

# Recepten:

## Mascarpone al Limone

**Ingredienten:** 500ml slagroom , 300g Mascarpone , 150g poedersuiker, 1 citroen , verse munt

Bereiding: was en rasp de citroen: pas op alleen de bovenste gele laag om een bittere smaak te voorkomen. Klop daarna de slagroom niet helemaal stijf, voeg de suiker toe. Maak de Mascarpone wt los met een vorken klop of roer deze tenslotte voorzichtig door de slagroom heen samen met de citroenrasp. Hoe citroenig wil je m hebben: proef en roer indien gewenst nog een heel klein beetje citroensap erdoorheen. In schaalpjes en een fris muntblaadje erop.....

Hetzelfde kun je natuurlijk met sinaasappel doen of met andere vruchten.



# Pepperoni ripieni

Benodigd: 4 grote paprika's, 1 flinke ui, 400 gram gehakt, 2 flinke tenen knoflook, rood pepertje, peterselie, 1 courgette, 1 tomaat, geraspte kaas.

Bereiding: verwijder de zaden en hol de paprika uit. Bak de fijngehakte ui, knoflook en pepertje en voeg daarna de gehakt toe: bak deze licht mee. Blus af met een klein beetje water of wat wijn en voeg een (kippen) bouillonblok toe. Daarna de fijngehakte courgette en ontvelde tomaat in blokjes laat 10 minuten stoven onder af en toe roeren. Vul de paprika's met het gehakt en groentenmengsel: wat geraspte kaas eroverheen en zet 20 minuutjes in een matig warme oven (150-180 graden).



# Zuppa con zucchini e peperoni grigliate

Licht pittige soep van courgette en gegrilde paprika



**Benodigd:** 1 liter kippenbouillon, 3 flinke tenen knoflook, rood pepertje, peterselie, 2 courgettes, 2 rode paprika's.

**Bereiding:** grill de paprika's. Bak daarna de tenen knoflook, het pepertje, de courgettes licht aan en kook verder samen met de fijngesneden paprika's (in stukken) in de bouillon zachtgaar. Maak de groenten fijn met de staafmixer en voila de soep is klaar. Bestrooi met de fijngesneden peterselie. maak de soep af op het bord met een dot zure room of bestrooi met Parmezaanse geraspte kaas. Zoook enorm lekker!

# Gnocchi al forno

Gnocchi blijft toch een bijzondere soort pasta. Het bestaat uit een combinatie van aardappel, meel en ei. Deze samenstelling zorgt voor een heerlijke fluweel zachte smaak die perfect samengaat met de eenvoudige tomatensaus uit dit recept en natuurlijk niet te vergeten de Mozzarella. Ook Mozzarella heeft zo'n fijne delicate smaak die bij deze gnocchi ovenschotel goed uit de verf komt. Geniet van dit lekkere recept voor deze verfijnde gnocchi ovenschotel. Buon appetito!

**Ingrediënten:** 250g gnocchi, olijfolie. 1 ui en 1 teen knoflook.400g gepelde tomaten, 3 eetlepels tomatenpuree, Zeezout, Peper, 50g Grana Padano kaas , Mozzarella

**Vorbereiding:** 1Voor deze gnocchi ovenschotel hoef je slechts een paar dingetjes voor te bereiden. Verwijder de schil van de knoflook en de ui. Snij beide ingrediënten in kleine stukjes. Schaaf de Grana Padano kaas in grove vlokken en snij de Mozzarella in plakken van een centimeter dikte. Verwarm de oven voor op 200 graden.

## Bereiding:

1. Verwarm 5 eetlepels olijfolie in een koekenpan. Als de olijfolie heet is, doe je de gesneden stukjes ui en knoflook in de pan. Bak de knoflook en olijfolie ongeveer 2 tot 3 minuten. De smaken komen hierdoor lekker los.
2. Vervolgens doe je ook de gepelde tomaten in de pan samen met de eetlepels tomatenpuree. Breng de tomatensaus voor deze gnocchi ovenschotel gelijk op smaak met vers gemalen peper en zeezout. Laat de saus voor de gnocchi nu enige tijd zachtjes pruttelen, zodat de smaak zich goed kan ontwikkelen.
3. Breng een pan water aan de kook voor de gnocchi. Als het water kookt, doe je een eetlepel zeezout in de pan. Schep de gnocchi voorzichtig in de pan met een schuimspaan. Gnocchi koken duurt vaak kort, meestal slechts een paar minuten. Zodra de gnocchi drijven aan het oppervlak, weet je dat deze gaar zijn. Schep de gnocchi gelijk uit de pan en doe de gnocchi in de saus.
4. Schep de gnocchi in een ovenschotel. Bedek de gnocchi ovenschotel met een lekkere laag Grana Padano. Daarna leg je ook de plakken Mozzarella bovenop de gnocchi.
5. Zet de gnocchi ovenschotel nu 12 minuten in de oven, zodat de Grana Padano en de Mozzarella lekker kunnen smelten. Na 12 minuten laat je de gnocchi ovenschotel nog kort afkoelen, zodat de gnocchi wat steviger kan worden. Tot slot strooi je er nog wat verse peterselie overheen ter garnering en deze heerlijke gnocchi ovenschotel is helemaal klaar.





# Klassieke pesto Genovese

## Basilicumsaus uit Genua

Omschrijving: Groene pesto of pesto genovese is een italiaanse basilicumsaus gemaakt van pijnboompitten, Parmezaanse kaas, basilicumblaadjes en olijfolie. Basisrecept voor 4 dl.

### Ingredienten

100 gr verse basilicumblaadjes, 1 gepeld knoflookteentje, 20 gr pijnappelpitten, 20 gr fijn geraspte pecorinokaas, 20 gr fijn geraspte parmezaanse kaas, ¼ l groene olijfolie, 1 snuifje zout.

### Bereiding

1. Meng basilicum met knoflook en pijnappelpitten in de mixer, in de keukenmachine of gebruik een vijzel, waardoor de saus nog smeùiger en geuriger wordt.
2. Meng er de kaassoorten door en giet er met straaltes de olijfolie bij.
3. Meng tot een gladde fluwelen saus en breng op smaak met zout.
4. Giet u een beetje olijfolie over de pesto en sluit u het af in een hermetisch gesloten potje, kunt u de pesto langer bewaren in de koelkast.



# Carpaccio di zucchini

Een carpaccio van courgette is een heerlijk en fris zomers voorgerecht.



Benodigd voor 4 personen: 1 flinke courgette en een marinade van: olie, citroensap (1 citroen), wat azijn, peper, zout en geperste knoflook. Om te decoreren: kappertjes, fijngesneden augurk en/of ansjovis.

Bereiden: snijd de courgette met een kaasschaaf in de lengte in flinterdunne plakjes. Leg deze een paar uur in de marinade van olie, azijn, citroensap, knoflook, peper en zout. Leg daarna dakpansgewijs op een bordje en decoreer met kappertjes en/of augurk en/of ansjovis en/of fijngemalen pistachenootjes. Veel decoratiemogelijkheden, naar smaak mogelijk..... buon appetito.

# Cacio e Pepe

Cacio e Pepe is een klassieker uit de Italiaanse keuken en om helemaal nauwkeurig te zijn de Romeinse keuken. Dit recept voor Cacio e Pepe is ook zo'n typisch voorbeeld van een Italiaans recept waar het allemaal draait om pure smaken met slechts een beperkt aantal ingrediënten. In dit recept wordt slechts gebruik gemaakt van slechts 3 ingrediënten, Cacio e Pepe mag daarom met recht worden beschouwd als Italiaanse eenvoud. Geniet van dit Romeinse pasta recept. Buon appetito!



## **Ingrediënten:**

100-125 gram spaghetti er persoon  
40g Pecorino Romano kaas: geraspt  
Vers en grof gemalen peper  
Wat kippenbouillon

## **Bereiding:**

Breng een pan water aan de kook en als het water kookt, doe je de pasta in de pan samen met een eetlepel zeezout of een bouillonblok. Kook de pasta 'al dente' volgens de bereidingswijze op de verpakking. Vlak voordat je de pasta afgiet, schep je met een beker of glas een klein beetje van het kookvocht uit de pan.

Giet de pasta af in een vergiet en doe de pasta nog druipend terug in de pan. Ik gebruik meestal een wokpan om de spaghetti af te maken en af te garen. Maak eerst de kippenbouillon daarin warm en smelt de kaas daarin en voeg het grootste deel van de in een vijzel grofgestampde zwarte peper toe: even zacht koken totdat de kaas gesmolten is en er een papje overblijft. Roer de pasta goed door dit papje en voeg er vervolgens nog wat van de overgebleven peper overheen. Dit recept voor Pasta Cacio e Pepe is nu helemaal klaar. Serveer de pasta in een diep bord.



# Baba al rum / limoncello



Baba au rum is een klassiek nagerecht oorspronkelijk uit de Franse keuken. De Baba al limoncello is ook een van de beroemdste cakes in Zuid-Italiaans Napels. De baba heeft bekendheid gekregen in de 18de eeuw, toen de Poolse koning Stanislas Leszczyński de zoetheid in Frankrijk ontdekte bij zijn schoonzoon, de Franse koning Lodewijk XV in de periode dat hij uit Polen verbannen was en in Lotharingen woonde. De eerste baba's werden gemaakt met tokai, totdat bakker Nicolas Stohrer uit Parijs de rumstroop introduceerde.

**Limoncello siroop:** 200 g suiker, 2 dl limoncello, citroenrasp van 1 citroen, zonder wit. Maak siroop door 200ml water met de suiker en citroenrasp aan de kook te brengen. Voeg de limoncello toe als de siroop aan de kook is en laat het mengsel afkoelen in een schaal. Wentel de babas door de suikersiroop en laat de babas trekken tot ze met siroop doortrokken zijn. Snijd voor het serveren de babas doormidden, leg ze met binnenkant naar boven op de borden, verdeel er verse bosvruchten over. Serveer met geslagen room en de siroop.

