

DE ZILVEREN LEPEL KOOKSCHOOL

PASTA

SPECTRUM

07	TERUG NAAR DE BASIS
09	INGREDIËNTEN
13	KEUKENGEREI
14	PASTASOORTEN
17	VERSE PASTA
18	TAGLIATELLE
70	LASAGNE
98	CANNELLONI
118	RAVIOLI
152	TORTELLINI
173	REGISTER

INGREDIËNTEN

BLOEM

Bloem wordt gemaakt door het fijnmalen van tarwekorrels, die daartoe herhaaldelijk worden geplet en gezeefd. Afhankelijk van de uitmalingsgraad wordt Italiaanse bloem ingedeeld in '00' (de fijnste), '0', '1' en volkoren. Bloemsoorten met een hoog glutengehalte zijn bijzonder geschikt om verse pasta zonder eieren mee te maken, en voor verse eierpasta kunnen '00', '0' en gewone bloem worden gebruikt. Verse pasta is in dit boek eigenlijk altijd verse eierpasta, een luxe versie van verse pasta die onder andere voor tagliatelle, lasagne, cannelloni, tortellini en ravioli wordt gebruikt. Andere speciale meelsoorten zijn boekweitmeel, volkorenmeel, dat een hoog gehalte aan vezels en minerale zouten bevat, en zoet kastanjemeel.

EIEREN

Bij de bereiding van verse pasta moeten heel verse, extra grote eieren van topkwaliteit worden gebruikt. Reken op ruim 100 g bloem voor elk gebruikt ei. Voor het maken van groene pasta met groente zoals spinazie worden minder eieren gebruikt, vanwege het hoge watergehalte van de groente (gemiddeld wordt een op de drie eieren weggelaten). In sommige regionale recepten worden alleen eidooiers gebruikt, waardoor de pasta zachter en smaakvoller wordt.

OLIE

Er is maar een heel klein beetje extra vergine olijfolie nodig – een eetlepel of ietsje meer – om een pastadeeg elastischer te maken.

WATER

Aan het pastadeeg kan een heel kleine hoeveelheid lauw water worden toegevoegd om het kneedbaarder te maken en het zetmeel in de bloem te hydrateren. En vers gemaakte pasta wordt natuurlijk in ruim kokend water met zout bereid.

PORTIES

In Italië wordt pasta doorgaans geserveerd als *primo piatto*, of voorgerecht. De hoeveelheden in dit boek zijn bedoeld als hoofdgerecht, en we hebben 120 g pasta per persoon gerekend. De meeste recepten kunnen eenvoudig worden aangepast om meer of minder porties te maken.

- | | | | |
|-----------|---|-----------|---|
| 20 | HOE MAAK JE TAGLIATELLE? | 47 | TAGLIATELLE MET TUINBONEN EN PIJLINKTVIS |
| 23 | PAPPARDELLE MET EEN GEMENGDE VLEESSAUS | 48 | STRACCI MET YONGOLE |
| 24 | PAPPARDELLE MET PADDENSTOELEN | 51 | PAPPARDELLE MET KONIJN EN TOMATENSAUS |
| 27 | TAGLIATELLE MET HAM EN DOPERWTEN | 52 | PAPPARDELLE MET ROMIGE KRAB-TOMATENSAUS |
| 28 | GRATIN VAN TAGLIATELLE | 55 | PAPPARDELLE MET SINT-JAKOBSSCHELPEN |
| 31 | PASTA MET TOMATENSAUS UIT DE ABRUZZEN | 56 | PAPPARDELLE MET BLOEMKOOL EN GORGONZOLA |
| 32 | GROENE FETTUCCINE | 59 | PAPPARDELLE MET WALNOTENSAUS |
| 35 | FETTUCCINE MET WORST EN BALSAMICOAZIJN | 60 | TWEEKLEURIGE TAGLIATELLE MET BONENSAUS |
| 36 | TAGLIERINI MET MASCARPONE EN PAPRIKA | 63 | PAPPARDELLE UIT AREZZO |
| 39 | TAGLIATELLE MET WORSTSAUS | 64 | TAGLIERINI MET KRAB |
| 40 | TAGLIATELLE MET GROENE ASPERGES | 67 | TAGLIERINI MET TRUFFEL |
| 43 | FETTUCCINE MET KIP EN AMANDELEN | 68 | PAPPARDELLE MET EENDENSAUS |
| 44 | TAGLIATELLE MET ZALM | | |

