

Italiaanse kookworkshop 04-02-2020

Pesto
& foccacia

Vitello Tonato

Salmone in crosta con spinaci al forno

Spaghetti met tomatensaus

Involtini pepe verde
&
Melanzane alla parmigiana

Pastiera Napoletana

Pesto

Ingrediënten: (8 personen)

80 gram verse basilicum (1 zakje)

40 gram Parmezaanse kaas

35 gram pijnboompitten

1 teentje knoflook

80 ml olijfolie

snufje zout

Bereiding

- Was de basilicum heel voorzichtig zonder de blaadjes te kneuzen
- Droog ze voorzichtig in een schone theedoek
- Koel de olijfolie van tevoren (1/2 uurtje)
- Doe de basilicum blaadjes in een blender en maal rustig.
- Snipper de knoflook
- Rasp de Parmezaanse kaas
- Rooster de pijnboompitjes
- Voeg de pijnboompitjes, knoflook en Parmezaan toe
- Voeg als laatste de olijfolie
- Breng op smaak met zout.

Focaccia soffice

Zachte focaccia

Ingrediënten: voor 1 bakplaat focaccia

450 gram meel 00
7 gram droge gist
2 theelepels suiker
350 ml water
Zout
Verse rozemarijn
Olijfolie

Bereiding:

- Doe het meel in een beslagkom en voeg de gist toe en de suiker
- Met een vork mengen
- Voeg beetje bij beetje het water toe
- Voeg nu twee afgestreken theelepels zout toe.
- Sprengel twee eetlepels olijfolie over het deeg en mengen met de handen.
- Kneed tot een bol. Doe er folie overheen en laat het 1 ½ uur rijzen op een tochtvrije plek.
- Leg bakpapier op een bakplaat en vet in met olijfolie.
- Verdeel het deeg in de bakplaat 1 cm dik
- Sprengel er weinig olijfolie over en verspreid dan met de vingertoppen het deeg naar alle hoeken.
- Laat dit nog eens een half uur rijzen.
- Vul een glas met water en voeg 2 eetlepels olijfolie toe.
- Dit doen we over het deeg met een kwast.
- Strooi zout over het deeg en prik nu met je vingers gaatjes in het deeg elke twee cm in een rij
- Ris de naaldjes van de takjes rozemarijn.
- Strooi bovenop het deeg de verse rozemarijn
- Zet de bakplaat in de oven op 180 graden ongeveer 25 minuten

Leuke tip doe eens olijven of gehakte pomodori secchi door het deeg



suitje, geef mij dan



groep ontvangt u dan een



Vitello Tonato

Kalfsmuis met tonijn mayonaise

Ingrediënten: (8 personen)

½ kalfsmuis

1 ui

2 stengels bleekselderij

1 winterwortel

3 kruidnagel

Mayonaise

2 eigeel (indien gepasteuriseerd: 1 eigeel = 30 gram)

2 eetlepels witte wijnazijn

Scheutje citroensap

Zonnebloemolie

Tonijnmayonaisesaus

100 gram tonijn in olie

Mayonaise (zelfgemaakt)

10 gram kappetjes (kleine)

peterselie

Stukjes wortel die gaar zijn van vlees

Garnering

grote kappertjes

rucola

Bereiding:

- Maak de uien, de bleekselderij en de wortels in schoon en snijd in grote stukken.
- Vul een pan met water en leg het stuk vlees en voeg de uien, de bleekselderij, de wortel en 3 kruidnagels toe.
- Voeg zout en peper.
- Breng het ook de kook
- Draai het vuur lager en laat het ± 30 minuten zachtjes door koken.
- Haal het vlees uit de pan en laat afkoelen. (wortelstukjes bewaren!!)
- Daarna in dunne plakjes snijden (kok laten doen op snijmachine)



Tonijnmayonaise

- Eigeel mengen met de citroensap
- Goed met een garde kloppen en de azijn toevoegen
- Geleidelijk de olie toevoegen ongeveer 200 ml
- Blijven roeren met garde tot een mooie massa.
- Eventueel mespuntje zout toevoegen.

Tonijnmayonaisesaus

- Meng de gekookte wortel van het vlees, 10 gram kappertjes, 100 gram tonijn zonder de olie uit het blikje en de mayonaise.
- Mix dit alles goed door elkaar.
- Voeg wat fijn gesneden peterselie toe.

