

PASTA & NOODLES WERELD GERECHTEN

JESIEL MAXÁN





INLEIDING

Samen eten geeft iedereen een gevoel van saamhorigheid, ongeacht afkomst, geloof of cultuur, en pasta en noodles passen hier als de beste bij. Het zijn de meest gegeten producten ter wereld en je kunt ze overal en op elk moment maken en eten: als tussendoortje, als hoofdgerecht en zelfs als toetje. Ze zijn goedkoop, snel en makkelijk te bereiden en een waar feest voor de smaakpapillen.

Er zijn zoveel pastarecepten dat het moeilijk is een keuze te maken. In dit boek vind je dan ook een zeer gevarieerde selectie van pasta- en noodlegerechten uit de hele wereld. Sommige zeer traditioneel, andere wat creatiever. Sommige zijn simpel en snel te bereiden, andere vormen wellicht een uitdaging, maar het resultaat zal zeker indruk maken op je gasten. Welk recept je ook kiest, ik hoop dat je door dit boek vanachter je fornuis een reis zult maken zoals ik die ervaren heb toen ik al deze gerechten testte en proefde.

Een paar basisregels voor een geslaagd pasta- of noodlegerecht:

De eerste - en belangrijkste - is dat je ingrediënten van topkwaliteit gebruikt (verse kruiden, goed vlees, verse vis en biologische groenten van het seizoen).

Kies, als je zelf pasta maakt, een goede kwaliteit bloem en heel verse eieren. Houd je aan de opgegeven kneed- en rusttijden; heb geduld en geniet van je tijd in de keuken. Wees niet teleurgesteld als je eerste zelfgemaakte pasta niet helemaal lukt. Oefening baart kunst!

Tot slot nog een gouden regel: kook pasta nooit te lang. Kook ze *al dente* (beetgaar), zoals in Italië.

Kies een recept, zet er desnoods een muzikje uit het land van oorsprong bij op en bereid je voor op een wereldreis in eigen keuken.

Eet smakelijk!

Jesiel Maxán

INHOUD

BASIS	9	Spanakorizo	62	Udon met gelakte eend	120	Groene spaghetti met vis	176
Eierpasta en -noodles	10	Fideuà	64	Tonkotsu ramen	122	Spaghetti alla caruso	178
Rijstnoodles of -pasta (glutenvrij)	12	Linguine met chorizo en calamari	66	Zaru soba	124	MIDDEN-OOSTEN	181
EUROPA	15	Olla aranesa	68	Pancit bihon	126	Kasha varnishkes	182
Gegratineerde boekweitpasta met pompoen en paddenstoelen	16	Massada met zeebaars	70	Ginisang sardinas at miswa	128	Linguine met artisjok en aardpeer	184
Spätzleg gratin met raclettekaas	18	Csipekta	72	Sinigang na hipon	130	Maftoul met kip	186
Pappardelle met walnoten, boleten en bleu d'Auvergne	20	Pierogi	74	Momo	132	Salade van parelcouscous met feta	188
Ravioli met foie gras en truffelsaus	22	Spaghetti stroganoff	76	Bami goreng	134	Zoete lokshen kugel	190
Geitenkaasravioli met bietjes	24	AZIË	79	Ketoprak betawi	136	Shish barak	192
Tagliatelle à la luzienne	26	Curry-kokosnoodles met kabeljauw	80	Soto ajam	138	Libanese pasta met yoghurt	194
Casoncelli alla bresciana	28	Mi krop met garnalen en varkensvlees	82	Chili pan mee	140	Iraanse soep	196
Conchiglione met artisjokken en ricotta	30	Pad kee mao	84	Penang hokkien mee	142	Balaleet	198
Fusilli con la mollica	32	Pad thai met gamba's	86	NOORD- EN ZUID-AMERIKA	145	Reshteh polow	200
Fregola met kokkels	34	Thaise salade met rundvlees	88	Amerikaanse goulash	146	AFRIKA	203
Lasagne all'emiliana	36	Kruidige kippensoep	90	Grandma's spaghetti & meatballs	148	Berkoukesh met kip	204
Zwarte linguine met inktvis	38	Gamjaguk	92	Vega lasagne met boerenkool	150	Chorba	206
Minestrone met tortellini	40	Jjampong	94	Mac & cheese met spicy bacon	152	Rechta met kip	208
Trofie met worst en pesto	42	Japchae	96	Eenpanspasta primavera	154	Trida met rode saus	210
Pachheri met inktvis, garnalen en kappers	44	Koreaanse mac & cheese	98	Gefrituurde ravioli	156	Koshari	212
Pappardelle met amandelpesto, artisjok en garnalen	46	Noodlesalade met kimchi en kokossaus	100	Hawaïaanse pastasalade	158	Orzo met lam en munt	214
Pasta e fagioli	48	Snelle pho	102	Macaronigratin met tonijn	160	Makrouna met lam	216
Spaghetti all'arrabiata met burrata en coppa	50	Vega pho	104	Linguine met poblanosaus en geroosterde maïs	162	Tli tli met kip en kikkererwten	218
Spaghetti alla puttanesca	52	Bun cha	106	Ravioli met chorizo en bakbanaan	164	RECEPTENREGISTER	220
Linguine met palourdes	54	Vietnamese salade met biefstuk	108	Sopa seca de fideo	166	DANKWOORD	222
Timballo alla napoletana	56	Chang shou mian	110	Spaghetti met garnalen en avocado- saus	168	COLOFON	224
Avgolemono	58	Liang mian	112	Caldo de gallina	170		
Griekse pastasalade	60	Chinese gebakken noodles met kip	114	Sopa seca chinchana	172		
		Dan dan noodles	116	Gebakken linguine met vlees	174		
		Rijstnoodles met zeevruchten en eiersaus	118				