STAP 1



STAP 2



STAP 3



STAP 4



MAKKELIJK

- Voorbereidingstijd: *20 minuten*
+ *20 minuten rusten*
- Voor *4 personen*

INGREDIËNTEN

- 1 hoeveelheid verse pasta
(blz. 17)
- bloem en fijne semolina
(fijne durumtarwebloem),
voor het bestuiven

STAP 1

Rol het pastadeeg met de pastamachine uit tot een dikte van circa 1 mm. Bestuif het met een beetje bloem of fijne semolina en laat het 20 minuten drogen, opgehangen aan een rek of uitgespreid op droge theedoeken. Bestuif het nogmaals met bloem of fijne semolina en rol de vellen losjes op.

STAP 2

Snijd de rollen pasta met een scherp mes tot tagliolini (2-3 mm), taglierini (3 mm), fettucine (5 mm), tagliatelle (7 mm) of pappardelle (1-1,5 cm).

STAP 3

Vorm nestjes van de in repen gesneden pasta.

STAP 4

Welke vorm je ook maakt, leg de gesneden pasta op een met fijne semolina bestoven blad. Fijne semolina is grover dan bloem en voorkomt dat de pasta aan elkaar plakt. De pasta kan nu worden gekookt, worden afgedekt met een licht vochtige theedoek om hem later te koken, of helemaal worden gedroogd om hem in een luchtdichte trommel te bewaren. Draai de pasta als je hem wilt laten drogen af en toe om, zodat alle kanten aan de lucht worden blootgesteld. De pasta kan ook in ruitjes worden gesneden, tot maltagliati, die je links ziet.



PAPPARDELLE ALLE CAPPESANTE

PAPPARDELLE MET SINT-JAKOBSSCHELPEN

MAKKELIJK

- Voorbereidingstijd: 18 minuten
- Bereidingstijd: 25 minuten
- Calorieën per portie: 555
- Voor 2 personen

INGREDIËNTEN

- 2 el olijfolie
- 1 sjalot, fijngesnipperd
- 1 takje verse dragon, fijnggehakt
- 12 sint-jakobsschelpen, zonder schelp
- 200 ml droge witte wijn
- 200 g tomatenblokjes uit blik
- ½ hoeveelheid verse pappardelle (blz. 21)
- 1 el fijngehakte verse bladpeterselie
- zout en peper

Verhit de olie in een ondiepe pan op matig vuur. Voeg de sjalot en dragon toe en bak ze af en toe roerend 5 minuten op laag vuur. Doe de sint-jakobsschelpen erbij, besprenkel ze met de wijn en laat de alcohol verdampen. Laat het 10 minuten pruttelen, doe de tomaten erbij, voeg zout en peper naar smaak toe en laat het nog 5 minuten pruttelen.

Kook de pappardelle in ruim kokend water met zout 2-3 minuten tot ze al dente zijn. Giet ze af, stort ze in een warme schaal en overgiet ze met de saus. Bestrooi ze met de peterselie en serveer meteen.



LASAGNE ALLE MELANZANE E RICOTTA

LASAGNE MET AUBERGINE EN RICOTTA

GEMIDDELD

- Voorbereidingstijd: 15 minuten
+ 30 minuten rusten
- Bereidingstijd: 1 uur
- Calorieën per portie: 513
- Voor 4 personen

INGREDIËNTEN

- boter, om in te vetten
- 1 grote aubergine
- 1 el olie, plus extra voor het bestrijken en voor erover
- 1 hoeveelheid verse lasagne (blz. 73)
- 50 g pijnboompitten, fijngehakt
- 150 g ricotta
- 120 ml gezeefde tomaten (passata)
- verse basilicumblaadjes
- geraspte parmezaan
- zout

Verhit de grill of oven tot 180 °C en vet een ovenschaal in met boter. Snijd de aubergine in plakken, leg ze in een vergiet, bestrooi ze met zout en laat ze 30 minuten uitlekken. Spoel ze af onder de koude kraan en dep ze droog met keukenpapier. Bestrijk de plakken met olie en zet ze onder de grill tot ze zacht zijn.