**Tips:** Het beste is om voor iedere persoon een aparte baba te maken, omdat het moeilijk is bij grotere baba's de rumstroop er goed in te laten trekken. Als een grote baba wordt gemaakt, gebruik dan een ringvorm. Sommige liefhebbers bestrijken de baba met abrikozengelei. De baba ziet er zo mooier uit. Laat de babas een nacht drogen. Dan absorberen ze meer siroop.

**Ingredienten:** 10 g verse gist of 5 g gedroogde gist, 6 eetlepels lauwe melk, 200 g bakkersbloem, 25 gram fijne witte suiker of honing, 2 eieren, losgeklopt, 100 g zachte boter, sinaas-appelrasp van 1/2 sinaasappel, citroenrasp van 1 citroen, mespunt zout, Rum Siroop, 1 vanillestokje, 250 ml water, 250 g suiker, 1 citroen, 1 sinaasappel, 100 ml rum

**Bereidingswijze:** Verhit de oven op 200 °C. Verkrummel de gist in de lauwe melk en laat het mengsel 10 minuten staan, meng er 50 g bloem doorheen. Laat het geheel op een warme plek staan tot er zich schuim vormt. Bestrijk ondertussen de babavormpjes met gesmolten boter. Als het schuim zich gevormd heeft, meng er dan de resterende bloem, suiker, zout, losgeklopte eieren, boter en sinaasappelrasp door tot een glad mengsel. Vul de babavormpjes tot de helft met dit beslag en dek ze af met plasticfolie. Laat ze op een warme plek staan tot het volume verdubbeld is. Bak de babas 30 tot 35 minuten in de hete oven tot goudbruin. Laat de babas afkoelen op een taartrooster.

**Siroop:** Halveer het vanillestokje in de lengte en schraap het merg eruit. Breng water, suiker, vanillemerg en het leeg geschraapte vanillestokje, sap van een halve citroen en sinaasappel aan de kook. Kook tot de suiker opgelost is, haal de pan van het vuur en schenk de rum erbij. Haal de baba's uit de vormpjes en laat ze in de siroop drenken tot ze verzadigd zijn. Serveer de baba's met fruit en slagroom.



## Variant: baba al rum alla Dionisio



*Net voordat de baba de ijskast ingaat.....*

### **Ingredienten:**

1-2 vanillecake(s), flink glas rum, een citroen, slagroom en een bakje ricotta.

### **Bereiding:**

Verkruimel de cake(s) in een grote kom en meng met een flink glas rum en wat citroensap totdat er een wat vochtige / nattige krummelpap ontstaat. Doe dit in een platte schaal en druk dit met een lepel aan. Meng de ricotta met wat slagroom, rum en eventueel wat limoncello. Klop de slagroom en meng dit voorzichtig met de ricotta. Strijk dit bovenop het cakemengsel en strooi er wat citroenrasp overheen. Even in de koelkast en koud serveren.....

# Pollo al Limone



Citroenkip is een klassiek gerecht uit de Italiaanse keuken en heet in goed Italiaanse 'Pollo al Limone'. In dit kip recept wordt de citroen op twee manieren gebruikt en is daardoor duidelijk aanwezig zonder te overheersen. De eerste manier waarop de citroen wordt toegepast is in de marinade. De kip krijgt hierdoor een uitgesproken smaak. Doordat de kip zich helemaal vol zuigt met de citroenmarinade blijft de kip bovendien heerlijk sappig. Daarnaast wordt de citroen gebruikt voor de saus. Door op het laatste moment een klein beetje citroensap toe te voegen aan de saus krijg je dat heerlijke zuurtje in combinatie met de kip.

## Ingrediënten

2 kipfilets, 1 citroen, 2 eetlepels olijfolie, vers gemalen peper, zeezout, bloem, boter, 100ml Italiaanse droge witte wijn

## Vorbereiding

Sla de kip plat of vraag aan de slager of deze de kip voor je wil plat slaan. Een prima manier voor een mooi dun stukje kip is door de kip plat te maken met een deegroller tussen een stukje vershoudfolie. Doe dit wel voorzichtig. Knijp het sap van een halve citroen uit en vang dit op. Voeg de olijfolie toe samen met flink wat peterselie en roer dit goed door elkaar. Marineer de kip een half uur in dit citroenmengsel.

## Bereiding

Smelt de boter in een koekenpan. Haal de kip uit de citroenmarinade en bedek de gemarineerde kip met een laagje bloem. Doe de kip in de koekenpan en bak deze hard, zodat deze mooi bruin wordt.

Blus de kip af met de witte wijn. Laat de wijn volledig inkoken, zodat er een mooie saus ontstaat. Het laagje bloem wat je op de kip hebt gedaan, zorgt ervoor dat dit een mooie gebonden saus wordt.

Knijp nog een klein beetje citroensap in de saus. Doe dit wel voorzichtig, want te veel citroen is ook niet lekker. Breng desgewenst de saus verder op smaak met wat peper en zeezout.

Serveer de kip en garneer met wat verse peterselie. Dit recept voor citroenkip op Italiaanse wijze is nu helemaal klaar. Buon appetito!

# Tagliatelle Salmone e Spinaci



Recept voor 4 personen, als pasta voorgerecht.....

## **Ingrediënten:**

- Pak Tagliatelle 500 gram
- 200-250 gram zalmsnippers
- 400-500 gram verse spinazie
- 2 tenen knoflook
- Olie / scheutje room
- Pinoli (pinboompitten)

## **Bereiding:**

1. Roerbak even de spinazie met stukjes knoflook in een scheutje olie
2. Voeg daar de stukjes gerookte zalm aan toe en gaar max. 10 minuten
3. Kook de tagliatelle volgens gebruiksaanwijzing
4. Bak de pijnboompitjes goudbruin
5. Roer de tagliatelle door de spinazie met zalm
6. Roer daar een ei doorheen: op smaak maken met peper en zout
7. Serveren in nestjes op bord, pijnboompitjes eroverheen



# Parmigiana di Melanzane

Parmigiana Di Melanzane, een heerlijk gerecht dat voor de duidelijkheid uit Sicilië komt en niet uit Parma wat de naam suggereert. Lees het verhaal over de achtergrond van deze Italiaanse klassieker en dan snel aan de slag! Recept voor 8 tot 12 personen, afhankelijk of het als antipasto of hoofdgerecht wordt geserveerd



## Ingrediënten:

- 4 grote aubergines, Bloem om de plakken doorheen te halen, 4 eieren, olijfolie, 300 gram Buffelmozzarella of *Fior di Latte*, gesneden, 100 gram Grana Padano kaas, Zout en peper

## Saus

- 4 eetlepels olijfolie ,1 teentje knoflook, fijngehakt, 1,5 blik gepelde tomaten, fijngehakt in het blik, 10 verse basilicumblaadjes, gescheurd.

## Bereiding

1. Snijd de aubergines ca. 1 centimeter dik. Bestuif de delen aan beide zijden met bloem. Klop de eieren, breng op smaak met zout en haal de plakken aubergine er doorheen
2. Frituur de plakken aubergine in de hete olijfolie (180 graden) tot ze aan beide kanten bruin zijn. Gebruik nieuwe olijfolie na het bakken 2 of 3 porties aubergines.
3. Maak nu de tomatensaus. Verhit de olijfolie in een grote pan op matig vuur. Voeg de knoflook toe en bak tot de knoflook goudgeel van kleur is. Voeg de tomaten toe en roer tot de saus begint te koken. Zet het vuur laag en laat de saus al roerend zo'n 20 minuten zachtjes doorkoken. Voeg naar smaak zout en peper toe. Doe de basilicum er bij als de saus klaar is.
4. Verwarm de oven voor op 200°C
5. Leg een laagje van twee of drie lepels tomatensaus op de bodem van een grote ovenschaal en drapeer daarop een eerste laag aubergine. Leg er wat van de *Fior di latte* of Buffelmozzarella bovenop, daar weer bovenop een paar lepels tomatensaus en bestrooi het met *Grana Padano* kaas. Leg een volgende laag van de plakken aubergine in de tegenovergestelde richting en dek die ook weer af met de verse kaas, tomatensaus en Grana Padano. Ga zo door tot de rand van de schaal. Zorg ervoor dat de bovenste laag goed bedekt is met de saus, kleine stukjes *Fior di latte* en een ruime hoeveelheid *Grana Padano*.

Bak de Parmigiana vervolgens in de voorverwarmde oven gedurende 25 tot 30 minuten. Laat het gerecht een half uur rusten voor het op te dienen. Het mag lauwwarm gegeten worden..

# Panzanella

Panzanella, ook wel pansanella of panmolle of panmòllo, is een oud gerecht uit Midden-Italië (Toscane, Umbrië, Marche en Lazio). Pan betekent brood en zanella betekent diepe schaal.

Het originele recept noemt brood, ui, rode basilicum, op smaak gebracht met olie, azijn en zout. In Toscane, wordt het brood geweekt in water en daarna uitgewrongen en gemengd met de andere ingrediënten, in Umbrië en Marche worden sneetjes oud brood nat gemaakt, maar niet geplet en de andere ingrediënten erop als het ware een bruschetta.

In de 20ste eeuw is er het gebruik van tomaat in stukjes. Sommige koks gebruiken olijven, eieren en soms tonijn. Ook gebruikelijk: sla, wortelen, selderij, in blokjes gesneden worst, mozzarella kaas, pickles, augurken, bonen, geraspte kaas etc.. Het is een zomers gerecht omdat de ingredienten dan beschikbaar zijn. Het lekkerst is om het na het samenstellen een uur te koelen.

## La Panzanella Recept

400 gram Italiaans brood, 3 eetlepels wijnazijn, goede Italiaanse olijfolie, 2 tomaten, 1 rode ui, 1 komkommer, 15 blaadjes basilicum, zout en peper

Snij de ui in dunne ringen en doe ze in een schaal met water en azijn. Zet enkele uren apart.

Schil de komkommer en snijd in plakjes.

Snij de tomaat in stukjes.

Snij het brood in plakken en snij de korst eraf. Doe in een schaal en besprenkel met water en azijn. Pluis het brood uit elkaar.

Haal de ui uit het water en doe bij het brood.

Voeg basilicum, tomaat en komkommer toe. Hussel.

Breng op smaak met olijfolie, zout en peper.

