

JAMIE KOOKT ITALIË



140
NIEUWE
RECEPTEN

UIT HET HART VAN DE ITALIAANSE KEUKEN





INHOUD

- INLEIDING 7
- ANTIPASTI 10
- SALADES 52
- SOEPEN 76
- PASTA 92
- RIJST & DUMPLINGS 146
- VLEES 184
- VIS 238
- BIJGERECHTEN 274
- BROOD & DEEGWAREN 294
- DESSERTS 328
- DE BASIS 366
- REGISTER 394



VIVA L'ITALIA!



Ik ben stapelgek op Italië, ik kan er gewoon geen genoeg van krijgen. Op de volgende bladzijden vind je mijn ultieme Italiaanse recepten – stuk voor stuk boordevol heerlijke smaken waar je blij van wordt. Het draait in dit boek om de ziel van de Italiaanse keuken en het weergaloos genieten van zijn beste gerechten. Beter dan dit wordt het niet.

In Italië zal één ding nooit veranderen, en dat is dat bijna iedereen een ongelooflijke passie voor eten heeft. Bij de meeste Italianen heeft eten een warm plekje in hun hart en we mogen er allemaal van proeven. En het belangrijkste: hoe arm of rijk je ook bent, in Italië eet iedereen heel erg goed; eenvoudige, mooie en toegankelijke producten vind je standaard terug in iedere keuken. De Italiaanse aard – een onmiskenbare obsessie voor seizoensjuweeltjes en zuinigheid bij het inkopen, een rechttoe rechtaan benadering in de keuken en een vleugje van het magische ingrediënt liefde – verricht wonderen bij het maken van de spectaculairste gerechten om met familie en vrienden van te genieten.

Ik hoop dat je dit boek gaat zien als een handboek voor het Italiaanse goede leven dat je elke dag van de week kunt openslaan. De recepten zijn een mix van fast en slow cooking; van familieklassiekers en nieuwe dingen die ik de afgelopen tijd leerde; van simpele doordeweekse gerechten en fantastische uitpakkers voor in het weekend of speciale momenten waarvoor je lekker lang de keuken in duikt. Dit boek helpt je om de geliefde, authentieke Italiaanse sfeer thuis te creëren en zorgt ervoor dat de geuren en smaken aan tafel je in gedachten meenemen naar de prachtige streken van Italië. Of je er nog nooit geweest bent of juist al heel vaak, ik hoop dat dit boek voor iedereen een inspiratie is om dit fantastische land (weer) te bezoeken.

GEBAKKEN EIEN MET MOZZARELLA

ZOETE TOMAAT, VERS BASILICUM & TOAST

Dit is echt een fantastisch voorafje of brunchgerecht. Je zet het in een handomdraai op tafel en het is perfect om te delen met familie of vrienden. De manier waarop de mozzarella samensmelt met de tomaten zorgt voor een goddelijk omhulsel voor de gebakken eieren. Hier ga je beslist van genieten.

VOOR 4-6 PERSONEN | 15 MINUTEN

1 gedroogde rode chilipeper

1 teen knoflook

olijfolie

2 takjes vers basilicum

6 verschillend gekleurde
rijpe tomaatjes

1 bol mozzarella van 125 g

6 grote eieren

4-6 sneetjes zuurdesembrood

Verwijder de zaadjes uit de rode peper en verkruimel hem in een grote koude koekenpan. Pel de knoflook, snijd hem in plakjes, doe hem met 4 eetlepels olie bij de peper en zet de pan op matig vuur. Voeg naar smaak zeezout en zwarte peper toe, doe de geplukte basilicumblaadjes erbij en bak het geheel ongeveer 1 minuut terwijl je de tomaatjes in willekeurige stukjes snijdt.

Voeg de tomaatjes toe zodra de boel begint te sissen, scheur de mozzarella in stukjes en doe die er een paar minuten later bij. Maak wat ruimtes vrij in de pan en breek de eieren tussen de tomaatjes en stukjes mozzarella. Dek de pan af en bak de eieren 3-5 minuten, of tot ze naar wens zijn, en rooster intussen de sneetjes brood. Strooi vanuit de hoogte een snuf zwarte peper op de eieren en serveer ze met de warme toast.

