

Het beste van de Italiaanse keuken

200 authentieke recepten





De oorspronkelijke editie *Italian Food – healthy and authentic* werd ontwikkeld en geproduceerd door McRae Publishing Ltd, Londen, Verenigd Koninkrijk

Copyright © 2014 McRae Publishing Ltd

www.mcraepublishing.co.uk

Copyright © 2016 Rebo Productions b.v., Noordwijkerhout



www.rebo-publishers.com
info@rebo-publishers.com

Vertaling, redactie en opmaak: Textcase, Deventer

ISBN 978 90 366 3475 5

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden veelevoudigd en/of openbaar gemaakt, door middel van druk, fotokopie, microfilm of op welke andere wijze dan ook zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

NOOT VOOR ONZE LEZERS

Eiwit of een ei eten dat niet door en door gekookt is brengt de mogelijkheid van besmetting met salmonella met zich mee. Dat risico is groter voor zwangere vrouwen, ouderen, heel jonge kinderen en mensen die problemen met hun immuunsysteem hebben. Als je je zorgen maakt over salmonella dan kun je eiwitpoeder uit het wit van eieren of gepasteuriseerde eieren gebruiken.

Carla Bardi

Het beste van de Italiaanse keuken

200 authentieke recepten





Inhoudsopgave

In een oogopslag	12
Inleiding	16
Antipasti	28
Pizza's, brood en hartige taarten	60
Pasta's	98
Soepen, risotto's, gnocchi en polenta	146
Visgerechten	192
Vleesgerechten	222
Eiergerechten	276
Salade en fruitgerechten	296
Nagerechten	340
Gebak en koekjes	374
Register	414

MIS DEZE NIET



TOMATEN UIT DE OVEN GEVULD MET RIJST BROCCOLI-PREITAART GEBAKKEN GNOCCHI VAN GRIESMEEL MET GORGONZOLA HELE VIS IN ZOUT UIT DE OVEN KALFSSCHNITZELS MET VERSE TOMATENSAUS RIJST-APPELBEIGNETS

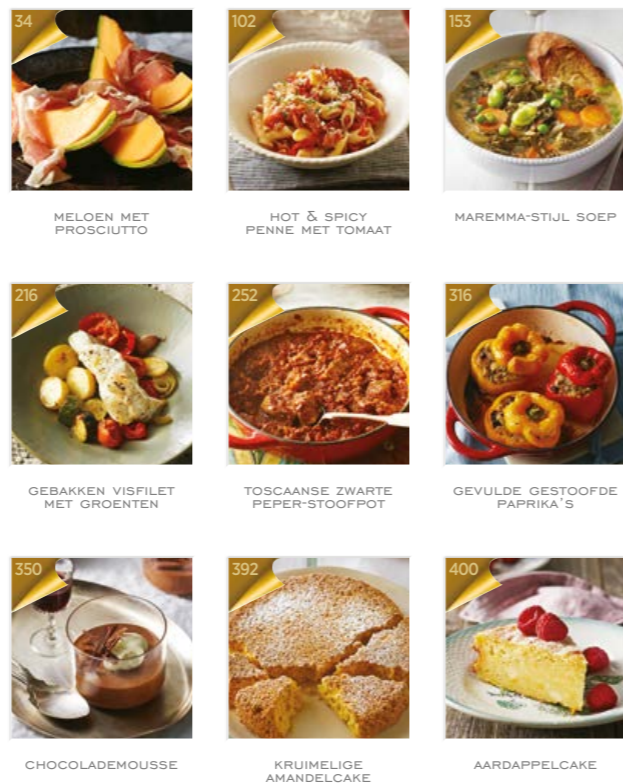
In een oogopslag

In dit boek vind je meer dan 200 recepten voor authentiek Italiaans eten, van antipasti tot desserts. Op deze vier pagina's hebben we een aantal ideeën uitgelicht voor niet te missen, snelle, regionale, favoriete, makkelijke, uitdagende en feestelijke gerechten. Om alvast in de stemming te komen!