Laat de salade 1 uur in de koelkast alvorens te serveren.



# Risotto ai funghi Porcini

## Benodigheden als tussengerecht voor 4 personen:

- 160 gr. risotto-rijst (het liefst arborio of carnaroli),
- 40 gr gedroogde funghi porcini (eekhorntjesbrood) ,
- 2 sjalotjes,
- 50 gr. boter voor de de uitjes te fruiten en 50 gr. voor het afgarneren,
- 150 gr geraspte parmezaanse kaas,
- 1 l. warme vleesbouillon,
- 1 groot glas droge witte wijn,zout,peper,

We laten de porcini in een kom met lauw water weken. Laat de fijngesneden sjalotjes in een pan fruiten tot ze goudkleurig zijn,voeg de rijst toe en laat hem eerst warm worden. Blus de rijst met de witte wijn en blijf roeren totdat de wijn een beetje verdampt is. Voeg de gesneden porcini toe en voeg steeds 1soeplepel bouillion toe en blijf tegelijk roeren totdat de rijst bijna gaar is maar nog "al dente" is. Zorg dat de risotto "all' onda" blijft (golvend) en maak hem af met de kaas en boter.

Buon Appetito!





# Pasta Burro oro e salvia

De perfecte snelle lunchpasta. Gouden boter en salie. Dat klinkt al lekker. Deze pasta is even simpel als verrukkelijk en iedereen met een tuin kan ik aanraden om salie te planten; alleen al om deze pasta te kunnen maken wanneer je wilt. Het lijkt niet veel, slierten pasta met wat snippers groen en wat kaas, maar geloof me: de smaak is intens en rijk.



De naam salie komt van het Latijnse *salvus* (gezond). Er zijn maar weinig kruiden die meer gezonde eigenschappen hebben. Salie is goed voor het bloed, de botten, het hart, het tandvlees, de spijsvertering, de huid en helpt tegen allerlei kwaaltjes. In Italië zeggen ze: *chi ha la salvia nell'orto, ha la salute nel corpo* (wie salie in de tuin heeft, heeft gezondheid in het lichaam). Kweek salie zelf in een pot of in de tuin, dan heeft u het altijd vers bij de hand. Salie is bijna als joker inzetbaar in de keuken, voor zowel eerste gangen met pasta of risotto als tweede gangen met vlees. Een eenvoudige Italiaanse klassieker is pasta met boter en salie (op smaak gebracht met geraspte parmezaan, pecorino en/of zwarte peper). Ook bij saltimbocca, het Romeinse gerecht van kalfslapjes met ham, hoort altijd een blaadje salie.



*Per 2 personen:*

*300-350 gram pasta (kan van alles zijn, maar ik heb een lichte voorkeur voor lintpasta: spaghetti, linguine etc.) / 10 flinke salieblaadjes, in vijf of zes stukjes gesneden / 50 gram biologische roomboter / 2 handen geraspte kaas (Parmezaan of Pecorino).*

Kook de pasta *al dente* met een blokje kippenbouillon. Giet de pasta af.

Doe ondertussen de boter in een koekenpan en zet die op het vuur. Als de boter gesmolen is en het schuim is weggetrokken, zet het vuur dan laag en doe de gesneden salie erbij en die laat die een paar minuten zachtjes bakken. De smaak van de salie trekt zo in de boter. Giet de boter met de salie over de afgegoten pasta. Roer goed door en serveer met de kaas.

# Panacotta met bosvruchten



## **Ingrediënten**

150 milliliter melk , 150 milliliter slagroom, 50 gram bruine basterdsuiker, 0,5 vanillestokje of vanille extract, 2 blaadjes gelatine, 60 gram poedersuiker, 250 gram gemengd rood fruit (vers of diepvries)

## **Bereidingswijze**

Verwarm de melk en de room met de bruine suiker en de vanille en laat 5 minuten op zacht vuur tegen de kook aan staan.

Dit kan best in de microgolf oven om aanbranden te voorkomen.

Week de gelatine intussen in koud water en los deze vervolgens op in het mengsel van room en melk. Vul deglaasjes voor tweederde met dit mengsel en zet minstens 2 uur koud weg.

Los de poedersuiker op in wat water in een pan op zacht vuur en voeg dan het fruit toe. Laat het in 1 à 2 minuten tot een lichte compote inkoken. Zet weg en laat afkoelen.

Schep als alles is afgekoeld het rode fruit op de panna cotta. Er kan natuurlijk ook gevarieerd worden met een noten caramelsaus of een chocoladesaus.

# Scaloppine alla Milanese



## *Ingrediënten*

- 4 kalfsschnitzels, 2 eieren, 100g bloem, 100 g paneermeel, 1 dikke klont roomboter, 1 citroen

Scaloppina alla Milanese is een gerecht uit de hoofdstad van Lombardije, Milano. Zoals je wellicht al vermoedt, is Milano tevens de naamgever van dit lekkere stukje kalfsvlees. Zorg er wel voor dat je kwalitatief vlees gebruikt van de slager en liever niet van de supermarkt. Dit Milanese gerecht combineert perfect met een ander gerecht uit Milano, namelijk Risotto alle Milanese.

### Stap 1:

Laat de kalfsschnitzels 30 tot 45 minuten voordat je deze wil gebruiken op kamertemperatuur komen. Kluts de eieren in een grote schaal. Zet een bord klaar met daar op de paneermeel.

Stap 2: Haal de kalfsschnitzels goed door de bloem, zodat deze volledig zijn bedekt. Het overtollige bloem valt er vanzelf af. Vervolgens herhaal je eigenlijk dit zelfde principe maar dan met het geklutste ei. Zorg ervoor dat de schnitzels ook nu volledig bedekt zijn. Daarna leg je het vlees direct in de paneermeel. Meestal laat ik het vlees liggen op het bord zodat de ene kant de paneermeel pakt die op het bord ligt en de andere kant bestrooi ik dan met nieuwe paneermeel. Nu zijn de kalfsschnitzels getransformeerd tot Scaloppina's.

Smelt de klont roomboter in de koekenpan. Als de boter begint te schuimen leg je de Scaloppina's in de pan. Het vlees heeft ongeveer 8 minuten nodig om helemaal gaar te worden. Draai het vlees regelmatig voor een gelijkmatige bruine kleur, ongeveer 2 minuten per keer. Haal de kalfsschnitzels uit de pan en leg op het bord. Knijp een klein beetje citroensap over het vlees voor de 'finishing touch'. Scaloppina alla Milanese is nu klaar! Buon appetito!



## Semifreddo met pistachenoten



Voor 10 personen heb je nodig: 4 eieren | 0,5 liter slagroom | 100 gram suiker | 200 gram pistachenoten (ongezouten en gepeld) | snufje zout.

Maal de pistachenoten fijn in een keukenmachine. Splits de eieren in 2 aparte kommen. Klop de eiwitten stijf met een snufje zout. Zorg dat je een schone en vetvrije kom gebruikt, anders lukt het niet. Klop in een andere kom het eigeel met de suiker licht en luchtig. Klop in een derde kom de slagroom stijf. Meng de pistachenoten met het eigeel. Voeg de helft van de slagroom toe aan het pistachemengsel en roer het door. Voeg het pistachemengsel nu bij de rest van de slagroom. Spatel tenslotte de eiwitten voorzichtig door de pistachecrème. Zorg ervoor dat je niet alle lucht eruit spatelt. Giet het mengsel in een cakevorm, of in kleine schaaltes of bekertjes. Laat de semifreddo minimaal 4 uur opstijven in de vriezer. Haal de semifreddo een kwartier voor het serveren uit de vriezer en garneer met pistachenoten.

# Mesciua



*Ingredienten: 300 gr Kikkererwten, 300 gram grote bonnen (bijv. canellini, 100 gram Spelt, wat baking soda, olijfolie, zout of een kippenbouillonblokje.*

*Het staat vast dat mesciua in de haven van La Spezia ontstond, het kruispunt van de handel in peulvruchten. Minder zeker is hoe het precies ontstond, maar in wezen komen alle verhalen neer op een Italië dat arm was, doch meester in het arrangiarsi (het zich redden), vooral op het gebied van eten. Sommigen zeggen dat het gerecht ontstond op een povere dag, toen er te weinig bonen waren voor bonensoep en te weinig graan om brood te bakken. Dus werden restjes van beide gemengd, kikkererwten toegevoegd en voilà. Het verhaal sluit aan op dat van de vrouwen van de havenarbeiders uit La Spezia, die met bezems en bakken de op de kade gevallen peulvruchten en granen verzamelden. De wet stond toe uit scheepszakken gevallen peulvruchten en granen op de kades te rapen. Hierdoor konden de vrouwen genoeg bij elkaar scharrelen voor een voedzame soep die vlees kon vervangen. Er bestaat geen vaste versie van mesciua, omdat de mix van peulvruchten afhing van wat de vrouwen in de haven vonden. Ook vandaag de dag is mesciua nog het stadsgerecht van La Spezia en staat het in de traditionele trattoria's op het menu. Op de markt kun je nog zakjes peulvruchten in de meest typerende mengeling kopen: cannellinibonen, spelt of tarwe en kikkererwten.*

Week de bonen in een kom in ruim lauwwarm water met een snufje natriumbicarbonaat. Doe de spelt en de kikkererwten in een andere kom met lauwwarm water en een snufje natriumbicarbonaat. Laat alles minstens 12 uur weken. Giet de kikkererwten en de spelt ca. 4 uur voor de maaltijd af. Doe ze in een pan met koud water en een beetje zout. Breng aan de kook en kook de kikkererwten en spelt ruim 2 uur. Giet de bonen af, doe ze apart in een andere pan (ze hoeven minder lang te koken) met tamelijk koud water en kook ze ca. 1 uur en 30 minuten. Voeg de bonen met een gedeelte van hun kookvocht toe aan de pan met de kikkererwten en de spelt. In totaal is circa 1,5 l vocht nodig. Breng op smaak met zout of een kippenbouillonblokje en kook de soep ca. 15 minuten zodat de smaken zich mengen. Schep de mesciua in een soepterrine. Zet olie, zout en peper op tafel zodat ieder zijn soep op smaak kan brengen.

