

# Der freche Küchenchef II

## Alle gute Dinge sind Drei

Spaghetti con Zucchini Grattugiate e Pancetta Croccante  
Spaghetti mit geriebener Zucchini und knusprigem Speck

Wissen Sie, wenn es ums Essen geht, ist es wirklich alles eine Frage des Geschmacks. Der einer mag es, der andere mag es nicht. Manche Leute finden es toll etwas Neues zu probieren, andere bevorzugen traditionelle Gerichte. Und einige Leute wie ich finden Vielfalt und Fantasie sowie eine gesunde Mischung aus alt und neu eine super Sache. Und mit ein wenig Verrücktheit noch dazu gegeben, gibt es in hin und wieder die eine oder andere schöne Geschichte aus der Küche.

Dies ist im Grunde ein sehr einfaches Gericht, aber ich habe es in drei verschiedenen Varianten präsentiert. Es ist erstaunlich, wie gut eine einfache Zucchini schmecken kann – dass so viele Menschen behaupten, sie finden sie zu fade oder geschmacksneutral hat damit was zu tun, dass diese sie nicht richtig zubereiten! Das Wichtigste ist, zu versuchen, ihren natürlichen Geschmack und ihre Süße hervorzuheben und es zu komplementieren mit etwas anderem. Bacon schmeckt zu Zucchini (und fast alles andere!) großartig, und ebenso gut schmeckt Muskat. Also sagte ich mir, warum nicht gleich beides benutzen?



## Spaghetti mit Pesto

Okay, lasst uns nicht um den heißen Brei reden, sondern lieber gleich eine Mischung aus halb Milch, halb Wasser zum Kochen bringen, um die Spaghetti darin baden zu lassen. Das gibt den Spaghetti einen schönen cremigen Geschmack, aber leicht und gesund ohne Fett und Sahne.

Während die Spaghetti kochen, fangen wir an mit den anderen Zutaten. Zunächst legen wir Speckstreifen in eine trockene Teflonpfanne und braten sie an bis sie knusprig und braun sind. Danach legen wir sie auf ein Küchentuch zum Abtropfen. Die geriebenen Zucchini, etwas fein gehackten Knoblauch und ein paar Frühlingszwiebeln in die Pfanne geben und sanft anbraten – es wird noch genug Fett in der Pfanne vom Speck übrig sein. Würzen Sie mit ein wenig Cayennepfeffer, Salz und Pfeffer.

Wenn Sie vegetarisch überzeugt sind, können Sie den Speck weg lassen und Olivenöl verwenden, denke ich zumindest. Aber glauben Sie mir, dieses Schweinchen hätte es so gewollt!

Inzwischen wären Ihre Spaghetti fertig, also abtropfen lassen, wenn auch nicht zu gründlich, und ab in die Pfanne geben. Großzügig mit Muskat abschmecken, mit der leckeren Zucchini zusammen rühren, und für eine Weile weiter köcheln lassen. Und während Sie das tun, können Sie sich ein wenig Tomate und Basilikum-Pesto vorbereiten, wenn Sie möchten.

Für das Pesto, nehmen Sie ein 4-5 Kirschtomaten, 2 gute

Handvoll Basilikum, eine Knoblauchzehe, einen halben Teelöffel Chili-Flocken, einen Esslöffel geriebenen, gesalzenen Ricotta-Käse, geröstete Mandeln und natürlich ein gutes Olivenöl. Ab in das Küchengerät ihres Vertrauens damit und los geht's!

Nun haben Sie 3 Möglichkeiten dieses Gericht zu servieren zur Auswahl. Aber es wird schwierig sein sich zu entscheiden, da alle 3 Varianten gleich lecker sind!

## Avanti Strazzanti



Francesco Strazzanti

So wünschten wir uns Kochbücher: Amüsant, individuell, authentisch und derart plastisch fotografiert, dass man einfach Lust aufs Essen bekommt. Francesco Strazzanti ist ein vielsprachiger und kochverrückter Sizilianer, der in England aufgewachsen ist und seit 20 Jahren als Designer in Frankfurt lebt. Sein unterhaltsamer Internetauftritt ([www.the-saucy-chef.blogspot.com](http://www.the-saucy-chef.blogspot.com)) macht enorm Appetit und gehört zu den Besten des Genres. Saucy hat nichts mit Sauce zu tun, sondern steht für frech, flott, pikant. Francesco Strazzanti zaubert oft aus verblüffend einfachen Zutaten großartige Gerichte und macht dazu auch erstklassige Fotos. Im Grunde sollte ein Talent wie er ein Restaurant besitzen, um

uns alle an seinen Werken teilhaben lassen zu können (was ja vielleicht noch kommt). Strazzanti präsentiert keine herkömmlichen Rezepte, sondern plaudert mit dem Leser und erzählt, wie er in der Küche hantiert. Wir stellen einige seiner leckersten Gerichte in lockerer Folge vor.