JAMIE OLIVER'S FOOD Tube

presenteert

Het PASTABOEK



door GENNARO CONTALDO

50 X PASTA: SIMPEL, HEERLIJK & IN HET SEIZOEN



HI GUYS, JAMIE HIER!

Welkom in Gennaro Contaldo's fantastische seizoenspastaboek. De meesten van jullie kennen Gennaro natuurlijk al – hij is een van de beroemdste, meest getalenteerde en flamboyante Italiaanse koks ter wereld. Hij was mijn eerste baas toen ik naar Londen verhuisde, en ook de eerste die mij leerde hoe je authentieke Italiaanse gerechten klaarmaakt – ik kan wel zeggen dat hij mijn carrière de afgelopen twintig jaar gevormd heeft. Hij is mijn beste vriend en mijn mentor, en we hebben samen over heel de wereld gekookt.

Dit kleine werkje is het vierde deel in een serie prachtige, no-nonsense kookboekjes van de hand van de geniale koks en vakmensen op mijn Food Tube-kanaal. Als je het kanaal nog niet kent moet je maar eens op YouTube kijken, waar ik met een groep supergetalenteerde gasten – waaronder dus Gennaro – wekelijks exclusieve video's upload en waardevolle trucs, tips en recepten deel.

Toen ik met deze serie begon was het mijn ambitie om nieuw talent te lanceren, maar met Gennaro ligt dat een tikkeltje anders – hij heeft al vele bestsellers geschreven en te gekke televisieprogramma's gemaakt. Maar ondanks zijn ervaring is hij na een paar Food Tube-jaren nog steeds een digitaal groentje. Zijn talent en passie zijn onomstreden, maar ik vroeg me af of hij dit nieuwe platform aan kon (ik denk dat hij niet eens wist wat YouTube was!). Het antwoord was een volmondig ja! De energie en het enthousiasme waarmee hij voor de camera laat zien hoe je Italiaanse gerechten klaarmaakt, heeft de Food Tube-gemeenschap enorm gestimuleerd. Gennaro is gewoon een topper!

Geniet van dit kookboekje op zakformaat, vol te gekke, eenvoudige pastagerechten, variërend van de basis tot superlekkere gerechten voor elke dag van de week. Buon appetito!



FOOD Tube

youtube.com/jamieoliver



HALLO LIEVE MENSEN!

Ik ben enorm blij dat ik jullie mijn allereerste Food Tube-boekje mag presenteren, met de 50 populairste pastarecepten van Italië, en van mij persoonlijk!

Pasta is een essentieel onderdeel van het Italiaanse dieet, en traditionele gezinnen eten het minstens één keer per dag. De mamma's en nonna's die thuis water, bloem en eidooiers kneden hebben de basis gelegd voor een mondiale industrie. Het bleek dat niet alleen Italianen er dol op zijn.

Het mooie van pasta is dat het vlug, eenvoudig en veelzijdig is – van spaghetti met makkelijke tomatensauzen tot langzaam gestoofde ragù's en ovenschotels – pasta's kun je, afhankelijk van het seizoen of je budget, zo rijk of licht maken als je wilt. Ik ben opgevoed met verse seizoensproducten, vandaar dat ik de recepten op seizoen heb ingedeeld – volg mijn filosofie en je zult zien dat je gerechten er alleen maar lekkerder van worden.

Voor mij, als Italiaan, heeft pasta altijd een belangrijke rol in mijn leven gespeeld. Als kind zag ik hoe mijn moeder verse pasta maakte, en dan altijd de typisch Zuid-Italiaanse variant, zonder ei. Ze gebruikte nooit een pastamachine, maar deed alles met de deegroller. Mijn moeder maakte het minstens eens per week, meestal op zondag, voor bij de vleesragù van mijn tante die meestal vele uren, of soms een hele nacht op het fornuis stond te pruttelen. Die hemelse smaak weet ik helaas nog altijd niet te evenaren.