## Polpette con speck (gehaktballen met spek)



Recept van Aurelia van Pizzeria Mimosa in Borgotaro

### **Benodigd voor 4-6 personen**

- 800 gram- 1 kilo mager gehakt (liefst kalfs of runder)
- 200 gram uitgebakken spek (heel fijn gesneden)
- 1 fijngesneden ui , 2 fijngehakte tenen knoflook
- 1 ei
- Paneermeel
- Peper, zout en een snufje kruidnagel
- Scheutje balsamico
- Roomboter of olie

Meng het gehakt met alle ingrediënten en rol er balletjes van met een doorsnee van 3-4 cm. Bak deze rondom bruin in de olie of boter, voeg wat witte wijn toe en laat ze 15 minuten gaar smoren. Op het eind een scheutje balsamico en nog 5 minuten. Tussendoor om droogkoken te voorkomen af en toe een scheutje water toevoegen. Opdienen in eigen jus. Een variant kan zijn door een tomatensaus toe te voegen.



# Filetto di manzo all'aceto Balsamico

Ossehaas in saus van Balsamico azijn:



## **Ingrediënten voor 4 personen**

4 ossenhaasjes (of tournedos) van ongeveer 125-150 gr. per stuk, 40 gram tarwebloem + beetje om de saus te binden, 1 glaasje (1/2 glas) Aceto Balsamico di Modena (balsamico-azijn), 250 ml runderbouillion, 40 gr boter, stuk aluminiumfolie, zout en peper

## **Bereiding:**

Sla de ossenhaasjes zo plat mogelijk en wentel ze in de bloem. Klop er het overtollige bloem af. Smelt de boter in de pan en voeg het vlees toe. Bak 2 minuten aan elke zijde op hoog vuur. Voeg zout en peper naar smaak toe. Giet vervolgens de helft van de azijn in de pan met het vlees en wentel het vlees even om. Haal het vlees uit de pan en wikkel in aluminiumfolie.

Giet de rest van de azijn in de pan gieten met een lepel bloem en roer goed met een garde zodat er geen klonten ontstaan.

Voeg wat van de bouillon erbij zodat er een mooie gladde, niet te dik en niet te dunne saus ontstaat.

Garneer met wat peterselie. Doe het vlees op een bord doen en giet de saus erover. Lekker bij spinaci alla parmiggiana (spinazie gebakken/gestoomd met geraspte Parmezaanse kaas) of met een beetje polenta met pamezaan.

# Brasato al Barolo

## Ingrediënten voor 4 personen

1 kg runderlappen, 3/4 dl Barolo (stevige rode wijn uit Piemonte), runderbouillon (van blokje)  
1 ui, 1 wortel, 1 stengel bleekselderij, 1 teentje knoflook, 1 laurierblad, 5 jeneverbessen,  
3 kruidnagels, 1 kaneelstokje, verse tijm, marjolein, bonenkruid, 5 eetlepels Cognac, 40 gram boter,  
bloem, zout, peper  
Hulpmiddelen: zeef of vergiet, braadpan, grote schaal



## Vorbereiding

Leg het stuk rundvlees in een schaal. Schil en was selderij en wortel. Pel knoflook en ui en snijd de ui in vier parten en steek de kruidnagels in de ui. Was en droog de tijm, marjolein en bonenkruid. Doe de groenten, kruiden, kaneelstokje, jeneverbessen en laurierblaadje bij het vlees in de schaal en giet de Barolo erover. Dek de schaal af en zet in de koelkast. Laat 12 uur marinieren.

## Bereidingswijze

Haal het vlees uit de marinade. Laat goed uitlekken, dep droog en haal het door de bloem. Zeef de marinade in een vergiet of een doek boven een kom, verwijder de kruidnagels uit de ui en verwijder het kaneelstokje. Hak ui, knoflook, selderij, wortel, tijm, marjolein en bonenkruid fijn. Laat de jeneverbessen en het laurierblaadje heel. Smelt de boter in een braadpan en bak de gehakte groenten, jeneverbessen en laurier. Voeg het vlees toe en bak dit gelijkmatig bruin. Voeg cognac toe en breng op smaak met zout en peper. Voeg iets minder dan de helft van de marinade toe en doe het deksel op de pan. Laat het vlees gedurende tenminste 3 uur zachtjes sudderen op laag vuur. Voeg zo nu en dan een pollepel hete runderbouillon toe om uitdroging te voorkomen. Wanneer het vlees gaar is, uit de pan nemen, uit laten lekken en warm houden. Doe het vuur wat hoger en laat de jus een beetje inkoken zodat het wat dikker wordt. Snijd het vlees in stukken, schik op een schaal of bord en giet de jus door een zeef (of laat de groenten en kruiden erin als je dat lekker vindt) over het vlees.

Dien warm op liefst met polenta: kan natuurlijk ook met aardappelpuree

# Zuppa Inglese

Zuppa Inglese lijkt nog het meest op een Engelse trifle. De Britten gaan er dan ook prat op dat dit gerecht een Engelse oorsprong heeft en dat de populariteit van de Engelse puddings in de Napoleontische tijd tot ver in Toscane reikte. De koks van de Italiaanse aristocraten zouden zich laten inspireren door de Angelsaksische kookkunsten... Maar goed dat ze het dan bij deze trifle hebben gelaten en de fish & chips en haggis aan de andere kant van de plas hebben laten liggen.



## **Ingredienten**

50 gram witte basterdsuiker, 75 gram bloem 6 eidooiers  
1 liter volle melk, 75 gram gesmolten extra pure chocolade, in stukjes, 200 gram savoiard (lange vingers)  
of cake, 200 ml likeur

Schaal, glazen of puddingvorm van ca 20 cm

Mix de eidooiers met de bloem en de suiker. Giet de massa in een sauspan en zet deze op een laag vuur. Voeg geleidelijk de koude melk toe en meng goed dooreen. Breng het mengsel langzaam aan de kook en laat deze rustig indikken.

Breek de lange vingers doormidden en drenk ze in de likeur (of de cake). Bedek de schaal hiermee en giet de helft van de ingedikte crème eroverheen. Bedek de crème met in de likeur gedrenkte cake of lange vingers. Voeg aan de rest van de crème de in stukjes gehakte chocolade toe en giet dit in de vorm. Bedenk nu het geheel weer met de langevingers en likeur. Giet naar smaak de overgebleven likeur eroverheen. Laat de Zuppa Inglese 1 dag in de koelkast rusten. Stort de vorm op een groot bord en serveer met een beetje slagroom of zure room.



# Stracciatella alla Romana: Bouillon met ei uit Lazio



## **Klassieker: Stracciatella alla Romana: Bouillon met ei uit Lazio**

Op het eerste oog lijkt dit een zeer eenvoudige soep, toch heeft dit recept een aardige moeilijkheidsgraad. Deze stracciatella alla romana valt of staat namelijk met een perfecte bouillon. Anders wordt het al snel een gerecht waar er spreekwoordelijk dertien van in een dozijn gaan. Maak wat meer bouillon dan nodig is en vries die eventueel in. Altijd handig.

### ***Ingrediënten: (voor 4 personen)***

400 gram runderpoulet  
1 ui, 2 kruidnagels, 1 wortel, 1 stengel bleekselderij  
2 volle theelepels zout  
3 takjes peterselie en 1 blaadje laurier, 2 takjes selderijgroen  
1 liter van de bouillon  
4 eieren , 4 eetlepels geraspte parmezaanse kaas  
een snufje nootmuskaat en wat zout

### **Bereiding:**

Zet het vlees op met 2 ½ liter water en breng het aan de kook. Zodra het kookt, verwijder je het vrijgekomen schuim met een schuimspaan. Breng opnieuw aan de kook en voeg de overige ingrediënten toe. Laat de bouillon op zeer laag vuur, half afgedekt, minimaal 2 uur trekken. Zeef de bouillon en laat eventueel eerst afkoelen.

Breng de bouillon aan de kook. Roer de eieren los met de Parmezaanse kaas en een snufje nootmuskaat en wat zout. Giet het eimengsel in de bouillon en roer alles goed door elkaar. Zodra het mengsel gestold en mooi korrelig is, is de stracciatella klaar. Serveer gloeiend heet.

# Gazpaccio con Melone

Hoewel Gazpaccio van origine geen Italiaans gerecht is, maar een Spaans gerecht wat zijn oorsprong had in het warme Andalusië, vind je het soms terug bij niet traditionele Italiaanse restaurants. Gazpaccio is namelijk een heerlijke koude groentensoep, die het goed doet op (extreem) warme zomerdagen. De wat zoete variant met meloen, hebben we gegeten bij een Nederlands restaurant en hebben we direct nageemaakt en met enig succes. Speciaal voor Arend en Karen onze gasten en vrienden, waar we dit experiment op mochten uitproberen, plaatsen we dit recept op onze pagina "recept van de maand". De maand Augustus is bij uitstek de maand om deze soep te serveren: hierbij dan. Buon appetito of moeten we zeggen buen provecho ?



## **Ingrediënten (voor 4 personen):**

1 kilo rijpe, geurige tomaten, in blokjes (ontveld/ontpit), 1 hele komkommer in blokjes, 200 gram wortelen, in kleine stukjes, 100 gram (een paar stengels) bleekselderij in kleine stukjes, rode paprika in stukjes, 1-2 tenen knoflook fijn, 2 theelepels rode wijnazijn, flinke scheut olijfolie, 2 eetlepels basilicum fijngesneden. 2 snee oud brood. 1/2 meloen en wat peper en zout.

Kook eerst kort de bleekselderij, paprika en de worteltjes met een kippenbouillonblokje: laat de bouillon daarna apart wat inkoken. Daarna de ingrediënten in de keukenmachine pureren en tenslotte de dikte bepalen met de afgekoelde bouillon. Op smaak met peper en zout en 10 minuten in de diepvries. Ijskoud serveren (op koud servies) met bolletjes meloen in de soep en apart met wat gebakken broodblokjes. Je kunt de basilicum meepureren of een beetje als decoratie gebruiken

Tip: er bestaat ook een andere en lekkere variant Gazpaccio Caprese: deze is met bolletjes buffelmozzarella ipv meloen.