MAKKELIJK



TIRAMISÙ

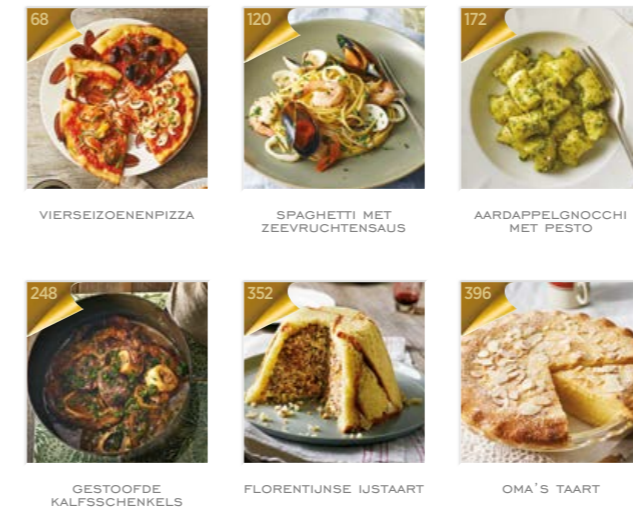


MELOEN MET PROSCIUTTO HOT & SPICY PENNE MET TOMAAT MAREMMA-STIJL SOEP GEBAKKEN VISFILET MET GROENTEN TOSCAANSE ZWARTE PEPER-STOFPOT GEVULDE GESTOOFDE PAPRIKA'S CHOCOLADEMOUSSE KRUIJELIGE AMANDELCAKE AARDAPPELCAKE

BEKENDE FAVORIETEN



BRUSCHETTA MET TOMAAT EN BASILICUM



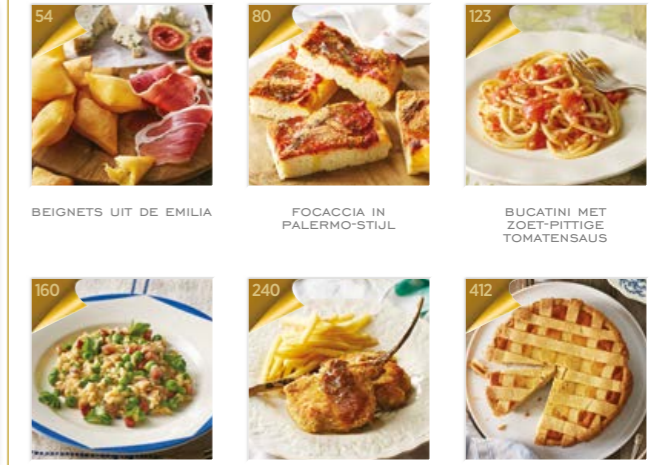
VIERSEIZOENPIZZA SPAGHETTI MET ZEEVRUCHTENSAS AARDAPPELGNOCCHI MET PESTO GESTOOFDE KALFSSCHENKELS FLORENTIJNSE IJSTAART OMA'S TAART

SNEL



FRITTATA MET PANCETTA EN MOZZARELLA

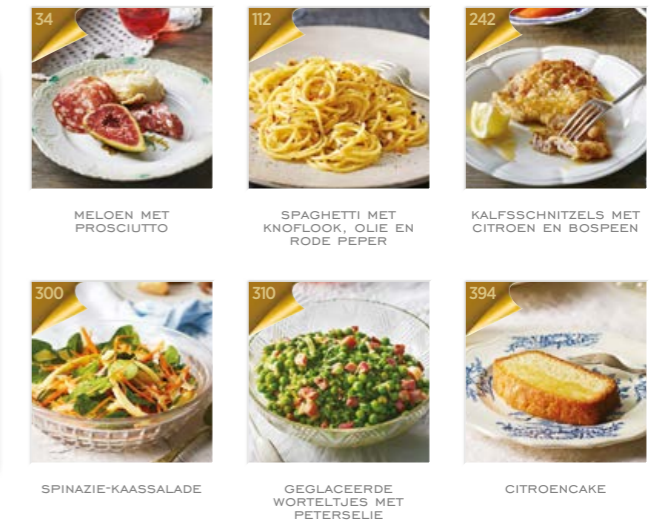
REGIONALE GERECHTEN



BEIGNETS UIT DE EMILIA FOCACCIA IN PALERMO-STIJL BUGATINI MET ZOET-PITTIGE TOMATENSAUS VENETIAANSE RIJST EN ERWTEN MILANESE KALFSSKOTELETTEN NAPOLITAANSE GRAANPASTEI