Natuurlijk aten we ook gedroogde pasta. Dat was onze basis voor doordeweeks. Net als de meeste Italianen hadden we altijd een ruim assortiment in de voorraadkast – lange vormen, zoals spaghetti en linguine, korte, zoals penne en rigatoni, soorten om te bakken, zoals lasagnebladen en conchiglioni, en natuurlijk kleine vormpjes, voor door de soep. In Italië kennen we meer dan 600 soorten pasta, maar zelfs ik heb die niet allemaal geprobeerd. In dit boekje behandel ik er een heleboel, dus je kunt je naar hartenlust uitleven met nieuwe soorten, of gewoon voor oud en vertrouwd kiezen.

Lieve mensen, ik hoop dat jullie van de heerlijke recepten zullen genieten. Kijk op Food Tube voor video's van nog veel meer pastarecepten en ideeën en blijf lekker koken... en vooral eten!

INHOUD

DE BASICS

PASTADEEG 16
ONGEVULDE PASTAVORMEN 18
GEVULDE PASTAVORMEN 20
EENVOUDIGE TOMATENSAUS 22
TOMATENSAUS UIT DE OVEN 23
TRADITIONELE BASILICUMPESTO 24
EENVOUDIGE BOTERSAUS MET SALIE 26
KLASSIEKE SPAGHETTI CARBONARA 28
TAGLIATELLE MET BOLOGNESE RAGÙ 30
NACHTELIJKE SPAGHETTATA 32
PASTAFRITTATA OP DIVERSE MANIEREN 34

LENTE

PENNE MET LENTEGROENTERAGÙ 38
ORECCHIETTE MET WILDE RUCOLA & PECORINO 40
CULURZONES MET RICOTTA, CITROEN & MUNT 42
GIGLI MET PARMAHAM & ASPERGES 44
DITALINI MET VERSE TUINBONEN & MUNT 46
CAVATELLI MET FOREL 48
LINGUINE MET GARNALEN & CITROEN EN COURGETTEBLOEMEN 50
SEDANINI MET ARTISJOK & RICOTTA 52
TAGLIATELLE MET BASILICUMPESTO & RODE MUL 54
ROTOLO MET SPINAZIE EN RICOTTA & EENVOUDIGE TOMATENSAUS 58