## Speciaal voorgerecht: Carpaccio Cipriani

Dit gerecht van dun gesneden ossehaas wordt traditioneel geserveerd met pijnboompitten en Parmezaanse kaas. De beroemde versie van het meest beroemde Venetiaanse restaurant Cipriani wordt gemaakt met een pittige mosterddressing (eigeel, olie, azijn, mosterd), citroen, basilicum en er kan eventueel wat heel dingesneden bleekselderij aan worden toegevoegd. Het uitproberen meer dan waard.

*Het gerecht werd bedacht in 1950 in Venetië, Italië door Giuseppe Cipriani, de eigenaar van Harry's Bar in Venetië, had vele beroemde stamgasten, onder wie [Charlie Chaplin](#) en Ernest Hemmingway*

*Een Venetiaanse gravin, Amalia Nani Mocenigo, was ook een veelgeziene gast. Zij leed aan bloedarmoede en moest van haar dokter rauw rood vlees eten. Cipriani bedacht daarop de carpaccio-schotel. Hij noemde dit gerecht naar de schilder Vittore Carpaccio van wie op dat moment een overzichtstentoonstelling werd gehouden in Venetië.*

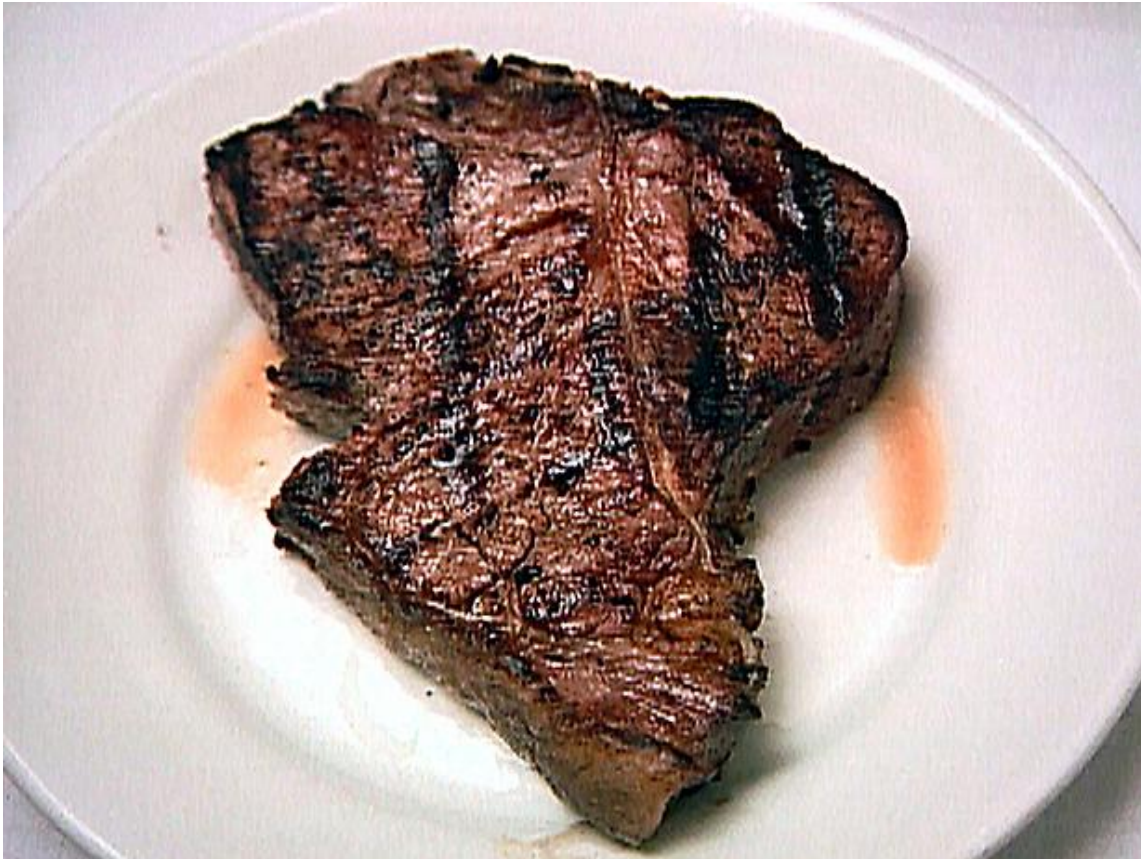
*De heldere roodtonen van de schilder deden Cipriani denken aan het rood van de ossenhaas. Tot op de dag van vandaag staat de carpaccio-schotel op het menu van Harry's Bar (nu gerund door zoon Arrigo), maar de gast moet er wel bijna 100 euro voor neertellen.*

Klik [hier](#) voor het volledige recept





## Bistecca Fiorentina:



De beroemde

Florentijnse biefstuk

### **Ingrediënten :**

1 T-bone per persoon van tenminste 2,5 cm dik, wat neerkomt op ongeveer 600 gr per stuk  
Zout en vers gemalen peper, Olijfolie en/of citroensap

De T-bone steaks zijn afkomstig van vee uit de Val di Chiana, een vleesproducerend runderras dat bekend staat om de uitstekende smaak. Buiten Italië is dit vlees niet of moeilijk verkrijgbaar, gebruik in dat geval het beste vlees dat u kunt krijgen. La Fiorentina wordt altijd klaargemaakt op een hout- of houtskool vuur.

Wrijf de steak van te voren aan beide kanten goed in met vers gemalen peper.

Gril de steak op een open vuur van houtskool of hout. Als de ene kant klaar is draai het vlees om en strooi wat zout over de gegrilde kant, en doe hetzelfde met de andere kant. Het vlees mag niet langer dan 3 tot 4 minuten per kant gegrild worden. Het vlees moet rood blijven van binnen. Naar smaak kan wat olijfolie of citroensap over de steak worden gesprengeld voor het op te dienen.

# Lasagne al Forno

Dit ovengerecht, Lasagen uit de oven, op basis van de vleessaus uit Bologna en besciamella, is een heerlijk (maar ook redelijk zwaar) begin van een uitgebreide maaltijd. Je kunt zelf je lasagnevellen maken, maar ook de bladen uit de winkel voldoen. Je kunt dan kiezen uit gedroogde of verse pastavellen. Gedroogde vellen moet je wel van tevoren even koken, maar ook weer zeker niet te lang..

**I De vleessaus:** 300 gram rundergehakt, 75 gram pancetta, fijngehakt, 3 eetlepels olijfolie, 3 eetlepels tomatenpuree, 1 ui, gesnipperd, 1 wortel fijngehakt, 1 stengel bleekselderij fijngehakt, ½ glas rode wijn, 750 ml bouillon, versgemalen zwarte peper, zout

Bereiding vleessaus: Verhit de olijfolie in een pan met dikke bodem en fruit hierin de pancetta, ui, wortel en bleekselderij. Zodra de ui glazig ziet, het gehakt toevoegen en rul bakken. Roer voortdurend met een houten vork om het gehakt volledig los te krijgen. Als dat gelukt is, de wijn toevoegen en laten verdampen. Voeg de tomatenpuree toe, die je eerst hebt opgelost in enkele eetlepels bouillon. Breng de saus op smaak met peper en zout. (Sommige koks voegen ook nog een beetje nootmuskaat toe). Laat de saus, afgedekt, twee uur op een laag vuur pruttelen. Voeg af en toe een lepel van de resterende bouillon toe. De saus is nu klaar voor de lasagne.

**II De besciamella:** 750 milliliter melk, 75 gram roomboter, 75 gram bloem, versgemalen witte peper, nootmuskaat, zout.

Bereiding besciamella: Smelt de boter in een pannetje en roer de bloem door de gesmolten boter. Laat de bloem gaar worden terwijl je blijft roeren. Voeg beetje bij beetje de melk toe en blijf roeren. Als alle melk gebruikt is, de saus voorzichtig aan de kook brengen. Blijf roeren om klontvorming tegen te gaan. Laat de saus ongeveer tien minuten pruttelen en breng vervolgens op smaak met peper, zout en wat nootmuskaat.

**III De lasagne:** 300 gram lasagnavellen, 1 bol mozzarella in kleine stukjes, Versgeraspte Parmezaanse kaas

Verwarm de oven voor op 220 °C. Neem een rechthoekige ovenschaal en vet die in. Schep een laagje vleessaus in de schaal en denk dit af met lasagnavellen. Daarop schep je wat besciamella en een klein beetje Parmezaanse kaas. Vervolgens dek je die laag weer af met lasagnavellen. Daarop schep je weer wat vleessaus, en zo ga je door totdat je geen vleessaus, besciamella en lasagnavellen meer over hebt. De laatste laag bestaat altijd uit vleessaus vermengd met een klein beetje besciamella en de mozzarella. Tot slot bestrooi je dit met Parmezaanse kaas. Zet de schaal ongeveer veertig minuten in de oven totdat de bovenlaag mooi bruin is. Serveer gloeiend heet.



# Torta Limone

## **Ingrediënten**

175 gram cantuccini (Italiaanse amandelkoekjes)  
100 gram boter  
2 citroenen  
6 eieren  
225 gram suiker  
100 gram fijngehakte amandelen  
500 gram ricotta (Italiaanse kaas)  
2 eetlepels bloem  
3 eetlepels limoncello (Italiaanse likeur)  
poedersuiker

Verder is nog benodigd: bakpapier, een rasp voor de citroen en een springvorm om taarten mee te maken (en natuurlijk de gebruikelijke keukenspullen).