TOSCAANSE BROODSOEP



MELOEN MET PROSCIUTTO SPAGHETTI MET KNOFLOOK, OLIE EN RODE PEPER KALFSSCHNITZELS MET CITROEN EN BOSPEEN SPINAZIE-KAASSALADE GEGLACEERDE WORTELJES MET PETERSELIE CITROENCAKE

KLASSIEKERS

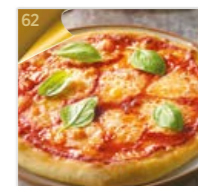


258

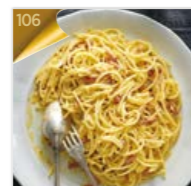
GEBRADEN LAM MET AARDAPPEL



KIPPENLEVERCROSTINI



PIZZA MARGHERITA



BUCATINI MET BACON, EI EN KAASSAUS



MILANESE RISOTTO



KALFSSCHNITZELS UIT ROME



PANNA GOTTA MET FRAMBOZENCOU LIS

UITDAGEND



142

SICILIAANSE CANNELLONI

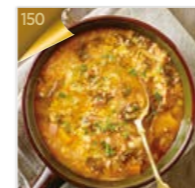
GEZOND



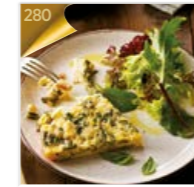
VERSE GROENTESALADE MET OLIE EN CITROENSAP



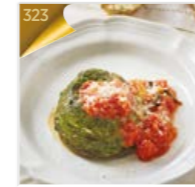
FARFALLE MET VERSE TONIJN, COURGETTE EN OLIJVEN



MINISTRONE MET FARRO



BASILICUMFRITTATA



SPINAZIESOUFFLÉS MET TOMATENSAUS



AARDBEIEN IN RODE WIJN

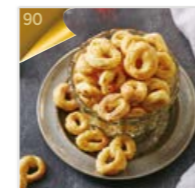


300

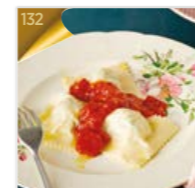
TOMATEN-MOZZARELLASALADE UIT CAPRI



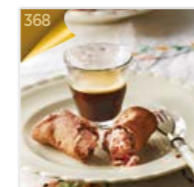
GEFRITUURDE GEVULDE OLIJVEN



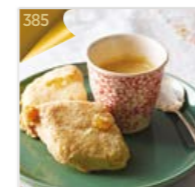
BROODRINGEN



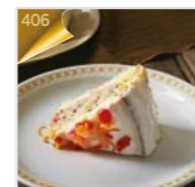
AARDAPPELLTORTELLI MET TOMATENSAUS



SICILIAANSE GEVULDE ROLLETJES



SIENESE AMANDELKOEKJES



SICILIAANSE CHEESECAKE

SPECIALE GELEGENHEDEN

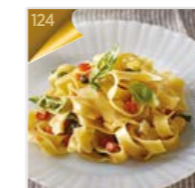


138

VERSE LASAGNE MET SPINAZIE, TOMAAT EN MOZZARELLA



MINI-PIZZA'S



TAGLIATELLE MET VERSE TOMATEN, MOZZARELLA EN BASILICUM



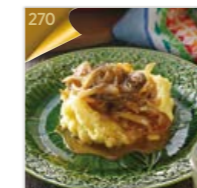
POLENTA MET CAVOLO NERO



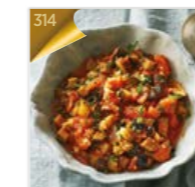
GEFRITUURDE CALAMARI MET EEN AMANDELKORSTJE



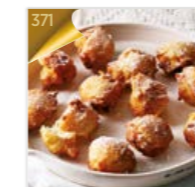
GEMENGE VLEES-GROENTESPIESJES



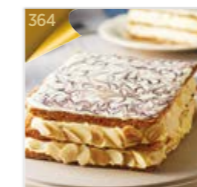
VENETIAANSE LEVER EN PUREE



AUBERGINESTOOPFOT



ROZIJBIGNETS



TRADITIONELE MILLE-FEUILLE

EDITOR'S KEUZE



410

KERSENTAART

Inleiding

Verrukkelijk, makkelijk te maken en gebaseerd op gezonde Mediterrane principes, dat maakt de Italiaanse keuken perfect voor maaltijden met familie en vrienden. In dit boek hebben we meer dan 200 gerechten uit alle regio's verzameld. We zijn al decennia lang verliefd op de echte Italiaanse keuken en hebben daarom die authentieke gerechten gezocht die je bij een Italiaanse familie of in een eenvoudige trattoria te eten krijgt, zodat jij de heerlijke smaken van Italië bij ook jou thuis kunt bereiden.