Breng een grote pan water met zout en 1 eetlepel olie aan de kook en leg de lasagnevellen er met een paar tegelijk in. Haal de vellen er als ze komen bovendrijven met een schuimspaan uit en leg ze op een schone theedoek of bakpapier.

Bedek de bodem van de ovenschaal met de helft van de lasagnevellen en daarop de helft van de aubergineplakken. Bestrooi die met wat pijnboompitten en verkruimel de helft van de ricotta erover. Schep er 4 eetlepels gezeefde tomaten over en leg er wat basilicumblaadjes op. Sprengel er een beetje olie over. Leg de resterende lasagnevellen erop en leg daar de rest van de ingrediënten op. Strooi er tot slot een laagje geraspte parmezaan over en zet de lasagne circa 40 minuten in de oven. Serveer hem heet.

Tip: Meng voor een romiger textuur de ricotta met 100 ml volle melk of koksroom. Je kunt de gezeefde tomaten ook op smaak brengen met een fijngesnipperde sjalot, een snufje suiker, 3 eetlepels olie en een mespunt zout en het geheel dan 5-6 minuten koken.

TORTELLINI DI CALAMARI ALLA CREMA VERDE

TORTELLINI MET PESTO EN PIJLINKTVIS

GEMIDDELD

- Voorbereidingstijd: 35 *minuten*
- Bereidingstijd: 30 *minuten*
- Calorieën per portie: 835
- *Voor 4 personen*

VOOR DE TORTELLINI

- 100 g basilicumblaadjes, plus extra voor erbij
- 40 g peterselie, plus extra voor erbij
- 20 g pijnboompitten
- 1 el walnoten
- 120 ml olijfolie
- 200 g ricotta
- 1 hoeveelheid verse pasta (zie blz. 17)
- zout

VOOR DE SAUS

- 3 el olijfolie, plus extra voor erbij
- 1 teentje knoflook
- 200 g kleine pijlinktvisjes, zonder tentakels, schoongemaakt
- 2 el droge witte wijn
- 2 grote, rijpe tomaten, ontveld, zaadjes verwijderd en in blokjes
- zout en peper

Doe voor de pesto de basilicumblaadjes, peterselie, pijnboompitten, walnoten en olijfolie in een keukenmachine, maal alles tot een grove puree en schep die in een kom. Roer er de ricotta en een beetje zout door. Rol het deeg uit tot een dunne lap en leg op een helft van de deeglap een rij kleine hoopjes pesto op een regelmatige afstand van elkaar. Vouw de andere helft erover en druk het deeg rond de vulling aan. Steek de tortellini met een ronde uitsteekvorm uit. Vouw er driehoekjes van, breng 2 punten samen en knijp ze vast. Verhit voor de saus 3 eetlepels olie in een ondiepe pan of koekenpan, doe de knoflook en pijlinktvisjes erin, schenk de wijn erbij en laat die verdampen. Bak alles circa 15 minuten. Haal de pijlinktvisjes eruit, snijd ze in tamelijk dunne ringetjes en zet ze opzij. Breng een grote pan water met zout aan de kook, doe de tortellini erin en kook ze 4–5 minuten of tot ze al dente zijn. Giet ze goed af en doe ze in de pan met de saus. Gooi de knoflook weg, sprenkel er een klein beetje olie over en voeg zout en peper naar smaak toe. Doe de tomaten en pijlinktvisjes erbij, strooi er wat peterselie en basilicum over en serveer.