ZOMER

PASTASALADE MET GEGRILDE PAPRIKA & OLIJVEN 62

TAGLIERINI MET PARMAHAM & RODE PAPRIKA 64

CAPPELLACCI MET ZOMERGROENTEN 66

SPAGHETTI 'AL CARTOCCIO' MET ZEEBANKET 68

LINGUINE MET TOMAAT & MOZZARELLA 70

INVOLTINI VAN RUNDVLEES IN TOMATENRAGÙ MET FUSILLI 72

EENVOUDIGE BUCATINI MET TONIJN 74

PENNE MET PAPRIKA & AUBERGINE 76

LINGUINE MET OCTOPUS 78

CONCHIGLIONI MET TOMAAT & KAAS UIT DE OVEN 80

HERFST

TAGLIATELLE MET WILDE PADDENSTOELEN 84

RAVIOLI MET WILD 86

TAGLIATELLE MET KALFSGEHAKTBALLETJES 88

PACCHERI MET PADDENSTOELENRAGÙ 90

PENNE MET FLESPOMPOEN & PANCETTA 92

LASAGNE MET POMPOEN & PADDENSTOELEN 94

SPAGHETTI MET WORST & BROCCOLI 96

PAPPARDELLE MET GESTOOFDE EEND 98

STRACCETTI MET WALNOOTPESTO 100

BUCATINI MET SARDINE & SAFFRAAN 102

WINTER

CANNELLONI UIT DE OVEN 106

TAGLIATELLE MET WILDRAGÙ 'IN BIANCO' 108

KLASSIEKE PASTA & FAGIOLI 110

PIZZOCHERI MET SNIJBIET & FONTINA 112

TORTELLINI 'IN BRODO' MET RESTJES GEBRADEN VLEES 114

PESTO CALABRESE 116

PAGLIA & FIENO TAGLIATELLE MET RADICCHIO & GORGONZOLA 118

CONCHIGLIE MET MOSSELEN & ROMANESCO 120

SPIRALI MET VIER SOORTEN KAAS UIT DE OVEN 122

TAGLIATELLE MET TRUFFEL 124

KLASSIEKE SPAGHETTI CARBONARA

VOOR 2

BEREIDINGSTIJD: 10 MINUTEN

3 grote vrije-uitloopeidooiers

40 g parmezaan, plus extra voor erbij

zeezout en zwarte peper uit de molen

1 stuk pancetta van 150 g, liefst scharrel of biologisch

200 g spaghetti

1 teen knoflook, gepeld

extra vergine olijfolie

Doe de eidooiers in een kom, rasp er de parmezaan bij, voeg een snufje peper toe en kluts ze met een vork door elkaar. Snijd eventuele harde stukjes zwoerd van de pancetta, houd ze apart en snijd het vlees in stukjes.

Kook de spaghetti al dente in een grote pan gezouten kokend water. Gebruik het zwoerd om een middelgrote koekenpan op matig hoog vuur in te vetten (dat geeft extra smaak, maar je kunt ook een theelepel olie gebruiken). Plet de teen knoflook met de palm van je hand, gooi hem in de pan en laat hem een minuut bakken om het vet smaak te geven. Roer er de stukjes pancetta door en bak ze 4 minuten, of tot ze krokant worden.

Vis de teen knoflook uit de pan. Giet de spaghetti af en houd een kopje van het kookwater apart. Hussel de pasta door de pancetta om de zalige smaak op te nemen, en zet de pan van het vuur. Giet er een scheutje kookwater bij, hussel de boel nogmaals door elkaar, voeg peper naar smaak toe en giet er het eimengsel bij – de warmte van de pan is precies voldoende om het ei zachtjes te garen in plaats van te bakken. Hussel alles door elkaar en voeg zo nodig nog een scheutje kookwater toe om de carbonara heerlijk smeuïg te maken. Serveer met wat extra geraspte parmezaan en een snufje zwarte peper uit de molen.

Als je geen pancetta aan een stuk hebt, kun je ook voorgesneden plakken gebruiken. Carbonara wordt traditioneel met spaghetti gemaakt, maar bucatini of rigatoni zijn net zo lekker.



PASTAFRITTATA
OP DIVERSE MANIEREN



BEREIDINGSTIJD: 20 MINUTEN

VOOR BASIS PASTAFRITTATA

4 grote vrije-uitloopeieren

40 g parmezaan,
plus extra voor erbij

zeezout en zwarte peper
uit de molen

400 g gekookte pasta

extra vergine olijfolie

Pastafrittata is zowel warm als koud lekker – ik neem het vaak mee als ik ga wandelen of eropuit trek om eten te zoeken in het bos, maar ook bij een picknick.

Verhit de oven tot 200 °C/gasstand 6. Kluts de eieren in een grote kom en rasp er de parmezaan bij. Voeg een beetje zout en een flinke snuf zwarte peper uit de molen toe, roer goed en hussel er de pasta door.

Verhit 3 eetlepels olie in een ovenbestendige koekenpan van 26 cm met antiaanbaklaag op matig vuur. Giet het mengsel in de pan, bak de frittata ongeveer 5 minuten, of tot de onderkant krokant is, en zet de pan vervolgens nog 5 minuten in de oven tot de bovenkant gestold is. Keer de frittata heel voorzichtig om op een bord, laat hem terug in de pan glijden en zet hem nog 5 minuten terug in de oven, of tot de onderkant krokant is. Serveer met wat extra geraspte parmezaan.

Als je ongeveer 400 g gekookte pasta met saus over hebt, kun je dat ook prima gebruiken. Of probeer eens een pizzaiola pastafrittata – maak daarvoor de basis pastafrittata (ik gebruik graag fusilli, maar neem gewoon wat je in huis hebt), strooi er **6 in plakjes gesneden rijpe kerstomaatjes, 40 g fontina** en een **paar verse basilicumblaadjes** over, en maak hem af met geraspte parmezaan.