BASIS

EIERPASTA OF -NOODLES

4 PERSONEN • (VOOR)BEREIDEN: 30 MIN. • KOOKTIJD: 5 MIN.
RUSTEN: 30 MIN. (NA KNEDEN) + 30 MIN. (DROGEN)

300 g tarwebloem + extra
1 tl olijfolie

3 eieren (M)

Kneden

Met de hand

Vorm op een werkblad een bergje van de bloem en maak er een kuiltje in. Giet hierin de olie en breek er de eieren boven. Werk beetje bij beetje met een vork de bloem van de randen door de olie en het ei.

Kneed verder met je handen: duw het deeg met de palm van je hand steeds plat en vouw het over zichzelf heen. Ga hier minstens 15 minuten mee door tot het deeg elastisch en soepel is.

Met de keukenmachine/mixer

Dit is de eenvoudigste en snelste manier! Doe de bloem, olie en eieren in de kom en kneed met de kneedhaak 5 minuten op lage snelheid. Haal het deeg uit de mixer en kneed verder met de hand zoals hierboven beschreven, tot je een elastisch, soepel deeg hebt.

Vorm het geknede deeg tot een bal, pak die goed in in plasticfolie en laat hem minstens 30 minuten rusten op kamertemperatuur (of 24 uur in de koelkast).

Tip

Voeg bij beide kneedmethodes eventueel extra bloem toe als het deeg te slap is, of water als het deeg te droog wordt.

Uitrollen en snijden

Rol het deeg uit met een deegroller op een licht met bloem bestoven werkvlak of met een goed met bloem bestoven pastamachine. Leg het plat neer en snijd het in de gewenste vorm.

Voor lange pasta

Snijd de pasta in lange repen op de juiste breedte voor linguine (3 mm), fettucine (1½ cm), tagliatelle (1 cm) of papardelle (2½ cm).

Voor korte pasta

Snijd de pasta in de gewenste vorm. Snijd bijvoorbeeld voor farfalle rechthoekjes van 3 x 5 cm met een gekartelde pastasnijder en knijp de rechthoekjes in het midden in.

Voor gevulde pasta

Rol het deeg op een licht met bloem bestoven werkvlak uit tot de gewenste dikte. Voor een vleesvulling moet de pasta iets dikker zijn om te voorkomen dat hij scheurt.

Voor tortellini: snijd vierkantjes van 4 cm en leg 1 theelepel vulling in het midden. Vouw het vierkantje tot een driehoekje. Leg het met de basis naar je toe en vouw de bovenste punt naar je toe en de beide punten aan de zijkanten naar elkaar. Druk alle punten goed op elkaar.

Voor ravioli: rol het deeg tot twee dunne lappen. Schep met 5 cm tussenruimte hoopjes van 1 theelepel vulling op de eerste lap en leg de tweede lap eroverheen. Druk de buitenranden aan. Druk met je vingers de pasta rondom elk hoopje vulling aan, nadat je er zoveel mogelijk lucht uit hebt gedrukt. Snijd de ravioli los met een pasta- of deegsnijder of een speciale raviolisteker.

Tip

Maak voordat je de punten en randen van de tortellini en ravioli vastdrukt zo nodig het deeg een beetje vochtig (met een met water natgemaakte vinger) zodat het beter plakt.

Drogen

Leg de gesneden pasta op een rooster of op een met bloem bestoven werkvlak en laat 30 minuten drogen. Hierna kun je de pasta bereiden!