## **Bereiding**

Verwarm de oven voor op 160 graden. Vet een springvorm in en bekleed de bodem en de randen met bakpapier. Verkruimel de cantuccini-koekjes met bijvoorbeeld een mes of een mixer. Smelt de boter in een pannetje en roer de cantuccini-kruimels erdoorheen. Het botermengsel verdeel je vervolgens over de bodem van de springvorm. Rasp de schil van een citroen (eerst goed wassen en bij voorkeur biologische citroenen gebruiken!) en pers ze beide uit. Klop de eieren en de suiker in een kom tot een dikke, gele crème. Hieraan voeg je de amandelen, de ricotta, het citroensap, de stukjes citroenschil, de bloem en de limoncello toe. Alles goed door elkaar roeren. Als laatste giet je het goedje in de springvorm en zet je de taart voor 50 minuten in de oven. Het midden van de taart mag nog een beetje vloeibaar zijn, als je deze uit de oven haalt. Dat gaart vanzelf nog na. Je maakt de torta di limone helemaal af met een laagje poedersuiker. *Buon appetito!*





# Scropino

Deze van oorsprong uit Venetië afkomstige godendrank en cocktail wordt gemaakt van citroenijs of limoen ijs, vodka en prosecco. De echte scroppino wordt a la minute met de hand bereid en direct ijskoud gedronken. Scroppino wordt als tussengerecht, als dessert of als cocktail geserveerd. De scroppino kenmerkt zich door de frisse smaak, strak witte uitstraling en is verrassend lekker. 'Once tasted, addicted for life' is onze ervaring. De scroppino is er voor jong en oud en smaakt absoluut naar meer. Wij zijn in elk geval verslaafd!

## **Scroppino ingrediënten (per scroppino benodigd):**

- 120 gram Italiaans citroen ijs, paar druppels citroensap, 15 ml vodka, 30 ml prosecco, 1 scroppino tool kit (bestaat uit een bekken, garde en schenkkkan), 1 champagne flute

## **Bereiding:**

- Voeg het citroenijs en citroensap samen met de vodka in een grote kom.
- Klop met de garde de vodka door het ijs tot een gladde emulsie.
- Voeg de prosecco toe en spatel het er voorzichtig doorheen.
- Giet het over in de schenkkkan en serveer het in een champagne flute.
- Decoreer met een schijfje citroen of een blaadje munt.
- Enjoy!

De oorspronkelijke Scroppino wordt bereid met limoen- of citroenijs, maar je kunt natuurlijk variëren met andere (fruit) ijs smaken.



# Risotto

Bij risotto zijn tijd en aandacht de belangrijkste ingrediënten. Je moet er zin in hebben om risotto te maken, anders begin je er liever niet aan. Je moet minimaal 20 minuten uittrekken voor het proces van roeren en vocht toevoegen op precies het juiste moment. Ook de keuze van rijstsoort is belangrijk, kies de juiste rijst voor het juiste recept. Bereidingstijd : 20 tot 40 minuten

**Benodigd en bereiding:** Ingrediënten : gehakte uitjes + knoflook, boter of olijfolie, 100 gram rijst per persoon, witte wijn, 1½ liter bouillon gemalen Parmezaanse kaas

*Hoewel de juiste rijstsoort belangrijk is, kies je de Arborio variëteit als je niet anders kan krijgen in de winkel, vaak komt deze soort ook in het schap voor onder de algemene benaming van risotto.*

*Als je tijd en aandacht geeft aan het gerecht kan er weinig mislukken, maar de meest voorkomende fout is vaak dat de rijst te gaar wordt gekookt. Ook is het belangrijk de juiste bouillon te gebruiken, waarvan de smaak niet te overheersend moet zijn. De risotto moet smeugig zijn, maar niet te nat. Sommige recepten vragen voor meer vocht zoals de befaamde Risi e Bisi die meer op een dikke soep moet lijken en met een lepel gegeten wordt. De basismethode voor het maken van risotto is telkens dezelfde en wordt aangepast aan de ingrediënten. Allereerst heb je de juiste pan nodig en vooral een die groot genoeg is, een goed sluitende deksel heeft en liefst geen teflon bodem. Gebruik een goede houten lepel om te roeren. Zorg dat je alle ingrediënten bij de hand hebt en klaar om te verwerken. De bouillon die je gebruikt moet tijdens het verwerken aan de kook blijven. Denk er om: weglopen tijdens het maken van risotto is er niet bij, dus zet de telefoon en de bel dus maar even af.*

**Stap 1:** Fruit in de helft van de boter of olie, de gesnipperde ui, knoflook en andere groenten waar het recept om vraagt, langzaam op een laag vuur en zorg dat ze niet bruin worden. Dit duurt meestal een minuut of tien. Draai het vuur hoog en doe de rijst erbij, toast deze onder voortdurend roeren zodat alle korrels gaan glanzen en hun doorzichtigheid verliezen. Hou het vuur heel heet onder de pan, maar zorg ervoor dan niets de kans krijgt te verbranden of zelfs bruin te worden.

**Stap 2:** Eerst doe je de wijn erbij. Zorg dat alles goed heet is en blijf roeren tot de wijn geheel verdampt is. Als het recept niet om wijn vraagt, doe dit dan met de eerste soeplepel vocht. Daarna voeg je telkens een voor een soeplepels hete bouillon toe en laat deze verdampen voordat je meer vocht toevoegt. Het is belangrijk om constant te blijven roeren. Draai de warmtebron onder de pan iets lager maar niet te laag tijdens dit proces.

**Stap 3:** Langzamerhand zal je merken dat de rijst zich gaat hechten aan de lepel en aan de pan. De risotto is dan bijna gaar. Normaal gesproken duurt dit ongeveer 20 minuten.

**Stap 4:** De risotto is gaar als het er smeugig uitziet maar de rijstkorrels nog stevig zijn. Haal de pan van het vuur, voeg de rest van de boter en/of de kaas toe en doe deksel op de pan. Laat het geheel ongeveer 5 minuten rustig staan. Doe de risotto in een verwarmde schaal of op verwarmde borden en dien direct op.



Allerelei combinaties zijn mogelijk: Risotto met paddestoelen, con funghi (gebruik paddestoelen bouillon): bak de paddestoelen, laat de laatste 5 minuten meegaren. (verse geschaafde truffel eroverheen: heerlijk).

Risotto met asperges (con asparagi): gebruik het kookvocht van de asperges als bouillon: laatste 5 minuten meegaren.

Risotto met vis (con frutta di mare): gebruik visbouillon en laat de stukjes vis (mosselen, garnalen etc.) de laatste 5 minuten meegaren.



Risotto primavera Risotto con funghi

Risotto met geschaafde truffel (risotto con tartuffo)

## Carpaccio di zucchini ..... Carpaccio van courgette



Een heerlijk, simpele en frisse zomer-antipasta en voorgerecht

### **Benodigd voor 4 personen:**

1 courgette, citroen, olijfolie, wat zout en gemalen peper. kappertjes en wat geraspte/ geschaafde pecorino kaas (evt parmigiano).

### **Bereiding:**

Snijd met de kaasschaaf over de lengte dunne flinters rauwe courgette: leg deze dakpansgewijs op een grote schaal of per persoon op een bordje. Daaroverheen sprenkel je een beetje olie en citroensap (regelmatig met een lepel verdelen over de courgette) en wat gemalen peper (en evt naar behoefte snufje zout). Voeg daarbovenop een extra laag courgette en weer wat olie en citroensap. Laat een uurtje intrekken in de koelkast. Versieren en afmaken met kappertjes en schilfers kaas. Voila een simpel maar heerlijk voorgerecht (antipasta).

Met de topping kun je variëren: stukjes ansjovis, wat stukjes hele fijne rode peper of wat fijngeknipte basilicum zijn ook verukkelijk. Tussen de 2 lagen courgette is een laagje gerookte zalm ook een aardige optie.

Als voorgerecht, heerlijk te combineren met een andere traditionele antipasta van italiaanse worstsoorten (salame), bijvoorbeeld: Coppa di Parma, Spinata Romana, Prosciuto crudo di Parma (rauwe Parma ham), Prosciuto cotto (gekookte ham) en Cacciatore of wat andere gedroogde worst.

Na deze antipasti eet je een kleine pasta en/of een stukje vlees (zie ons oudere recept van bijvoorbeeld Saltimbocca). Een dolce (desert) mag daarna niet ontbreken (zie hiervoor ook onze oude recepten) en je eindigt met een caffè espresso met Limoncello.... Ziedaar een complete Italiaanse maaltijd. Geniet ervan!





# Italiaanse lams-stoofschotel (stufato di agnello)

## Benodigd voor 4-6 personen:

- 700-1000 gram lamsvlees
- Italiaanse kruiden (thijm, oregano), 1 grote ui en 1-2 tenen knoflook
- 1-aubergine + 1 courgette, 2 grote wortelen en 1-2 tomaten
- 1 grote peper of paprika, 2 geschilde aardappelen in blokjes
- 1 blik grote (witte) bonen, Kippenbouillonblok



## Bereiding:

Snijdt het vlees en alle groenten (niet te fijn).

Fruit met olie de grofgesneden ui (totdat deze glazig wordt), daarna kort de grofgesneden knoflook en de oregano en thijm (italiaanse kruiden) meefruiten. Op een hoog vuur het vlees erdoor en aanbraden, totdat deze om en om dichtgeschroeid is. Aflussen met een glas rode wijn en een glas water (zodat het mengsel onder het vocht staat. Bouillonblok erbij. Het vuur laag en de deksel op de pan.

Na 20-30 minuten stoven de aubergine, tomaat en peper erbij.

Laat daarna nog ruim 1 uur stoven en als het vlees al wat mals begint te worden, voeg dan de courgette, aardappel en wortelen in stukjes gesneden toe..... en de blik bonen (evt met vocht). Nog 15 minuten laten sudderen. Proef tussendoor even of de groenten nog een bite hebben, want dan is de schotel klaar. Totaal moet het vlees 1 ½ tot 2 uur sudderen.

Serveer evt met brood (is niet echt nodig, omdat de stoofschotel een volledige en vullende maaltijd is).

Tip: heb je nog wat over, bewaar het dan in de ijskast: de volgende dag kun je er ruim water en wat bouillon toevoegen en je hebt dan een heerlijke lamssoep.

