

# INHOUD

---



<b>Inleiding</b>	<b>6</b>
Gedroogde pasta	11
Verse pasta	26
Keukengerei	32
Pasta koken en serveren	36
Pasta maken	42
De provisiekast	54
<b>Pastarecepten</b>	<b>64</b>
Bouillons en soepen	67
Tomatensauzen	85
Roomsauzen	99
Vis en schaaldieren	113
Vlees en gevogelte	135
Groenten en vegetarische gerechten	155
Pasta uit de oven	177
Gevulde pasta	201
Vers en gezond	225
Pastasalades	241
Register	252

## Spaghetti alla Puttanesca

## Spaghetti met tomaten, ansjovis, olijven en kappertjes

Deze klassieke saus uit Campania in het zuiden heeft een krachtige smaak. *Alla puttanesca* betekent 'op de manier van de hoeren'.

## INGREDIËNTEN

- 2 el olijfolie
  - 1 kleine ui, fijngehakt
  - 1 knoflookteen, fijngehakt
  - 4 ansjovissen uit blik, uitgelekt
  - 50 g zwarte olijven zonder pit, in stukjes
  - 1 el kappertjes
  - 400 g pomodori uit blik, in stukjes
  - 45 ml water
  - 1 el verse gladde peterselie, gehakt
  - 350 g verse of gedroogde spaghetti
  - zout en gemalen zwarte peper
- Voor 4 personen**



Verhit de olie in een middelgrote steelpan en doe er de ui, het knoflook en de uitgelekte ansjovissen in. Bak ze, al roerend, op een laag vuur 5-7 minuten of tot de ansjovissen veranderen in een zachte pasta. Voeg de zwarte olijven en kappertjes toe en roerbak ongeveer een minuut.

2 Voeg de tomaten, het water, de helft van de peterselie, en zout en peper naar smaak toe. Roer goed en breng aan de kook. Draai het vuur laag en leg een deksel op de pan. Laat 30 minuten zachtjes koken onder af en toe roeren. Kook intussen de pasta.

3 Giet de pasta af en doe hem in een voorverwarme schaal. Breng de saus op smaak, giet hem over de pasta en meng goed. Dien het gerecht direct op, bestrooid met de resterende peterselie.

## TIP VAN DE KOK

Gebruik glanzende zwarte olijven van goede kwaliteit, bijvoorbeeld Goeta-olijven uit Ligurië.

## Bucatini all'Amatriciana

## Bucatini met tomaten- en chilipepersaus

Amatriciana is een klassieke tomatensaus, genoemd naar de plaats Amatrice in de Sabine-heuvels in Lazio. Als u een bezoek brengt aan Rome, zult u hem in veel restaurants op de kaart tegenkomen, geserveerd met bucatini of spaghetti.

## INGREDIËNTEN

- 1 el olijfolie
  - 1 kleine ui, fijngehakt
  - 115 g gerookte pancetta of gerookt ontbijtspek, in blokjes
  - 1 verse rode chilipeper, zonder zaad en in dunne reepjes gesneden
  - 400 g pomodori uit blik, in stukjes
  - 30-45 ml droge witte wijn of water
  - 350 g gedroogde bucatini
  - 2-3 el versgeraspte Pecorino, en wat extra bij het serveren (naar keuze)
  - zout en gemalen zwarte peper
- Voor 4 personen**



Verhit de olie in een middelgrote steelpan en bak al roerend de ui, pancetta en chilipeper 5-7 minuten op een laag vuur. Voeg de tomaten en de wijn of het water toe, met zout en peper naar smaak. Breng al roerend aan de kook, leg een deksel op de pan en laat 15-20 minuten zachtjes koken, onder af en toe roeren. Als de saus te droog is, roert u er een beetje kookwater van de pasta door.

2 Kook ondertussen de pasta in een pan kokend water met zout.



3 Giet de pasta af en doe hem in een voorverwarme schaal. Breng de saus op smaak, giet hem over de pasta en strooi er de geraspte Parmezaanse kaas over. Meng goed en dien direct op, desgewenst met extra geraspte kaas.