Koken

Breng een grote pan gezouten water aan de kook op hoog vuur. Je hebt voor circa 3 liter water een flinke eetlepel zout nodig. Voeg de pasta toe, roer voorzichtig door zodat ze niet aan elkaar vastplakken en kook ze beetgaar.

Kooktijden

- Verse pasta, niet gedroogd, niet ingevroren: 2-3 minuten.
- Verse, ingevroren pasta: afhankelijk van de grootte 3-5 minuten.
- Verse pasta, aan de lucht gedroogd: afhankelijk van de grootte 4-7 minuten.

Tips

- Kook de pasta als je die in een saus serveert niet helemaal beetgaar, maar kook hem de laatste minuten in de saus.
- Verse pasta blijft vanwege de eieren maximaal 2-3 dagen goed in de koelkast, maar je kunt pasta prima invriezen. Daar blijft hij een maand goed. Kook de ingevroren pasta direct uit de diepvries en voeg ½-1 minuut toe aan de kooktijd.
- Breng de pasta op smaak met kruiden (oregano, tijm, peterselie, rozemarijn, basilicum, koriander, e.d.), groenten (spinazie, boerenkool, biet, enz.), specerijen en smaakmakers (kurkuma, nootmuskaat, zwarte peper, knoflook, enz.). Je kunt de pasta ook kleuren met voedingskleurstof.



EUROPA

GEGRATINEERDE BOEKWEITPASTA MET POMPOEN EN PADDENSTOELEN

6 PERSONEN • (VOOR)BEREIDEN: 25 MIN. • KOOKTIJD: 50 MIN.

1 bosje bosui
3 preien
250 g gemengde paddenstoelen
2 teentjes knoflook
400 g pompoen
100 g Parmezaanse kaas
100 g Appenzellerkaas
4 el olijfolie
½ tl nootmuskaat

zout en peper
1 el fijngesneden peterselie
300 g crozets (Franse kleine
boekweitpasta) of andere
kleine boekweitpasta
300 ml slagroom
20 g boter
60 g gehakte hazelnoten

Maak de bosui en prei schoon en snijd ze fijn. Snijd de paddenstoelen grof. Pel de knoflook en snijd hem fijn. Schil de pompoen en snijd hem in kleine blokjes. Rasp de Parmezaanse kaas en Appenzellerkaas.

Verwarm de oven voor op 180 °C.

Verhit 2 eetlepels olijfolie in een koekenpan en bak de bosui en prei 5 minuten onder regelmatig roeren. Voeg de pompoen toe en bak hem op middelhoog vuur circa 10 minuten onder regelmatig roeren. Breng op smaak met nootmuskaat, zout en peper, schep uit de pan en zet opzij.

Verhit de resterende olie in dezelfde koekenpan en bak de paddenstoelen, knoflook en peterselie 5 minuten op hoog vuur. Voeg dit mengsel toe aan het pompoenmengsel. Voeg de pasta, slagroom en Parmezaanse kaas toe en meng voorzichtig door.

Vet een ovenschaal in met boter en schep het mengsel erin. Bestrooi met de hazelnoten en Appenzellerkaas en bak 25 minuten in de oven tot de kaas goudbruin is. Serveer heet. Lekker met een salade.



SPÄTZLEGRATIN MET RACLETTEKAAS

4 PERSONEN • (VOOR)BEREIDEN: 5 MIN. • KOOKTIJD: 30 MIN.

250 g spätzle of een dunne pastasoort
1 el olijfolie + 1 scheutje
250 g champignons
2 sjalotjes
1 teentje knoflook

5 takjes peterselie + extra
200 ml slagroom
peper
20 g boter
180 g raclettekaas in plakken

Kook de spätzle beetgaar (zie p. 11), giet af en meng er een scheutje olijfolie door. Zet opzij.

Verwarm de oven voor op 200 °C.

Snijd de champignons in dunne plakjes. Pel de sjalotjes en knoflook en snijd ze fijn. Snijd de peterselie fijn. Verhit de olijfolie in een koekenpan en bak de sjalot en knoflook in 2 minuten glazig. Voeg de champignons toe en bak 5 minuten op hoog vuur. Voeg de slagroom toe en laat op laag vuur 10 minuten sudderen onder regelmatig roeren. Breng op smaak met peper. Schep de spätzle voorzichtig door het mengsel.

Vet een ovenschaal in met boter, schep de helft van het spätzlemengsel erin, bestrooi met de helft van de peterselie en beleg met de helft van de raclettekaas. Herhaal met de resterende spätzle, peterselie en kaas. Zet de schaal 15 minuten in de oven tot het gerecht een mooi korstje heeft.

