DIE BESTE PANNA COTTA

Text: Melisa Hadzic

Sie meinen, Panna Cotta sei ein simples Obers-Dessert? Dann haben Sie vermutlich noch nie eine Variante mit Honig, Feigen und knusprigem Speck probiert. Klingt gewagt, ist es auch. Schmecken tut's trotzdem überraschend gut. Im Grunde haben Sie aber nicht unrecht: Die Basis ist tatsächlich denkbar schlicht. Obers, Zucker und Vanille werden aufgekocht und mit Gelatine gebunden. So wie viele italienische Speisen lebt Panna Cotta eben von der Einfachheit. Die kulinarische Italien-Expertin Alessandra Dorigato *(a-modo-mio.at)* erklärt: „Die italienische Küche gibt Hinweise, keine Regeln. Die simplen Basisrezepte werden dann von jeder Familie nach eigenem Geschmack verändert – alle haben ihre eigene Version." Genau da wird es spannend! Denn die Möglichkeiten, Panna Cotta kreativ zu interpretieren, sind schier unendlich.

WIE ALLES BEGANN

Panna Cotta entstand in einer Zeit, in der in Italien vorzugsweise weiß gegessen wurde. Im Mittelalter war die Kirche der Ansicht, dass die Farbe Schwarz das Böse symbolisiere, während Helles und Weißes mit Gott in Verbindung stünde. So entstand in Frankreich das Dessert *Blancmanger*, das sich ab dem 11. Jahrhundert als gehobene Speise auch an den Adelshöfen Italiens verbreitete. Die italienische Variante – *Biancomangiare* – wurde traditionell aus Mandelmilch, gemahlenen Mandeln, Zucker und Stärke zubereitet und galt aufgrund der hellen Zutaten als besonders rein. Das „gekochte Obers" – so die wörtliche Übersetzung von Panna Cotta – wie wir es heute kennen, wurde Jahrhunderte später in Langhe im Piemont erfunden. Anfang des 20. Jahrhunderts soll eine Frau ungarischer Herkunft, die in der Region lebte, das Rezept für die süditalienische Biancomangiare abgewandelt haben: Sie ersetzte Mandelmilch durch Obers, ließ die Stärke weg und verfeinerte die Creme mit Vanille. Interessant: In ihrer ursprünglichen Form kam Panna Cotta ganz ohne Gelatine aus. Für die nötige Festigkeit wurde das Obers aufgekocht und stark reduziert, ein zeitaufwändiger Prozess. Erst durch den Einsatz von Geliermittel wurde daraus ein unkompliziertes Dessert, das sich schnell zubereiten lässt.

HAUPTAKTEUR OBERS

Kommen wir zur Basis der Panna Cotta: dem Obers. Wer es besonders cremig mag, sollte nicht am Fettgehalt sparen. Wem das zu üppig ist, für den hat Alessandra Dorigato einen Tipp: „Bis zu 50 Prozent des Obers lassen sich problemlos durch Milch ersetzen." Auch andere Milchprodukte sind möglich: Joghurt, Buttermilch, Kefir oder sogar Sauerrahm bringen nicht nur eine feinere Säure, sondern auch eine besondere Textur ins Spiel.

> Ursprünglich kam Panna Cotta ohne Gelatine aus. Das Obers wurde aufgekocht und stark reduziert – ein zeitaufwändiger Prozess.

Ganz gleich, ob klassisch oder kreativ – die einfachste Art, dem Dessert eine persönliche Note zu verleihen, ist das Aromatisieren der Creme. Erlaubt ist, was schmeckt: Zitrusfrüchte, Kräuter, Gewürze, ein Schuss Lieblingsschnaps, Säfte, Kaffee, Blüten oder auch Cornflakes. Derzeit besonders beliebt: Holunderblüten. Dafür eine Handvoll Blüten in der Flüssigkeit sanft erwärmen – so entfaltet sich das Aroma besonders intensiv. „Flieder und Lavendel sorgen nicht nur für ein blumiges Geschmackserlebnis, sondern auch für eine zartrosa Pastellfarbe", verrät Dorigato. Und wer sagt außerdem, dass Panna Cotta immer süß sein muss? Sie verträgt sich auch mit Pikantem: Mit cremigem Ziegenkäse, Knoblauch, Parmesan, Erbsenpüree oder gar Wasabi lässt sich eine herzhafte Variante zubereiten, die als Vorspeise oder Käsegang glänzt.

WIE VIEL GELATINE IST ZU VIEL?