## TIP VAN DE KOK

Pas altijd goed op met chilipepers. Ze bevatten een stof die de gevoelige huid irriteert. Daarom is het geen slecht idee om aan rubberhandschoenen te dragen.



## Farfalle Verdi e Rosa

## Roze en groene farfalle

In dit moderne recept worden de roze garnalen en groene courgettes heel fraai met room en pastastrikken gecombineerd. Het is een volledige maaltijd, die geserveerd kan worden met knapperige Italiaanse bolletjes of warme stukken ciabatta.

## INGREDIËNTEN

50 g boter

2-3 lente-uitjes, diagonaal in dunne plakjes gesneden

350 g courgettes, diagonaal in dunne plakjes gesneden

60 ml droge witte wijn

300 g gedroogde farfalle

75 ml crème fraîche

225 g gepelde gekookte garnalen (indien diepgevroren, ontdooid en zeer goed gedroogd)

1 el fijngehakte verse majorana of gladde peterselie, of een mengsel daarvan

zout en gemalen zwarte peper

Voor 4 personen



Smelt de boter in een grote steelpan, voeg de lente-uitjes toe en bak ±5 minuten op laag vuur onder regelmatig roeren, tot de uitjes zacht zijn. Voeg de courgettes toe en zout en peper naar smaak. Giet de wijn erover en laat hem borrelen. Dek dan de pan af en laat alles 10 minuten zachtjes koken.

## VARIATIE

Gebruik penne in plaats van farfalle, en aspergepunten in plaats van courgettes.



2 Kook de pasta in een pan met kokend water en zout volgens de aanwijzingen op de verpakking. Voeg ondertussen de crème fraîche toe aan het courgettemengsel en laat ongeveer 10 minuten zachtjes inkoken.

3 Doe de garnalen bij het courgettemengsel, warm ze voorzichtig mee en breng op smaak. Giet de pasta af en doe hem in een voorverwarmde schaal. Voeg de saus en gehakte kruiden toe en meng alles. Dien onmiddellijk op.

## Penne ai Gamberetti con Pernod

## Penne met garnalen en Pernod

Dit is een modern gerecht, zoals dat op de menukaart van innovatieve Italiaanse restaurants te vinden is. Pernod en dille passen goed bij elkaar, maar u kunt ook wijn en basilicum gebruiken.

## INGREDIËNTEN

200 ml panna da cucina of room

250 ml visbouillon

350 g gedroogde penne

30-45 ml Pernod

225 g gepelde gekookte garnalen (indien diepgevroren, ontdooid en zeer goed gedroogd)

2 el gehakte verse dille, plus extra voor de garnering

zout en gemalen zwarte peper

Voor 4 personen



1 Doe de room en de visbouillon in een middelgrote steelpan en breng aan de kook. Zet het vuur lager en laat alles onder af en toe roeren 10-15 minuten zachtjes koken, tot het bijna tot de helft is gereduceerd. Kook de gedroogde pasta ondertussen in een pan met kokend water en zout.



2 Voeg de Pernod en de garnalen toe aan de roomsaus, en eventueel zout en peper naar smaak. Verwarm de garnalen voorzichtig. Giet de pasta af en doe hem in een voorverwarmde schaal. Giet de saus over de pasta, strooi de dille erover en meng alles. Dien direct op, bestrooid met gehakte dille.





## Cannelloni alla Sorrentina

## Cannelloni à la Sorrentina

Er zijn meerdere manieren om cannelloni te maken. Voor dit frisse gerecht worden vellen gekookte lasagne om een tomatenvulling gerold en een verrukkelijk hoofdgerecht voor een zomers diner is het resultaat. De gebruikte ingrediënten zijn dezelfde als die voor een pizza Napoletana.