# Tagliatelle met walnotensaus

## Ingrediënten :

Wat je nodig hebt voor 4-6 personen:

- 100 gram gepelde walnoten
- een bosje platte peterselie (alleen het blad)
- 10 blaadjes basilicum
- 5 blaadjes munt
- 4 grote tenen knoflook
- 500 gram brede tagliatelle
- 3/4 - 1 maatbeker olijfolie
- zout en vers gemalen peper
- 5 eetlepels geroosterd broodkruim of paneermeel
- naar smaak wat scherpe pimento peper vlokken of 1 verse peper
- basilicum om te garneren



## Bereiding:

Om het simpel te maken doe je alle kruiden, de knoflook en de walnoten in een blender en maal het fijn. Kook de pasta al dente in ruim kokend water met grof zout, volg de instructies op de verpakking, 11 tot 13 minuten moet genoeg zijn. Intussen verwarm je de olie in een ruime pan op een laag vuur. Als de olie warm is voeg je het kruidenmengsel toe en sauteer het een minuut of twee. Naar smaak zout en peper toevoegen. Ongeveer een minuut voordat de pasta gaar is doe je het geroosterde broodkruim bij de saus en roer het geheel goed door elkaar.

Giet de pasta af en hou ongeveer 1/2 maatbeker kookwater achter. Doe de pasta bij de saus in de pan en voeg het achtergehouden kookwater toe. Vermeng alles heel goed en proef op smaak. Voeg indien nodig nog wat water toe. De saus moet de pasta volledig bedekken.

Doe het gerecht over op een serveerschaal en strooi er nog wat gesnipperde basilicum overheen.

# Saltimbocca a la Romana

Saltimbocca volgens Johannes van Dam, Bereidingstijd: 10- 20 minuten

**Ingrediënten:** Kalfslapjes, rauwe ham, verse salie, bloem, peper, zout, droge witte wijn, olijfolie, boter



## **Vorbereiding:**

Een plakje rauwe ham gaat op een plakje kalfsvlees, daarop - of daartussen - een blaadje salie, en dan wordt het opgerold. Het rolletje wordt langs de naad (niet er dwars doorheen) met een houten prikker vastgezet en even door met peper en zout gemengde bloem gerold (gesigneerd).

## **Bereidingswijze**

Het rolletje wordt vervolgens aan alle kanten goudgeel aangebakken in hete boter met een scheutje olie. Dan wordt een glaasje droge witte wijn apart verhit en over het vlees gegoten. Het vuur wordt opgedraaid en de wijn mag een minuutje koken (of zo je wil 10 minuten stoven). De vleesrolletjes worden eruit gehaald en warm gehouden.

Doe een paar eetlepels water bij de wijn en monteer de saus geleidelijk met wat blokjes - circa 25 gram - koude boter. Maak op smaak af, giet over de vleesrolletjes en serveer meteen.



# Vitello Tonnato / Pollo Tonnato

*Vitello tonnato* betekent zo'n beetje 'getonijnd kalfsvlees', ofwel *kalfsvlees in tonijnsaus*. Dus er wordt geen varkensvlees gebruikt ! Nou, menig restaurant schuift varkensvlees onder die tonijnsaus, want dat is een stuk goedkoper. In Italië is dat een doodzonde en absoluut not done!! Het is trouwens ook minder lekker. Een beter en ook een goedkoper alternatief is om kip of kalkoenvlees te gebruiken (bijna net zo lekker). Voor de saus geldt, mayonaise als basis, maar pas op, de meeste mayonaises zijn flink gezoet en dat verpest echt het gerecht. Beter is het dus om voor de saus, zelf de basismayonaise te maken of maionaise zonder suiker te gebruiken. Vitello tonnato wordt in Italië meestal gegeten als voorgerecht, maar kan op een zomerse dag ook best als hoofdgerecht worden gegeten. In Verona wordt Vitello Tonnato na de opera als lichte souper gegeten. Heerlijk met een koud glas droge, witte wijn.



## **Benodigd (6 personen voorgerecht / 4 personen hoofdgerecht):**

800-1000 gram kalfsfricandeau / kalfslende of 800 gram kip of kalkoenfilet

Blikje tonijn in water of olie , Ansjovis 6-8 stukjes (blikje), Mayonaise, Lepeltje mosterd, Kappertjes (groot)

1 citroen (schijfjes), Peterselie (fijngesneden).

**Bereiding:** Braad het vlees in olie of boter met wat kruiden en 4 stukjes ansjovis: de kip kan worden doorgebakken, terwijl de kalfsfricandeau licht rosé mag blijven. Laat daarna in aluminiumfolie afkoelen.

Meng voor de saus de (uitgelekte) tonijn met een beetje braadvocht en mayonaise, een lepeltje mosterd (evt wat zure room), een paar drupjes citroen en nog eens 4 stukjes ansjovis tot een glad papje (keukenmachine/staafmixer).

Snijd het afgekoelde vlees in dunne plakjes met een scherp mes en leg deze dakpansgewijs op een schaal of op de bordjes. Schep daarover de tonijnsaus en verdeel dit , met een lepel, in een dunne laag over het vlees. Het lekkerst wordt het gerecht als het enkele uren bedekt met de saus heeft gestaan (koel), zodat de smaak van tonijn wat in het vlees kan dringen (zeker bij de kip, die wat droger van structuur is).

Garneer met kappertjes, citroen en evt. wat snippertjes peterselie. Serveer niet direct uit de ijskast, maar op kamertemperatuur. Buon appetito!!

# Minestrone

Minestrone' betekent letterlijk 'grote soep' en dat is eigenlijk het enige wat de talloze varianten met elkaar gemeen hebben. Iedere Italiaanse nonna heeft haar versie (en natuurlijk claimt de hele familie dat die de beste ter wereld is). Met groenten, bonen en vaak ook pasta is deze soep het hele jaar door een makkelijke en vullende maaltijd. Er is geen vast recept, je gebruikt de groente van het seizoen. In de zomer met lichte bouillon en in de winter met vlees en aardappels. Een grote pan soep is schijnbaar oneindig: als je er vier hongerige monden mee voedt, kun je er met een beetje brood en wat salade ook zes mensen van te eten geven.

## **Benodigheden voor 4-6 personen**

- 150 gram witte bonen, zoals cannellini bonen
- 2 eetlepels olijfolie
- 125 gram pancetta in blokjes
- 1 grote ui, gesnipperd
- 1 teentje knoflook, fijngehakt
- 1 grote wortel, in plakjes
- 2 bleekselderijstengels, in plakjes
- 1 blik tomatenblokjes
- 1,5 – 2 liter kippenbouillon
- 1 laurierblad
- Verschillende soorten groente (courgette, sperziebonen in de zomer, witte kool en aardappel in de winter)
- 150 gram pasta
- 4 eetlepels versgeraspte Parmezaanse kaas
- 1 handjevol verse basilicum, grof gehakt (in de zomer)
- Grote soeppan
- Vers boerenbruin of ciabattabrood
- Groene salade

## **Stappen**

Bak de groenten aan. Verwarm de olijfolie in een grote soeppan (met dikke bodem) en fruit de ui, knoflook en spekjes aan. Voeg de wortel en bleekselderij toe en bak nog 5 minuten. Voeg daarna de tomaten en bonen toe. Laat even sudderen.

Voeg de bouillon en het laurierblad toe en breng aan de kook, laat ongeveer 20-25 minuten doorkoken. Voeg daarna de courgette en sperziebonen en eventuele andere groenten toe. Laat nog even 10 minuten koken totdat de courgette en sperziebonen beetgaar zijn.

## Simonetta's simpele succesrecept: dessert met peer, honing en noten.



met dank aan: Alessandro di Lella voor dit mooie verhaal.

Tijdens mijn verblijf bij Casale il Sogno kreeg ik van Simonetta, de Italiaanse kokkin, een simpel maar succesvol recept met ricotta, peer, honing en walnoten. De gerechten tijdens het aanschuifdiner bij Casale il Sogno werden stuk voor stuk bereid door de vrolijke, maar ietwat verlegen Simonetta. Al vroeg was ze die maandagochtend in de keuken te vinden, om de voorbereidingen voor het diner te treffen.

Groenten werden schoongemaakt, in stukken gesneden en gegrild, schalen vol eekhoortjesbrood stonden al klaar om bewerkt te worden. Al eerder had ze ladingen ravioli gemaakt (gevuld met spinazie en ricotta) en ook de *crostata*, de fruittaart die als dessert zou worden geserveerd, was al helemaal klaar. Terwijl Simonetta druk aan het werk was, probeerde ik haar een beetje op haar gemak te stellen. Ze was een beetje zenuwachtig, met een journaliste en een fotografe die haar op haar vingers keken. Want tja, als zo'n Italiaanse *mamma* in de keuken staat, wil je natuurlijk wel een beetje de kunst afkijken. Ik vertelde haar dat ik zo dol ben op die simpele Italiaanse recepten waarmee je in een handomdraai een overheerlijk gerecht op tafel tovert.

Ze glimlachte en haalde een kom ricotta uit de koelkast. '*Guarda,*' zei ze, terwijl ze de ricotta stevig doorroerde. Al doende gaf ze een van haar succesrecepten prijs, dat ze voor ons als voorgerecht zou serveren, maar dat ook prima als bijzonder ontbijt of als nagerecht kan dienen. Sneller dan ik met mijn ogen kon knippen had ze de ricotta tot een romige massa geroerd. Ze verdeelde de ricotta over een hele rij bordjes, waarna ze er in stukjes gesneden rijpe peren omheen schikte. Ze garneerde elk bordje met wat honing en een handjevol walnoten. Supersimpel, maar een gouden combinatie die later die dag meer dan in de smaak viel.

Sinds ik de kunst van Simonetta heb afgekeken, heb ik het recept al heel wat keren in mijn Amsterdamse keuken gemaakt. Als voorgerecht, als een zondags ontbijtje en van het weekend als toetje, met een glas *moscato* erbij. Echt het proberen waard, dus bij deze een *grazie mille* voor Simonetta dat ze haar recept met mij deelde zodat ik het weer met jullie kan delen. Lang leve de Italiaanse keuken en haar eenvoudige, eerlijke en heerlijke creaties, en lang leve de Italiaanse *mamma's* als Simonetta die hun geheimen graag doorgeven!