CALORIEËN	VET	VERZ. VET	EIWIT	KOOLHYD.	SUIKER	ZOUT	VEZELS
437 kcal	29,5 g	8,8 g	20,4 g	23,9 g	4,7 g	1,5 g	1,8 g



KLASSIEKE CARBONARA

KROKANTE BROODKRUIMELS MET EEKHOORNTJESBROOD

Hoewel dit een van de beroemdste Romeinse pastagerechten is, is de combi van ham, eieren, kaas en pasta al eeuwen razend populair in heel Italië. Er is veel discussie over de perfecte carbonara, maar als je goede guanciale (Italiaans vleeswaar) plus een royale snuf vers gekneusde zwarte peper gebruikt en de temperatuur van je pan goed onder controle houdt, ben je al een eind op weg. Ik ben dol op dit klassieke recept, maar met de porcini-broodkruimels hapt het net even lekkerder weg. En het is een leuke verrassing.

VOOR 4 PERSONEN | 30 MINUTEN

80 g guanciale (gezouten en gedroogde varkenswang) of gerookte pancetta

10 g gedroogd eekhoorntjesbrood (porcini)

2 takjes verse rozemarijn

80 g oudbakken boerenbrood

½ el zwarte peperkorrels

300 g spaghetti of bucatini

2 grote eieren

50 g parmezaan

Haal de huid van de guanciale, snijd die grof en doe hem samen met het eekhoorntjesbrood in een blender. Voeg de afgeriste rozemarijnnaaldjes en het in stukjes gescheurde brood toe en maal tot grove kruimels. Rooster de kruimels in een grote droge koekenpan op matig vuur, schep ze regelmatig om tot ze goudbruin zijn en kieper ze in een kom. Rooster de peperkorrels kort in dezelfde pan en stamp ze fijn in een vijzel. Wrijf de peper door een fijne zeef en gooi wat daarin achterblijft weg. Neem de koekenpan een paar minuten van het vuur om een beetje af te koelen.

Kook de pasta in gezouten kokend water volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd intussen de guanciale in blokjes van ½ cm, bak ze met de peper in de koekenpan op matig laag vuur uit tot ze goudbruin zijn. Kluts de eieren, rasp bijna alle parmezaan erover en kluts nogmaals.

Schep met een keukentang de pasta met een beetje aanhangend water bij de guanciale in de pan om het gaarproces te stoppen. Hussel de pasta en het vet door elkaar, neem de pan van het vuur en – dit is echt heel belangrijk – wacht 2 minuten alvorens het ei erbij te gieten (als de pan te heet is stolt het ei in plaats van dat het heerlijk smeugig en fluweelzacht blijft). Hussel de pasta goed door elkaar en maak de carbonara zo nodig extra smeugig met een scheutje van het kookwater. Schep de borden meteen vol, rasp het laatste restje parmezaan erover en geef het broodkruimelstrooisel er apart bij.

CALORIEËN	VET	VERZ. VET	EIWIT	KOOLHYD.	SUIKER	ZOUT	VEZELS
475 kcal	15 g	5,7 g	23 g	66,5 g	3,3 g	1,4 g	3 g







KOSM • S

www.kosmosuitgevers.nl
www.jamieoliver.com

OPMERKINGEN BIJ DE RECEPTEN

- De in dit boek gebruikte eetlepels hebben een inhoud van 15 ml, 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 je eigen oven aan.
- In sommige recepten wordt single of double cream gebruikt. Je kunt hiervoor slagroom als alternatief gebruiken. De bij deze recepten genoemde voedingswaarden zullen in dat geval afwijken.

Eerste druk, 2018

Oorspronkelijke titel: Jamie Cooks Italy

Oorspronkelijke uitgever: Michael Joseph, onderdeel van de Penguin Random House group

Copyright © Jamie Oliver, 2018

Fotografie © Jamie Oliver Enterprises Limited, 2018

Fotografie: David Loftus, Jamie Oliver (blz. 149, 161, 163, 205, 213, 273, 369)

The moral right of the author has been asserted

Vormgeving: Superfantastic

© 2018 Kosmos Uitgevers, Utrecht/Antwerpen, onderdeel van VBK | media

Vertaling: Jaromir Schneider

Culinaire redactie: Martine Steenstra

Redactie: Kirsten Verhagen

Vormgeving: Studio Michelangela, Utrecht

Gedrukt in Italië door Graphicom

ISBN 978 90 215 6959 8

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.



9 789021 569598
www.kosmosuitgevers.nl

NUR 440

**KOS
M•S**

Kosmos Uitgevers,
Utrecht/Antwerpen

jamieoliver.com