Presentatie

- Leg de lapjes vlees op een bedje van rucola.
- Bestrijk het dun gesneden vlees met de tonijnmayonaisesaus
- Garneer boven op nog enkele grote kappertjes met steel en paar blaadjes rucola.



Salmone in crosta con spinaci al forno

Zalm met spinazie in bladerdeeg uit de oven

Ingrediënten: 8 personen

250 gram zalmfilet
1 rol bladerdeeg 1 meter
250 gram verse bladspinazie (evt. wilde)
Klein beetje melk met een ei
Zout,
peper
tijm
olijfolie
Broccoli
klein tomaatje



Bereiding:

- Kook de verse spinazie kort in zout water.
- Kook ook de verse groente (broccoli) beetgaar (blancheren)
- Leg een rol bladerdeeg van ongeveer 40 bij 25 cm op een keukenplank
- In de lengte leggen we een laagje uitgeknepen spinazie
- Houd boven en onder 4 cm vrij
- Leg op de spinazie de zalm en voeg de kruiden toe,
- Besprenkel met een beetje olijfolie
- Leg nu de overige spinazie op de zalm.
- Maak nu met een mes naast de zalm schuine inkepingen naar beneden met tussenruimtes van ongeveer twee cm
- Vouw de bovenste rij naar binnen en vouw "visgraatgewijs" lapje rechts en dan weer links over de zalm heen.
- Smeer het bladerdeeg in met een losgeklopt ei met scheutje melk
- Leg het bladerdeeg met het mengsel op een bakplaat met bakpapier in de oven van 190 graden ongeveer 30 minuten
- Bak de reeds geblancheerde broccoli licht in olijfolie met knoflook zout en peper.
- Pof het tomaatje in de oven.
- Snijd het bladerdeeg in mooie plakjes en serveer met broccoli en tomaatje



Spaghetti met tomatensaus

Ingrediënten: 8 personen

Verse pasta

200 gram meel 00 (**voor een hoofdgerecht 300 gram en 3 eieren*)

2 eieren

Snufje zout

Bereiding:

- Het meel op een houten werkplank op een hoopje leggen.
- Een kuil in het midden maken en de eieren en zout in het kuiltje doen.
- Van buiten naar binnen mengen tot een mooi stevig deeg ontstaat.
- Gebruik de pasta machine om het deeg te kneden en vervolgens spaghetti slierten van te maken.
- Leg de spaghetti slierten in een bak met bloem

Vlak voor uitserveren:

- Breng voldoende water met zout aan de kook en laat de pasta gaar worden.
- In de vergiet afschudden en uit laten lekken.



Tomatensaus voor spaghetti

ingredienten: (8 personen)

1 wortel
1 stengel bleekselderij
1 ui
1 teentje knoflook
2 eetlepels olijfolie
250 gram kalfsgehakt
50 ml rode wijn
zout peper, nootmuskaat
1 blikje tomatenstukjes

Saus:

- Maak de wortel schoon, snijd in stukken
- Maak de bleekselderij schoon en snijd in stukken
- Snipper de ui.
- Maal de wortels, de stengel bleekselderij en een ui fijn in de keukenmachine.
- Snipper een teentje knoflook
- Verhit 2 eetlepels olijfolie in de pan met een teentje knoflook
- Voeg de gemalen groente, de tomatenstukjes en het kalfsgehakt toe,
- Blus af met de rode wijn en voeg naar behoefte zout, peper en nootmuskaat toe.
- Breng het geheel aan de kook en laat het ± 45 minuten zachtjes door koken.



Involtini pepe verde

Gevuld Kalfsrolletjes met mozzarella, kaas en basilicum in pepersaus

Ingrediënten: (8 personen)

8 kalfsfiletlapjes 100 gram
8 basilicumblaadjes
mozzarella di bufala
Bloem 00
Witte wijn
zout en peper
knoflook
1 ui
olijfolie
½ potje verse groene peperkorrels
koksroom

Tomatensaus

1 teentje knoflook
olijfolie
1 blikje tomatenstukje
basilicum
zout en peper

Bereiding:

Tomatensaus

- Verhit in een pan olijfolie een fruit het teentje knoflook licht aan.
- Voeg de tomatensaus toe.
- Voeg enkele verse blaadjes basilicum toe,
- Breng op smaak met zout en peper.
- Laat het op laag vuur ongeveer een ½ uurtje sudderen.