Bestrooi het gerecht met de extra peterselie en serveer heet.





AZIË

CURRY- KOKOSNOODLES MET KABELJAUW

4 PERSONEN • (VOOR)BEREIDEN: 20 MIN. • KOOKTIJD: 20 MIN.

400 g platte rijstnoodles
1 ui
3 sjalotjes
2½ cm gemberwortel
2 stengels citroengras
150 g champignons
12 broccoliroosjes
1 rode paprika
1 courgette
2 wortels

1 hele limoen + sap van 1 limoen
Thais basilicum
20 g verse kokosnoot
300 g kabeljauwfilet
2 el kokosolie
2 el rode Thaise currypasta
400 ml kokosmelk
1 el chilisaus
2 el sojasaus
peper

Bereid de noodles (zie p. 12 of volg de aanwijzingen op verpakking), giet af, spoel koud na en zet opzij.

Pel de ui en sjalotjes en snijd ze fijn. Schil de gember en snijd fijn. Verwijder het buitenste blad en de harde delen van het citroengras, snijd de stengel in de lengte doormidden en plet de helften. Maak de champignons schoon en snijd ze doormidden. Snijd de broccoliroosjes doormidden, de paprika in dunne reepjes en de courgette in plakjes. Schil de wortels en snijd ze in dunne staafjes. Snijd de limoen in partjes. Pluk de blaadjes van het basilicum en rasp de kokosnoot. Snijd de kabeljauw in stukjes.

Verhit de kokosolie in een stoofpan en bak de ui, sjalot en gember enkele minuten. Voeg de currypasta en het citroengras toe en bak 2-3 minuten mee. Voeg de groenten toe en meng. Voeg de kokosmelk, 200 ml water het limoensap, de chilisaus en sojasaus en wat peper toe en laat 10 minuten sudderen. Zet het vuur laag, voeg de kabeljauw toe en laat die 5 minuten pocheren (net tegen de kook aan). Schep de noodles erdoor.

Garneer met Thais basilicum, geraspte kokosnoot en partjes limoen en serveer direct.



MI KROP MET GARNALEN EN VARKENSVLEES

4 PERSONEN • (VOOR)BEREIDEN: 25 MIN. • KOOKTIJD: 15 MIN.

2 teentjes knoflook
1 sjalot
3 lente-uien
verse koriander
1 rode peper
200 g tofoe
400 g varkensvlees
300 g mihoen (rijstvermicelli)
250 ml olie
80 g gedroogde garnalen

40 g suiker
gerasppte schil en sap van
1 sinaasappel
1 el tamarindepasta
2 el vissaus
zout
1 tl gemalen Thaise chilipeper
2 blaadjes kaffir-limoen (djeroek
poeroet)
50 g taugé

Pel de knoflook en sjalot en snijd ze fijn. Snijd de lente-ui, koriander en rode peper fijn, de tofoe in dunne reepjes en het varkensvlees zeer fijn.

Breek de mihoen in kortere stukjes zodat je ze makkelijker kunt frituren. Verhit de olie in een wok en frituur de mihoen tot die goudbruin en krokant is. Schep uit de olie met een schuimspaan en laat uitlekken op keukenpapier.

Frituur de tofoe in dezelfde olie krokant. Schep ze uit de wok en laat uitlekken.

Schep op circa 4 eetlepels na de olie uit de wok en bak de knoflook en sjalot 1-2 minuten. Voeg het varkensvlees, de gedroogde garnalen, de suiker, 4 eetlepels water, de sinaasappelschil en het -sap, de tamarinde, vissaus, wat zout, de gemalen chilipeper en kaffirlimoen toe en meng. Zet het vuur lager, schep voorzichtig de gefrituurde vermicelli erdoor en bak verder tot de mi krop goudbruin is

Garneer met de gefrituurde tofoe, de rode peper, de lente-uitjes, koriander en taugé en serveer.





DE WERELD ROND IN 100 PASTA- EN NOODLE- GERECHTEN

Zwarte linguine met inktvis; gratineerde boekweitpasta met pompoen en paddenstoelen; pad thai met gamba's; vega pho; rechta met kip; mac & cheese met spicy bacon; Hawaïaanse pastasalade. . .

Dit is maar een greep uit de klassiekers die je tegenkomt op deze culinaire reis van Amerika naar Azië, via Europa, Afrika en het Midden-Oosten.

Dus breid je vaste repertoire pasta- en noodlegerechten uit en geniet van deze originele en smakelijke gerechten!

ISBN 978 94 6250 254 3



9 789462 502543 >

www.forteculinair.nl