Neben dem Geschmack entscheidet die Konsistenz darüber, ob eine Panna Cotta begeistert oder enttäuscht. Damit sie seidig-zart auf der Zunge zergeht und trotzdem stabil bleibt, ist Fingerspitzengefühl beim Einsatz von Gelatine gefragt. Weniger ist hier oft mehr. Die Kunst liegt darin, die Balance zwischen cremig und schnittfest zu treffen. Zu viel Gelatine und man erhält einen starren Wackelpudding. Zu wenig und das Stürzen endet im Dessert-Desaster. Wo liegt also der Sweet Spot – das ideale Verhältnis zwischen Flüssigkeit und Geliermittel? Laut Alessandra Dorigato bei 8 Gramm Gelatine auf 500 ml Flüssigkeit, das entspricht etwa 5 Blatt Gelatine. Als Faustregel gilt: Für 100 ml Flüssigkeit benötigt man ein Blatt Gelatine (oder etwa 1,6 Gramm Gelatinepulver). Damit gelingt eine Konsistenz, die sich sanft vom Löffel löst, im Mund aber sofort schmilzt.



Panna Cotta lässt sich wunderbar aromatisieren, etwa mit Heidelbeerpüree.

Fotos: iStockphoto.com

DIE HÄUFIGSTE FEHLERQUELLE

Für Dorigato ist Gelatine die einzige echte Fehlerquelle. Um auf der sicheren Seite zu sein, lohnt es sich deshalb, ein paar grundlegende Dinge zu beachten. Gelatine sollte 10 bis 15 Minuten in Wasser quellen – bei Blattgelatine am besten viel Wasser verwenden, bei Pulvergelatine je nach Packungsangabe. Wichtig ist zudem die richtige Temperatur: 40 Grad sind ideal, um die Gelatine vollständig aufzulösen. Deshalb die Flüssigkeit nach dem Erhitzen etwas abkühlen lassen, bevor die Gelatine eingerührt wird. Auch zu viel Säure (z.B. von Zitrusfrüchten) oder Alkohol kann das Gelieren beeinträchtigen.

Wenn die Konsistenz zu weich ausgefallen ist, heißt es am besten: ab ins Glas damit!

So oder so: Schiefgehen kann natürlich immer etwas. Ist die Panna Cotta zu fest geworden, kann man sie eigentlich nicht mehr retten. Die einzige Chance? Wenn einem vor dem Abkühlen, also wenn die Masse noch warm ist, auffällt, dass die Panna Cotta zu fest wird. „Separat etwas Obers aufschlagen und unter die noch warme Masse heben", rät Dorigato. Einfacher ist es, wenn sie zu weich ausgefallen ist. Dann heißt es: ab ins Glas damit! Hübsch angerichtet fällt das Hoppala kaum auf – und man spart sich zudem das Stürzen. Auch die Kühlzeit spielt eine wichtige Rolle. Die Panna Cotta braucht mindestens 4 bis 6 Stunden, damit die Gelatine ausreichend fest wird.

Und wie bekommt man sie am besten heil aus der Form? Der Trick: Das Förmchen kurz (5–10 Sekunden) in heißes Wasser tauchen und den Rand vorsichtig mit einem Messer lösen. Anschließend mit einem kleinen Ruck auf einen Teller stürzen – fertig. Wer seine Nerven schonen will: Die Panna Cotta gleich im Glas zu kühlen, ist immer eine valide (und mit schönen Gläsern adrette) Option.



Das Servieren in Gläsern erspart den Nervenkitzel beim Stürzen der Panna Cotta – und sieht bei der Wahl adretter Gefäße auch noch hübsch aus.

BEGLEITER UND TOPPINGS

Zurück zum Geschmack: Nicht nur die Panna Cotta lässt sich aromatisch variieren, auch ihre Begleiter und Toppings bieten Spielraum für Kreativität. Klassiker wie Fruchtsaucen aus pürierten Beeren oder frische Früchte gehören zu den Favoriten. Auch Nüsse, Karamell, Schokoladesaucen oder eine flambierte Zuckerkruste à la Crème Brûlée passen hervorragend zur cremigen Textur. Ein besonders beliebtes Rezept auf A Modo Mio ist die Kaffee-Panna-Cotta mit Knusperboden. Alessandra Dorigato kombiniert hier die Creme mit einer knackigen Puffreis-Schoko-Mischung. Wer lieber herzhaft unterwegs ist, serviert seine pikant aromatisierte Panna Cotta mit Salat, Chutney, Fisch oder Meeresfrüchten, dazu ein guter Schuss Olivenöl oder ein gereifter Balsamico.

