



Salsiccia calabrese mit Fenchelgemüse

In Süditalien versteht man unter einer Salsiccia vor allem eine Bratwurst aus grobem Schweinsbrät. Meist ist sie mit Paprika und Chili pikant oder auch scharf bis sehr scharf gewürzt. Fenchelsamen sind ein weiteres beliebtes Gewürz für die Salsiccia. Salsiccia wird in Italien oft als "Meterware" angeboten und das Brät davon wird auch gern für Sugos verwendet.

Meine Salsiccia hab ich vom hiesigen Metzger (Niffeler, Kempten/Wetzikon), portioniert wie eine Schweinsbratwurst und paarweise angeboten. Sie ist nur leicht pikant, von gutem Paprika-Geschmack und ohne Fenchelsamen. Ich habe sie kurz angebraten und dafür zusammen mit einem Fenchelgemüse mit Sultaninen und etwas Curry geschmort.

Zutaten (1 Portion)

1	Paar Salsiccia calabrese (mild)
200g	Fenchel
20g	Zwiebel
2cl	Pernod
2El	Sultaninen
1Tl	Curry
1dl	Gemüsebouillon
	Bratbutter

Zubereitung

Fenchel längs halbieren und zu schmalen Streifen schneiden. Dabei den Störzen nicht ausschneiden, er ist das zarteste Teil des Fenchels. Zwiebel längs zur Schale zu schmalen Streifen schneiden.

Fenchel und Zwiebel in Bratbutter ca. 3 Minuten andünsten, dabei häufig wenden. Mit Pernod ablöschen und kurz einkochen lassen. Sultaninen und Curry zugeben und

untermischen. Bouillon dazugießen und zugedeckt ca. 15-20 Minuten köcheln lassen bis der Fenchel knapp weich ist.

Salsiccia mit einer Gabel beidseitig ein paar mal einstechen.

Sobald der Fenchel fast gar ist, Salsiccia in Bratbutter beidseitig kurz und heiss anbraten. Herdplatte ausschalten. Fenchel mit dem Saft in die Bratpfanne geben. Salsiccia 10 Minuten leicht köcheln lassen.