Vlees

- Leg op de kalfsfiletlapjes 1 blaadje basilicum en een plakje mozzarella di bufala
- Breng op smaak met zout en peper.
- Rol de lapjes op en maak vast met een stokje.
- Snipper een uitje.
- Rol de rolletjes in meel en bak ze in olijfolie met knoflook, uitjes, zout en peper.
- Afblussen met witte wijn en de groene verse peperkorrels toevoegen.
- Voeg na enkele minuten tomatensaus en koksroom toe en laat gaar worden.



Melanzane alla parmigiana

Ingrediënten voor 1 ovenschaal: (8 personen)

2 flinke aubergines
1 ui
2 teentjes knoflook
400 gr tomatenblokjes in blik
50 gr Parmezaanse kaas
2 tl gedroogde oregano
2 tl gedroogde rozemarijn
1 bol mozzarella
2 takjes verse basilicum
peper
zout
olijfolie

Bereiding:

- Snijd de aubergines in plakken van ongeveer ½ cm dik. Leg ze op een schone snijplank en bestrooi met wat zout. Laat ze zo even liggen.
- Schil en snipper de ui. Maak de knoflook schoon. Verwarm wat olie in de steelpan en fruit hier de ui in aan. Pers de knoflook uit en laat even meebakken.
- Schenk de tomatenblokjes bij de ui met knoflook en voeg de oregano, rozemarijn en wat peper en zout toe.
- Breng aan de kook en laat zo'n 10-15 minuten zachtjes pruttelen tot de saus wat is ingedikt.
- Haal de blaadjes basilicum van de takjes en scheur deze in fijne snippers. Voeg toe aan de tomatensaus.
- Verwarm de grillpan op het vuur zonder hier verder olie in te doen.
- Grill de plakken aubergine in zo'n 5 minuten per kant mooi bruin en met van die fijne grill strepen.
- Snijd intussen de mozzarella in dunne plakken. Verwarm de oven voor op 180 graden.
- Vul de ovenschaal als eerste met een laagje tomatensaus.
- Leg hier de plakken aubergine op gevolgd door een laagje van plakjes mozzarella. Herhaal de lagen, dus weer tomatensaus, aubergine en mozzarella en eindig met de tomatensaus.
- Strooi hier rijkelijk de Parmezaanse kaas overheen.
- Schuif de melanzane alla parmigiana voor zo'n 20-25 minuten de warme oven in.



Pastiera Napoletana

voor 1 ronde bakvorm voor 8 personen

Fase 1: de gort

Ingrediënten:

175 gram vluiggort
150 gram melk
20 gram boter

Bereiding:

- Vluiggort koken 15-20 minuten. Breng hiervoor ruim water aan de kook. Kook daarna de gort 15 minuten. Daarna afgieten.
- Doe de boter in een pan met de melk. Voeg de gare gort toe en 10 min op laag vuur laten staan en dan af laten koelen.

Fase 2: de ricotta

Ingrediënten:

175 gram ricotta
125 gram suiker
1 eetlepel vanille suiker
2 hele eieren en 1 eigeel (of 60 gram gepasteuriseerd eigeel)
50 gram gekonfijte vruchtjes

Bereiding:

- Meng de ricotta met de suikers met een lepel of spatel
- Voeg dan de eieren een voor een toe en het eigeel met een spatel of lepel.
- Voeg dan de gort en het ricottamengsel (fase 1+ 2 samen)
- Snijd de gekonfijte vruchtjes in 4 stukjes.
- Voeg naar wens gekonfijte vruchtjes toe

Fase 3: het deeg

Ingrediënten

250 gram witte bloem 00
2 eieren
100 gram suiker
100 gram boter kamertemperatuur zodat het zacht is
Snufje zout
1 citroen

Bereiding:

- Bloem in een kom doen.
- Rasp de citroen
- Een kuiltje maken en de eieren toevoegen, dan de boter en suiker en de citroenrasp en een snufje zout.
- Maak een mooi glad deeg met de hand of met de mixer.
- Vorm invetten
- Deeg uitrollen tot een dun deeg en de bodem en de rand van de bakvorm bekleden
- Bewaar een beetje deeg voor de reepjes boven op
- Boven op het deeg de moes van fase 1 +2 doen en van het overige deeg reepjes maken als afsluiting
- In de oven van 180 graden afbakken ongeveer 35 minuten
- Daarna af laten koelen.
- Dit gerecht smaakt erg lekker als je het thuis een dag eerder maakt.