GUSTOs beste Panna-Cotta-Variationen: *GUSTO.at/panna-cotta*

VON STERNEKÖCHEN INSPIRIERT

Und wie sieht's bei den Profis aus? In Restaurantküchen wird gerne auf Zutaten wie Zitronengras, Matcha, herzhaften Käse oder Speckkaramell gesetzt. Der deutsche Sternekoch Daniel Gottschlich kombiniert das Dessert etwa mit Safran, weißer Schokolade und knusprigem Haselnusscrumble. Massimo Bottura servierte in seiner *Gucci Osteria* in Tokio eine herzhafte Yuzu-Panna-Cotta mit rohen Garnelen. Und Lukas Jakobi überrascht in seinem mit einem grünen Stern ausgezeichneten Düsseldorfer Restaurant *Zwanzig23* mit einer saisonalen Spargel-Panna-Cotta mit Sambal-Spiegel und Spargel-Ceviche.

LIEBER PFLANZLICH?

Es geht aber auch vegan – und zwar richtig gut: Pflanzliches Obers und Agar-Agar sind gute Alternativen. Weil Agar-Agar eine enorme Gelierkraft besitzt, braucht man nur wenig davon: Etwa 4 Gramm – also ein gestrichener Teelöffel – auf 500 ml Flüssigkeit genügen. Statt pflanzlichem Obers funktioniert auch Kokosmilch sehr gut.

Das Salzburger Familienunternehmen QimiQ hat den Trend ebenfalls erkannt und sogar eine eigene pflanzliche Variante – QimiQ vegan – entwickelt. Vorteil: Es ist kein zusätzliches Geliermittel nötig. (Das von QimiQ empfohlene Rezept finden Sie auf der Seite rechts.) Wer es ganz traditionell mag, kann auch zur Ur-Version aus dem 11. Jahrhundert greifen: mit Mandelmilch und Maisstärke als Bindemittel.

SCHRITT FÜR SCHRITT

Und, möchten Sie gleich loslegen? Kein Problem! Zuerst die Gelatine 10 bis 15 Minuten in reichlich kaltem Wasser quellen lassen. Währenddessen das Mark einer Vanilleschote herauskratzen und mit 500 ml Obers und etwa 100 g Zucker – je nach Geschmack und Toppings darf's natürlich auch mehr oder weniger sein – erhitzen, dabei gelegentlich umrühren, der Zucker sollte sich vollständig auflösen. Wichtig: nicht aufkochen lassen. Die Mischung etwas abkühlen lassen, dann die ausgedrückte Gelatine in die warme Flüssigkeit einrühren. Für ein besonders samtiges Ergebnis die Creme durch ein feines Sieb streichen und in kleine Gläser oder Schüsseln füllen. Mindestens vier Stunden kalt stellen. Im Kühlschrank hält die Panna Cotta rund vier bis fünf Tage – falls sie nicht schon vorher verputzt wurde.

Foto: iStockphoto.com

PROMOTION

PANNA COTTA

Ob klassisch mit Milch oder vegan mit Kokos – QimiQ sorgt für perfekte Konsistenz und unkomplizierten Genuss.

PANNA COTTA

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

250 g	QimiQ Classic, ungekühlt
125 ml	Milch
50 g	Zucker
½	Vanilleschote
125 g	Früchte, zum Dekorieren

SO GEHT'S:
Ungekühltes QimiQ Classic glatt rühren. Milch, Zucker und das ausgekratzte Mark der Vanilleschote dazumischen. Masse in Gläser füllen und ca. 4 Stunden gut durchkühlen lassen.





Bilder: © QimiQ

VEGANE KOKOS-PANNA COTTA

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Für die Panna Cotta:

250 g	QimiQ Vegan
200 g	Kokosmilch
½ Stück	Vanilleschote
50 g	Kristallzucker

Für das Mango-Ragout:

200 g	Mango
20 g	Batida de Coco, optional
120 g	Limette
20 g	Agavendicksaft

TIPP: Statt Vanilleschote kann auch geriebene Vanille verwendet werden. Spart das Aufkochen.

SO GEHT'S:
Für die Panna Cotta Kokosmilch mit der ausgekratzten Vanilleschote und dem Zucker erwärmen. Vom Herd nehmen und für 10-15 Minuten ziehen lassen. Anschließend das QimiQ Vegan unterrühren. In Gläser abfüllen und im Kühlschrank für mind. 4 Stunden durchkühlen. Für das Mango-Ragout Mango in gleichmäßige Würfel schneiden. Mit den restlichen Zutaten vermengen und ca. 10 Minuten marinieren. Die Panna Cotta mit dem Mango-Ragout servieren.

Mehr QimiQ-Rezepte auf www.qimiq.com