnlich finde ich es, die Damen dabei zu beobachten, wie sie Krustentiere mit den Händen essen.“

Seit er 12 ist, wollte Cappuccio Koch werden und hat es geliebt, seiner Mutter beim Backen zuzusehen. In einer Patisserie in Neapel begann er seine Lehre. Heute achtet der 36-Jährige streng auf die Figur und meidet Zucker und Koh-

lenhydrate so gut es geht. Wenn es um die „motori“ – vor allem Harley Davidson – geht, wird aber auch Chef Cappuccio schwach. Dann weicht der ernst-konzentrierte Gesichtsausdruck plötzlich einem euphorischen Strahlen. 10.000 bis 12.000 Kilometer fahre er pro Jahr – auch zum Harley-Treffen nach Kärnten.



**SCHNEIDEN**

Die halb gekochten Langustinen werden in Stücke geschnitten



**AUFGIESSEN**

Auf Tomaten, Knoblauch und Basilikum kommt der Krustentierfond



**HINZUFÜGEN**

Zum Schluss landen die Paccheri noch für zwei Minuten in der Sauce

Schließlich holt er sogar sein iPad und zeigt uns Fotos von seinen vier Prachtstücken.

Am Ende unserer Gardasee-Kochsession angelangt, hastet Cappuccio in Jeans, T-Shirt und Turnschuhen eilig zur Tür hinaus und ruft uns zum Abschied zu: „Ich muss jetzt meine Harley aus der Werkstatt holen.“ Der Gardasee ist eben nicht nur ein Feinschmecker-Paradies. ◀

**KÖSTLICHES**

**PACCHERI ALLA MEDITERRANEA**  
FÜR 4 PERSONEN

**ZUTATEN:**

- 240 g Paccheri monograno (Neapolitanische Pasta)
- 400 g Hummer oder Langustinen
- 200 g Tintenfisch
- 200 g konfierte Tomaten (kurz in heißem Wasser blanchieren, häuten, in braunem Zucker, Öl, Thymian und Majoran konfieren)
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Knoblauchzehe
- 10 g Pantelleria Kapern
- 4 Zweige Basilikum
- 2 dl Natives Olivenöl extra
- Chili-Fäden
- Spinatblätter
- Borretsch-Blüten
- Salz, Pfeffer

**„Brodo di crostacei“ (Krustentierfond):**

Karkassen im Wasser mit Tomaten, Zwiebeln und Weinbrand 30 Minuten kochen, dann passieren



**CHÂTEAU GASSIER**  
**LE PAS DU MOINE 2013**

0,75 l, Provence, Frankreich

9,99 Euro

Bestellnummer:

3867525

[www.weinwelt.at](http://www.weinwelt.at)

**WEINTIPP**  
**DES MONATS**

Weinexperte Michael Hrobath empfiehlt einen Le Pas du Moine



Mag. Michael Hrobath  
Leitung und  
Chefredaktion  
INTERSPAR [weinwelt.at](http://weinwelt.at)

Der Roséwein le Pas du Moine („Auf den Fußstapfen des Mönches“) ist nach dem Wanderweg

auf den berühmten Mont Saint-Victoire benannt. Lachsfarben leuchtet der Wein aus dem Glas und begleitet nicht nur optisch die Pasta mit Lobster und Tomaten. Die Aromen nach Cassis, weißen Blumen und pinker Grapefruit machen Lust auf den nächsten Schluck und auf die nächste Flasche.