Porties: 4

Vorbereiding: 30 minuten
+ ongeveer 2 uur of een
nacht om te rijzen

Bereiding: 20-25 minuten

Moeilijkheidsgraad: 2

PIZZA MARGHERITA

pizza margherita

Pizzadeeg

- 550 g bloem
- 2 tl zout
- 1 tl zeer fijne suiker
- 7 g of 1 zakje gedroogde gist of 15 g verse gist
- 330 ml lauwwarm water
- 60 ml extra vierge olijfolie
- fijne griesmeel, om te bestuiven

Tomatensaus

- 1 el extra vierge olijfolie
- 2 tenen knoflook, fijngehakt
- 375 tomatenpassata
- 2 tl gedroogde oregano
- 2 tl tomatenpuree versgemalen zeezout en zwarte peper

Beleg

- 2 ballen mozzarella van ongeveer 120 g per stuk, in grove stukken
- 1 grote handvol verse basilicumblaadjes olijfolie, om te besprenkelen

Met het pizzadeeg en de tomatensaus in dit recept kun je vier pizza's van 23 cm doorsnede maken, genoeg voor 4 personen als hoofdmaaltijd, of 8-10 personen als een voorgerecht of snack.

Pizza Margherita werd voor het eerst in 1889 in Napels gebakken om het bezoek van Koningin Margherita van Savoye te eren. Het beleg met rode tomaten, witte mozzarella en groene basilicum, verwijst naar de kleuren van de Italiaanse vlag.

Pizzadeeg: doe bloem, zout en suiker in de kom van een keukenmachine met een deeghaak. Als je droge gist gebruikt, strooi het dan in de kom. Mix op lage snelheid om te mengen. Als je verse gist gebruikt, meng dat eerst met een beetje van het lauwwarme water in een kleine kom.

Voeg het water en het gistmengsel (als je verse gist gebruikt) en de olie toe aan de bloem en mix op een lage snelheid tot het deeg loslaat van de kom, 3-4 minuten. Laat 15 minuten rusten. Voer de snelheid op naar middelhoog en mix nog 3-5 minuten, tot het deeg glad en elastisch is.

Als je met de hand mengt en kneedt, roer de ingrediënten dan met een houten lepel in een kom. Leeg de kom op een licht bebloemd werkblad en kneed 5-10 minuten tot het deeg van het werkblad loslaat. Laat 15 minuten rusten, kneed dan nog 5-10 minuten tot het glad en elastisch is.

Vet een grote kom licht in. Vorm een bal van het deeg. Doe die in de geoliede kom, bedek met een schone doek en zet op een warme plaats weg tot het deeg in omvang verdubbeld is, ongeveer 1 uur. Je kunt het ook met huishoudfolie afdekken en een nacht in de koelkast zetten om te rijzen.

Bestuif twee grote bakplaten met bloem. Verdeel het deeg in vier gelijke stukken en vorm er ballen van. Leg er twee op elke bakplaat. Bedek met schone doeken en laat op een warme plaats staan om te rijzen, tot de ballen in omvang verdubbeld zijn, ongeveer 30 minuten.

Verwarm de oven voor op de hoogste temperatuur. Leg, als je die hebt, ook een pizzasteen of grote bakplaat in de oven voor extra hitte.

Tomatensaus: verhit de olie in een kleine steelpan op laag vuur. Bak de knoflook in de olie tot ze zacht is. Roer er dan de passata, oregano en tomatenpuree door. Zet het vuur hoger en laat sudderen tot de saus dik is, ongeveer 5-10 minuten. Breng op smaak met zout en peper. Laat afkoelen.

Beleg: druk de deegballen voorzichtig in pizzavormen met een iets dikkere rand, van 23 cm doorsnede. Bestrijk met de tomatensaus, bestrooi met mozzarella, basilicumblaadjes en besprenkel met olie. Bestuif de voorverwarmde steen of bakplaat met griesmeel. Bak de pizza's een voor een tot de bodem krokant en goudbruin is en de kaas gesmolten is, 10-12 minuten. Dien warm op.