# Italiaanse liefde

## **Ingrediënten voor 6 personen:**

- 400 g mascarpone
- 1½ dl advocaat
- 1½ dl boerenjongens
- 125 ml slagroom
- suiker, naar smaak
- ½ tl vanille extract

## **Bereiden:**

1. Doe de mascarpone in een kom en klop met een garde los. Voeg de advocaat en de boerenjongens toe en meng voorzichtig door elkaar.
2. Verdeel het over 6 mooie glaasjes en zet afgedekt in de koelkast tot je het serveert.
3. Klop de slagroom stijf met het vanille extract en suiker naar smaak.
4. Schep vlak voor het serveren nog een lepeltje boerenjongens erover en garneer met een flinke toef slagroom. Steek er eventueel een chocolaatje in (een hartje van chocolade zou toepasselijk zijn, bedacht ik mij later).

*Met dank aan Caroline Brouwer:*

*Een paar weken geleden aten wij dit héérlijke dessert bij een vriendin. Ik kreeg van haar het recept en heb het nu zelf gemaakt. Het is zeer snel en makkelijk te bereiden en succes verzekerd! Het recept is voor vier personen, ik heb er 6 van gemaakt, het is namelijk vrij machtig, je moet er echt kleine glaasjes van serveren, je zou er zelfs 7 of 8 kleine glaasjes van kunnen maken. Op internet vond ik een variatie op dit recept dat mij ook lekker lijkt, i.p.v. boerenjongens gebruiken zij bitterkoekjes en amaretto. Het recept vind je [hier](#).*

<http://carolinebrouwer.blogspot.nl/2012/11/italiaanse-liefde.html>



# Pollo con verdure e patate al forno:

4 personen (hoofdgerecht):

Marineer (ongeveer 3-4 uur) 500-600 gram fijngesneden kipfilet, met wat witte wijn, olie, scheutje ketjap, fijngesneden knoflook, ansjovisstukjes en evt wat kappertjes.

Vet een oven-bakblik (diepte 1,5-2 cm) in met olie of wat roomboter. Fijngesneden stukjes tomaat van 1 hele grote of 2 kleinere tomaten: 1 fijngesneden courgette, 1 fijngesneden ui. Wat gemalen peper en grof zeezout eroverheen (evt een beetje oregano).

Voeg de kip en het marinademengsel toe aan de groenten op het bakblik (verspreiden). Voeg daarna kort gekookte kleine stukjes aardappel, in schil toe (5-6 aardappelen). Maak af met flink wat verse rozemarijn. Nog even wat olie erover gieten/druppelen en het blik kan de oven in.

20 minuten in een voorverwarmde oven (175-200 graden): daarna 5-10 minuten onder de grill, zodat de aardappeltjes mooi bruin worden en de rozemarijn krokant.



## Spaghetti with meatballs

Spaghetti with meatballs is een fusiongerecht wat ontstaan is uit een samenvoeging van de italiaanse met de Amerikaanse eetcultuur. Vanaf eind 19e eeuw tot de 50-er jaren van de 20e eeuw kwam er een grote emigratie op gang van Italianen, die door armoede en honger gedwongen werden hun heil elders te gaan zoeken. Miljoenen Italianen zijn naar Amerika gemigreerd. Daar ontstond een nieuwe italiaanse eetcultuur, die beïnvloed werd door de Amerikaanse. Spaghetti with meatballs is zo'n typisch gerecht wat je in Italië zelf niet of nauwelijks zult terugvinden. Een combinatie van de italiaanse verfijning en de wat meer brutale, wat grove en overdadige Amerikaanse keuken.

4-6 personen:

600-800 gram gehakt (rund, kalf of lam): meng het gehakt met een fijngemaakt uitje, knoflook, peterselie, wat oregano een ei en paneermeel. Maak de gehaktballetjes niet te groot (doorsnee 2-3 cm). Even rondom bruinbakken, afblussen met wat wijn. Basissaus toevoegen en 10-15 minuten laten sudderen. Spaghetti koken (pak 500 gram). Saus eroverheen met grove parmigiano kaas en eventueel wat gescheurde basilicum. Smullen maar!





# Tiramisu

Het bekende en traditionele italiaanse nagerecht (dolce).

## **Ingrediënten voor 6 personen :**

500 g mascarpone  
5 eieren  
5 eetlepels suiker  
40 lange vingers  
2 kopjes sterke, ongezoete koffie  
2 eetlepels Marsala (dessertwijn uit Italië)  
Bittere, niet gezoete cacaopoeder



## **Bereiding :**

- 1) Scheid de eierdooiers van de eiwitten. Klop de eierdooiers stevig door de suiker tot een wit schuim.
- 2) Voeg hieraan de mascarpone toe en meng goed. Klop de eiwitten stijf en werk ze voorzichtig door het mengsel.
- 3) Meng vervolgens de afgekoelde koffie en de marsala in een diep bord en doop de lange vingers hier kort in.
- 4) Leg de helft van de koekjes op de bodem van een schaal (bijvoorbeeld een gratineerschaal), bedek ze met de helft van het mengsel, leg vervolgens de rest van de koekjes erop en eindig met de rest van het mengsel.
- 5) Ten minste 3 uur (ideaal 12 uur) laten rusten in de koelkast.
- 6) Bestrooi de tiramisu vlak voor het opdienen met behulp van een zeef met cacaopoeder.

# Spaghetti Carbonara

Er zijn diverse overleveringen waar deze spaghetti (saus) zijn ontstaan heeft gehad. Er wordt soms gesproken over een mijnwerkersgerecht (carbonara = zwartgeblakerd), of dat het gerecht is ontstaan op het einde van de 2<sup>e</sup> wereldoorlog om Amerikaanse soldaten mee te voeden, vanwege de grote hoeveelheden voorradige zuivelproducten. Een ander verhaal zegt dat Carbonara is ontstaan in een restaurant in Rome met de naam Carbonara. Het pastagerecht is uiterst simpel. Je hoeft er alleen maar voor te zorgen dat je spullen en ingrediënten op temperatuur zijn en klaar staan. En dan natuurlijk meteen aan tafel gaan! Voor 4 tot 6 personen in een Italiaans menu (dus als voorgerecht), als hoofdgerecht voor 2 tot 3 personen; *voorbereidingstijd* 15 minuten; *bereidingstijd* 10 minuten. Gebruik voor de carbonara NOOIT room of een van de bechamelachtige fabriekssauzen uit een pot.

## **Ingrediënten:**

350 gram spaghetti, olie, 1 ei per persoon  
eventueel een verkruimeld gedroogd pepertje  
150 gram pancetta (of ontbijtspek van goede kwaliteit) in reepjes  
zout en peper naar smaak  
75 gram versgeraspte Parmigiano  
nog meer geraspte kaas voor op tafel.

Fijngesneden peterselie en fijngesneden knoflook



## **Voorbereiding:**

Zet het kookwater (met eventueel zout) voor de spaghetti op. Zet serveerschaal en eventueel diepe borden in een voorverwarmde oven (120 grC). Doe de spekreepjes in een pan met dikke bodem en ruim olie, bak het spek licht krokant met op het laatst de knoflook erbij (even meebakken). Roer de boter los, houd apart. Roer ei los, doe er de geraspte kaas door. Verkruimel eventueel een klein rood pepertje zonder de pitjes.

## **Bereiding:**

Kook de spaghetti al dente in ruim water. Als de spaghetti is afgegoten doe je de pasta in de voorverwarmde dienschaal. Roer eerst de boter erdoor, dan, als deze gesmolten is (blijven omscheppen), de nog warme spekjes met olie en tot slot het ei-kaasmengsel. Omscheppen totdat alle spaghettislierten bedekt zijn. Maak op smaak af met peper. Strooi er ook evt. wat fijn gesneden peterselie overheen.

## **Serveren:**

Haast je naar de eettafel, en schep daar de spaghetti in -alweer voorverwarmde- diepe borden. Zet de extra geraspte kaas op tafel.

# Spaghetti aglio, olio pepperoncino

Een van de meest simpele pastagerechten uit de italiaanse keuken, snel klaar, goedkoop en werkelijk hemels !

Voor 4 personen (als voorgerecht)

- 5-6 el olijfolie
- 2 tenen knoflook, in dunne plakjes gesneden
- 1 tot 2 verse chilipepers, ontpit en fijngehakt
- verse bladpeterselie, fijngehakt
- 350-400gr spaghetti
- Zout /kippenbouillonblok

Verhit flink wat olie in een wat diepere pan (wok), voeg daar 1 - 2 fijngehakte of fijngesneden rode pepers aan toe, daarna de fijngesneden knoflook op een zacht pitje erbij, totdat de knoflook wat begint te kleuren. Wat zout erbij (of een kippenbouillonblok). Pan van het vuur en peterselie erdoorheen roeren. Roer daar de net gekookte al dente spaghetti doorheen. Opdienen.



# Spaghetti putanesca

## Product Informatie

Het verhaal achter dit klassieke pasta recept is dat de dames van lichte zeden in Napels dit gerecht voorschotelde aan hun clientele omdat het als een afrodisiac zou werken. Een ander verhaal is dat dit gerecht vooral in de rosse buurt van Napoli werd gemaakt omdat het uit voornamelijk goedkope ingrediënten bestaat. Hoe dan ook, deze klassieke pittige pastasaus blijft erg lekker en is heel snel te maken!

## Ingrediënten Spaghetti putanesca is voor 4 personen:

250 gram verse pasta (tagliatelle of spaghetti):  
1 ui (gesnipperd)  
1 rode peper (zaadlijst verwijderd en fijngesneden)  
zwarte olijven (gehalveerd)  
tomaten in blik (in blokjes gesneden)  
1 blikje ansjovis  
olijfolie  
pijnboompitten  
vers geraspte pecorino

## Bereiding spaghetti putanesca is voor 4 personen:

Rooster de pijnboompitten in een droge pan, en hou deze apart. Fruit de gesnipperde ui in wat olijfolie. Voeg hieraan de ansjovisfilets toe, en bak deze tot ze uit elkaar vallen. Giet de tomaatblokjes erbij en voeg vervolgens de olijven en de rode peper (naar smaak) toe. Laat het geheel een beetje inkoken, zodat de smaken goed mengen. Meng er als laatste de pijnboompitten door zodat deze lekker knapperig blijven. Meng vervolgens de pasta met de saus (in de pan van de saus!) en serveer het direct op het bord met wat vers geraspte pecorino.  
Eet smakelijk!