## INGREDIËNTEN

4 el olijfolie

1 kleine ui

900 g rijpe pomodori, ontveld en in stukjes

2 tenen knoflook, geperst

1 grote handvol verse basilicumblaadjes, in stukjes, plus extra blaadjes voor de garnering

250 ml groentebouillon

250 ml droge witte wijn

2 el zongedroogdetomatopasta

½ tl suiker

16-18 verse of gedroogde lasagnevellen

250 g ricotta

130 g mozzarella, uitgelekt en in kleine blokjes

8 ansjovisfilets in olijfolie uit blik, uitgelekt en in de lengte gehalveerd

50 g versgeraspte Parmezaanse kaas  
zout en gemalen zwarte peper

Voor 4-6 personen



Verhit de olie in een middelgrote steelpaan en fruit hierin 5 minuten al roerend de ui, totdat hij zacht is. Roer de tomaten, het knoflook en de helft van het basilicum erdoor. Breng op smaak met zout en peper en verhit alles 5 minuten op matig tot hoog vuur.

2 Schep ongeveer de helft van het tomatenmengsel uit de pan, doe het in een kom en laat het afkoelen.



3 Roer de groentebouillon, de witte wijn, de tomatenpaste en de suiker door het groentemengsel dat nog in de pan zit en laat het geheel onder af en toe roeren 20 minuten zachtjes koken.



4 Kook ondertussen de lasagnevellen in gedeelten in een pan met kokend water en zout, volgens de aanwijzingen op de verpakking. Giet de lasagnevellen af en leg ze los van elkaar plat op een schone theedoek.

## VARIATIE

Vegetariërs kunnen de ansjovisfilets vervangen door antipitte zwarte olijven. Hak de olijven grof en strooi ze in een rij in de lengterichting over het tomatenmengsel.



5 Verwarm de oven voor op 190° C. Voeg de ricotta en de mozzarella toe aan het tomatenmengsel in de kom. Roer de rest van het basilicum erdoor en breng op smaak met zout en peper.

6 Strijk een beetje van het mengsel over elk lasagnevel. Leg in de breedte een ansjovisfilet op een van de uiteinden van elk lasagnevel en rol elk vel vanaf de kant met de ansjovis op.



7 Pureer de gekookte tomatensaus in een blender of keukenmachine. Schep een beetje van de saus in een grote ovenschaal. Leg de cannelloni met de naad naar beneden naast elkaar in de schaal en schep er de rest van de saus over.

8 Strooi de Parmezaanse kaas erover en zet het gerecht 20 minuten in de oven tot de bovenkant goudbruin is en bubbelt. Dien de cannelloni heet op, gegarneerd met de basilicumblaadjes.



## Tagliatelle Tricolore

## Driekleurige tagliatelle

Courgettes en wortels worden in dunne linten geschaafd, zodat ze er na het koken en het mengen met de pasta uitzien als gekleurde pasta. Geef dit als bijgerecht of bestrooi het met versgeraspte Parmezaanse kaas en serveer het als een licht voorgerecht of als een vegetarisch hoofdgerecht.

## INGREDIENTEN

2 grote courgettes

2 grote wortels

250 g verse eiertagliatelle

4 el extra vergine olijfolie

2 gepelde, geroosterde tenen knoflook, plus extra geroosterde tenen knoflook bij het serveren (naar wens)

zout en gemalen zwarte peper

Voor 4 personen



Snij met een dunschiller courgettes en wortels in lange, dunne linten. Breng een grote pan met water en zout aan de kook en doe er de courgette- en wortel-linten in. Breng het water weer aan de kook, kook de groenten 30 seconden, giet ze dan af en zet ze weg.

2 Kook de pasta volgens de aanwijzingen op de verpakking.

3 Giet de pasta af en doe hem weer in de pan. Voeg olie, groentelinten, knoflook en zout en peper toe en meng alles boven matig tot hoog vuur totdat pasta en groenten glanzen van de olie. Dien het gerecht meteen op, met naar wens extra knoflook.

## TIP VAN DE KOK

Leg voor het roosteren van knoflook een hele bol knoflook op een licht geoliede bakplaat. Zet hem in de oven op 180°C en rooster hem 30 minuten. Haal de bol uit de oven en laat hem afkoelen. Daarna kunt u met de punt van een mes de pulp uit de tenen halen. Wilt u het knoflook niet roosteren, gebruik dan geperst rauw knoflook; de knoflooksmak is dan wel sterker.