In de lente kun je het basisrecept extra speciaal maken door er doperwten en pancetta bij te doen. Verhit **1½ eetlepel extra vergine olijfolie** in een ovenbestendige koekenpan van 26 cm met antiaanbaklaag. Pel **1 ui**, snijd hem in ringen en laat ze een paar minuten zweten. Snijd **6 plakjes pancetta**, liefst scharrel, in dunne reepjes en bak ze 2 tot 3 minuten met de uitjes mee. Roer er **200 g erwten** door, giet er 400 ml heet water bij en breng op hoog vuur aan de kook. Laat het mengsel 10 tot 15 minuten koken, of tot het vocht verdampt is, en laat afkoelen. Maak het pastafrittatamengsel, voeg de fijngehakte blaadjes van **4 takjes verse munt** en het sap van **1 citroen** toe en roer er het erwtenmengsel door. Bak je frittata zoals hierboven beschreven, en serveer hem met wat extra geraspte parmezaan.








KOSMOS
www.kosmosuitgevers.nl

Oorspronkelijke titel: *Jamie's Food Tube presents The Pasta Book*
First published in Great Britain in the English language by Penguin Books Ltd.

Copyright © Gennaro Contaldo, 2015
Photography © Jamie Oliver Enterprises Ltd, 2015

All rights reserved
The moral right of the author has been asserted.

is registered as copyright with the Library of Congress
© Jamie Oliver Enterprises Ltd, 2013

Jamie Oliver's Food Tube is geproduceerd door Fresh One Productions Ltd.
Fotografie: David Loftus
Vormgeving: Superfantastic

© 2016 Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen
Vertaling: Jaromir Schneider
Boekverzorging: Asterisk*, Amsterdam

ISBN 978 90 215 6172 1
NUR 440

Alle rechten voorbehouden / All rights reserved
Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze en/of door welk ander medium ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Deze uitgave is met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. Noch de maker, noch de uitgever stelt zich echter aansprakelijk voor eventuele schade als gevolg van eventuele onjuistheden en/of onvolledigheden in deze uitgave.

Opmerkingen bij de recepten

- De in dit boek gebruikte eetlepels hebben een inhoud van 15 ml en de theelepels van 5 ml. De inhoud van Nederlandse lepels varieert; gebruik daarom bij voorkeur genormaliseerde maatlepels met een inhoud van 15, 10, 5, 2½ en 1¼ ml, die als set bij kookwinkels verkrijgbaar zijn. De in de receptuur gebruikte lepels zijn altijd afgestreken, tenzij anders is aangegeven.

- Ovens verschillen onderling in temperatuur, zelfs die van eenzelfde merk. Lees de aangegeven temperaturen en baktijden als een betrouwbare aanwijzing, maar pas ze zo nodig altijd aan uw eigen oven aan.

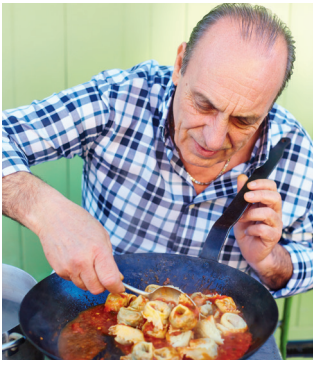
www.jamieoliver.com
www.youtube.com/jamieoliver
www.freshone.tv

ONTDEK OOK DE ANDERE
JAMIE'S FOOD TUBE-BOEKEN










Pasta: Jamie's Italiaanse mentor, Gennaro Contaldo, maakt, kookt en eet het al meer dan vijftig jaar. Dit boek staat bomvol simpele seizoensgerechten, bevat alle basics die je nodig hebt en geeft je eigen pastarepertoire absoluut een boost.

FOOD Tube

Wil je Gennaro in actie zien? Bekijk dan zijn video's, en vele andere recepten, tips en technieken van de Food Tube-familie op:

youtube.com/jamieoliver

NUR 440

9 789021 561721

www.kosmosuitgevers.nl

Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen