



**KULINARNY
ATLAS ŚWIATA**

WŁOCHY POŁUDNIOWE



IM DALEJ NA POŁUDNIE, TYM BARDZIEJ KOLOROWO,
SŁODKO I EGZOTYCZNIE. TAKA JEST KUCHNIA KAMPANII,
SARDYNII, KALABRII, A PRZEDĘ WSZYSTKIM SYCYLII

Włoskie jedzenie rozslawili w Stanach Zjednoczonych biedni emigranci z Sycylii, Kampanii i Sardynii. Paradoksalnie, bo pomidor i papryka, które królują na stołach południowej Italii, to akurat przybysze z Nowego Świata.

Włosi z Lombardii, Lacjum i Toskani zawsze patrzyli trochę z góry na il Mezzogiorno: zafarne i prymitywne Południe. Rząd amerykański także wzruszał się losom świeżo przybyłych emigrantów, których nie stać było na porządną stek. Do czasu. Bo okazało się, że to właśnie biedacy z Sycylii i Kampanii są zdrowsi i żyją dłużej niż ich bogaci sąsiedzi. Wtedy to – z dnia na dzień – tanie i proste jedzenie z południa stało się znane pod nazwą „diety śródziemnomorskiej”.

Bieda jest matką wynalazków, także tych kulinarnych. Z Neapolu pochodzi *pizza* – placek, na który można położyć wszystko, co akurat jest pod ręką. W drogich restauracjach na całym świecie podaje się *pasta con frutti di mare* – wymyślono je na Sardynii, bo ryby i skorupiaki kupowane z pierwszej ręki od rybaków były po prostu najtańsze. Na słynną sycylijską *caponata* potrzeba kilka bakłażanów i pomidorów, trochę cebuli, garść oliwek. A gdyby apulijska *bruschetta* nazywała się „tostem z pomidorami”, pewnie nikt by na nią nie spojrzal.

Światowym przebojem stała się też *caprese* – prosciutka salátka w kolorach flagi włoskiej. Najlepsza jest właśnie w Kampanii, bo tutaj produkuje się prawdziwą *mozzarella di bufala campana*. Oryginalny ser z mleka bawołów jest bardziej tłusty i mniej wodnisty niż krowi, który możemy dostać w naszych sklepach.



GRZEGORZ GOLEŃ
szef kuchni Parmizzano's
w hotelu MARRIOTT
w Warszawie

Kuchnię południa można poznać z podręcznikiem historii w rękę. Sycylia przez 2000 lat przechodziła z rąk do rąk. Grecy pozostawili po sobie winnice i gaje oliwne, na bizantyjskich statkach przyplęły ostre sery, Hiszpanie sprowadzili ziemniaki, pomidory i indyki, dzięki Anglikom rozpoczęła się światowa kariera słodkiej Marsali – wina, które w dobie embargo na produkty z Hiszpanii i Portugalii mogło zastąpić sherry i maderę. Kuchnia sycylijska najwięcej jednak zawdzięcza Arabom: to oni sprowadzili tu egzotyczne owoce i warzywa, nauczyli mieszkańców wyspy przyrządzać kuskus i orientalne dania z ryżu. Przede wszystkim zaś Saraceni odkryli przed Sycylijszymi tajemnice sztuki cukierniczej. Co ciekawe, receptury na słodkie specjalności przetrwały wyłącznie dzięki zaknikom. Do dziś przechowywane są bowiem w niektórych starych włoskich klasztorach.

Słabość do słodyczy łączy wszystkich mieszkańców południowych Włoch. Uwielbiają ociekające miodem ciasta, kandyzowane owoce, bakalie. Zajadają się marcepanem, zwanym *pasta reale*, czyli ciastem królów. Na Sycylii, w żeńskich klasztorach Martorana, powstają – już od XII wieku – najpiękniejsze marcepanowe cacka. Podobno zakonnice swego czasu z taką pasją oddawały się produkcji marcepana i tortów *casata alla siciliana*, że kompletnie zaniedbywały obowiązki religijne!

Rozkoszą dla podniebienia są także tutejsze lody. Bo można się spierać, kto tak naprawdę lody wynalazł, jedno wszakże jest pewne: pierwsza lodziarnia poza Włochami powstała w 1668 roku w Paryżu. Jej założyciel, Francesco Procopio deColtelli, był Sycylijszym.



FOT.: A. SCHOCCI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA

WŁOCHY

ORATA CON PATATE

1 dorada (po włosku *orata*) na osobę
(po 30-40 dag), 3 duże obrane ziemniaki,
15 dag sera pecorino, po 1 łyżce posiekanej
świeżej natki i suszonego majeranku

Rybę oczyść, oskrob, natrzyj oliwą i posól. Ponacinaj z obu stron, nacięcia lekko rozchyl i wetrzyj w nie mieszaninę sera, natki i majeranku. Jeden ziemniak pokrój na plasterki. Ułóż w brytfannie, na wierzchu umieść rybę (dzięki ziemniakom ryba nie przywrze do dna brytfanny). Pozostałe ziemniaki także pokrój na plasterki, ulóż dookoła dorady i skrop oliwą. Piecz 20-25 minut w temp. 180-200°C. Po 15 minutach posyp ziemniaki resztą mieszaniny sera i ziół i piecz dalej, aż się ładnie przyrumienią. Rybę wyjmij, podawaj z ziemniakami (tymi z boków, ziemniaki spod spodu wyrzucamy).

W następnym odcinku poznacie prawdziwą kuchnię Węgier. Będzie gulasz, zupa rybna halaszle i jedno z najszlachetniejszych ciast świata, czyli tort Dobos. I wiele, wiele innych przepisów. Szukajcie nas w „Gazecie” w czwartek, 30 września.

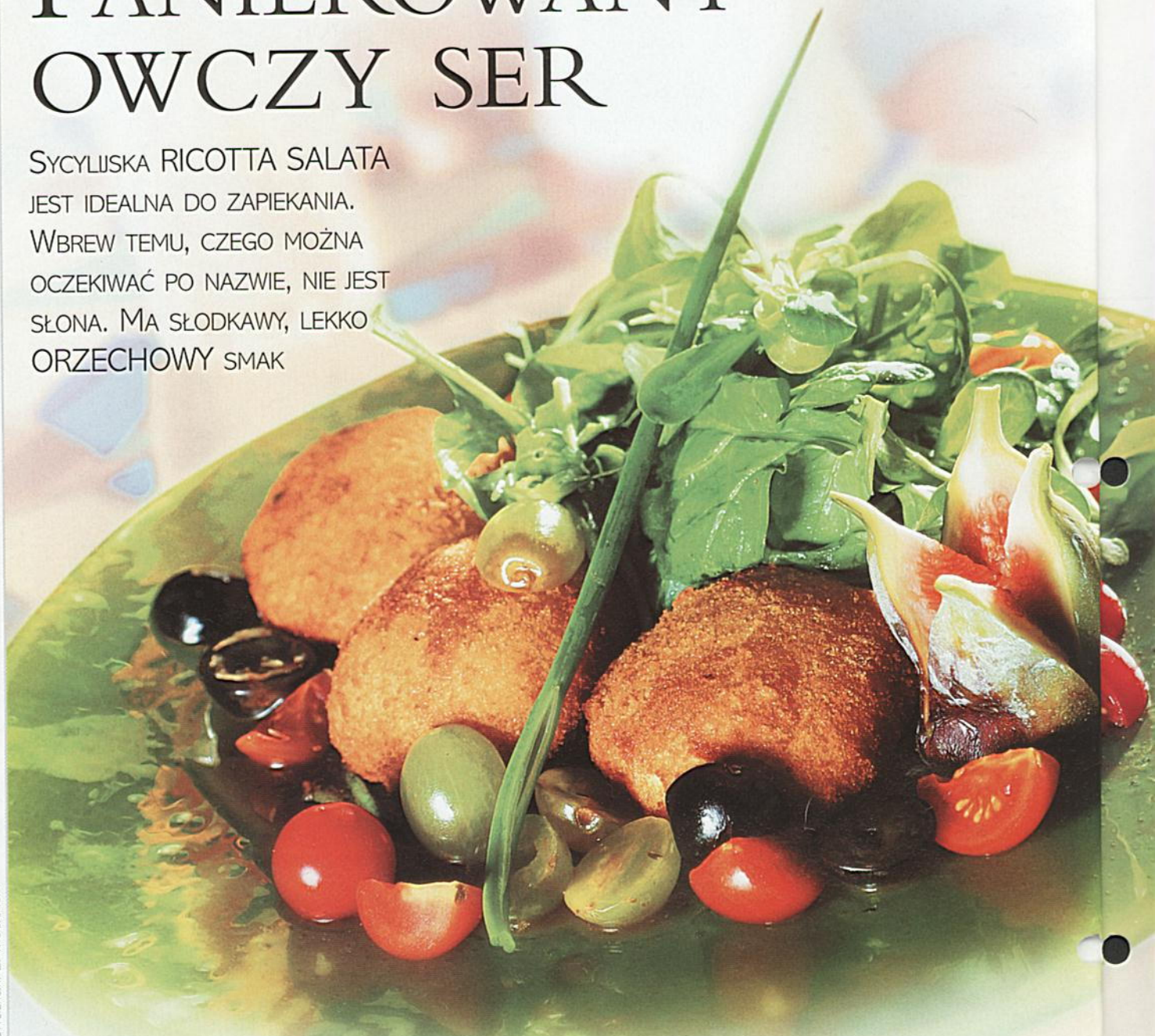
KUCHNIA



gazeta
WYBORCZA

PANIEROWANY OWCZY SER

SYCYLIJSKA RICOTTA SALATA
JEST IDEALNA DO ZAPIEKANIA.
WBREW TEMU, CZEGO MOŻNA
OCZEKIWAĆ PO NAZWIE, NIE JEST
SŁONA. MA SŁODKAWY, LEKKO
ORZECHOWY SMAK



FOT.: A. ŚCIECHOCKI, STYLIZACJA: Z. WIGIŁOWSKA

po 10 dag rukoli, roszponki i radicchio, 40 dag białego sera owczego, 4 jajka, 10 dag tartej bułki, 1 łyżeczka suszonego tymianku, 1 szklanka soku winogronowego, 2 łyżeczki mąki ziemniaczanej, 8 pomidorków koktajlowych,

600 ml bulionu drobiowego, 4 świeże figi, po 1 kiści winogron zielonych i fioletowych, 8 łyżek oliwy

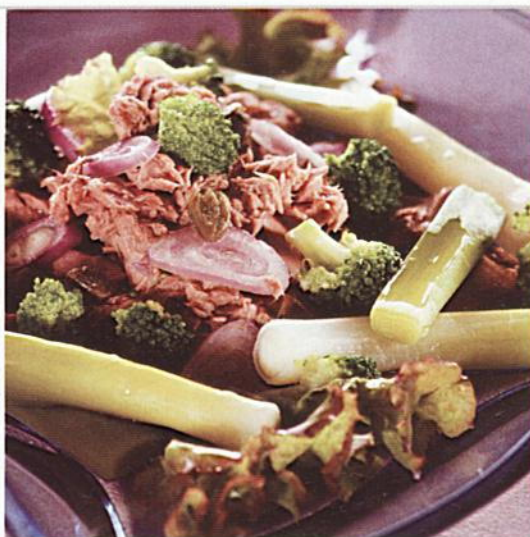
Sos WINEGRET: 2 łyżki soku z cytryny, 2 łyżki octu winnego, 1 mały ząbek czosnku roztarty z solą, 1 łyżka oliwy

Z owczego serka uformuj po 3 krążki na osobę, panieruj je w jajku i tartej bułce. Salaty porwij na kawalki. Wszystkie składniki sosu winegret zmieszaj w słoiku, by utworzyła się emulsja. Mąkę rozprowadź odrobiną soku winogronowego. Resztę soku zagotuj z bulionem i tymiankiem, wlej mąkę. Zagotuj, mieszając. Dodaj przekrojone na pół winogrona bez pestek. Owczy ser usmaż na oliwie na złoty kolor. Salatę wymieszaj z sosem winegret, obłóż krążkami sera. Polej sosem winogronowym, udekoruj figami i pomidorkami pokrojonymi na ćwiartki.

R E K L A M A



FOT.: B. FIDRYCH, STYLIZACJA: E. MARYNOWSKA



SALATKA Z TUŃCZYKIEM

40 dag brokułów, 4-6 łyżek kaparów, sok z 1 cytryny, 8 młodych porów, 8-10 czerwonych dymek, 3 puszki tuńczyka w sosie własnym

Osącz tuńczyka, przelóż na półmisek. Pory dokładnie oczyść i umyj, wyrzuć ciemnozielone liście, a białe części pokrój na nieduże kawałki. Brokuly podziel na różyczki, ugotuj do miękkości razem z porami. Osącz i ostudź. Dymki pokrój w plasterki. Połącz wszystkie składniki, skrop sokiem z cytryny i delikatnie wymieszaj.



FOT.: A. ŚCICOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIELOWSKA

CAPRESE

20-30 dag mozzarelli (2 kulki), 4-6 pomidorów, kilkanaście listków bazylii, 2-3 łyżki oliwy, 1 łyżka octu balsamicznego, sól, grubo mielony czarny pieprz

Pomidory umyj, pokrój w plasterki. Mozzarellę osącz z zalewy i pokrój, jak pomidory. Przygotuj sos: wymieszaj oliwę z octem balsamicznym, przypraw solą i pieprzem. Na talerzu ułóż plasterki sera i pomidorów tak, aby zachodziły jeden na drugi. Polej sosem, posyp grubo mielonym pieprzem. Udekoruj listkami bazylii.



BÓB Z MULAMI

1 kg bobu, 1 kg muli, 6 łyżek oliwy, 1 ząbek czosnku, 1 cytryna, 1/2 łyżeczki kminku, 1/2 łyżeczki słodkiej papryki, 1 listek laurowy, 1 szklanka wytrawnego białego wina, tymianek, rozmaryn, świeża kolendra, sól, pieprz

Mule wyszoruj szczoteczką i kilka razy wypłucz. Umyty bób wrzuc do wrzącej wody na 2 minuty, odcedź i obierz z lupinek. W garnku rozgrzej 2 łyżki oliwy, wrzuc po pół łyżki suszonego tymianku i rozmarynu, zmiądzony czosnek i listek laurowy. Przypraw do smaku solą i pieprzem. Dodaj mule, wlej wino. Przykryj i podgrzewaj 5 minut. Od czasu do czasu poruszaj garnkiem. Mule wyjmij z muszli. Pozostałą oliwę podgrzej na patelni, dodaj bób, sól i pieprz, duś przez 5 minut. Bób wymieszaj z mulami. Danie podawaj polane sosem z duszenia muli, posyp papryką, kminkiem i świeżą kolendrą. Przed podaniem udekoruj cząstkami cytryny i muszlami.



ARANCINI ALLA SICILIANA

2 sparzone i obrane pomidory (mogą być pomidory pelati z puszki), 1/2 cebuli, oliwa, 10 dag posiekanej wieprzowiny lub wołowiny, 25 dag zielonego groszku (może być mrożony), sól, pieprz, 25 dag ryżu arborio, 3 łyżki masła, 5 dag tartego sera pecorino lub parmezanu, 2 jajka, trochę tartej bułki do panierowania, olej do głębokiego smażenia

Zrób farsz do arancini: pomidory zmiksuj i przetrzyj przez sitko. Cebulę zeszklij na oliwie, dodaj posiekane mięso i rozmrożony groszek, smaż razem jeszcze przez chwilę. Co jakiś czas mieszaj. Następnie dodaj zmiksowane pomidory, przypraw do smaku solą i pieprzem. Duś na małym ogniu, aż farsz zgęstnieje. Ryż ugotuj, wymieszaj z masłem i tartym serem oraz 1 jajkiem. Z masy ryżowej ulep kulki, każdą nafaszeruj nadzieniem mięsno-pomidorowym. Panieruj w roztrzepanym jajku i tartej bulce, smaż porcjami na złoty kolor w głębokim oleju.



FOT.: A. ŚCICOCKI, STYLIZACJA: E. MATUSZEWSKA



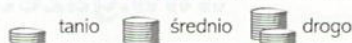
FOT.: A. ŚCICOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIELOWSKA



CZAS PRZYGOTOWANIA



KOSZT PRZYGOTOWANIA



FOT.: K. DUKLAS, STYLIZACJA: M. DUKLAS



CANNELLONI Z SORRENTO

12 platów lazanii, 40 dag ricotty, 2 kulki (25 dag) mozzarelli, 10 dag parmezanu, 10 dag pokrojonej szynki, 1 posiekana cebula, 10 listków bazylii, łyżka masła, sól, pieprz.

po 1,5 szklanki sosu beszamelowego i pomidorowego z bazylią

Cebulę usmaż na maśle, dodaj szynkę, smaź minutę. Zmiksuj mozzarellę z ricottą i połową parmezanu, bazylią, cebulą i szynką. Posmaruj ugotowane platy lazanii, zroluj, zawiń brzeży. Włóż do formy, polej beszamelem i sosem pomidorowym. Posyp resztą parmezanu. Piecz 20 minut w temp. 180°C.



FOT.: A. ŚCICHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA



MAKARON Z TUŃCZYKIEM

45 dag makaronu (świderki), 18 dag czarnych oliwek, 12 dag tuńczyka w oleju, 2 łyżki kaparów, 1 marynowana czerwona papryka, 10 filecików anchois, 100 ml oliwy, 1 łyżeczka soku z cytryny, 2 łyżki listków bazylii, sól, pieprz

Zmiksuj oliwki, anchois i tuńczyka. Zmniejsz obroty miksera, cienką strużką wlewaj oliwę. Masę połącz z drobnutko pokrojoną papryką, bazylią i sokiem z cytryny. Przypraw do smaku solą i pieprzem, wymieszaj z ugotowanym makaronem. Przykryj, odstaw na 2-3 minuty.



FOT.: I. STYLIZACJA: A. I. M. WOLINIAK



PENNE Z WIEPRZOWINĄ

50 dag makaronu penne, 1 szklanka migdałów, 6 łyżek parmezanu, 1/2 szklanki tartej bułki, 1 łyżka oliwy, 1/2 łyżeczki olejku migdałowego, sól

Ragoût: 40 dag mielonej wieprzowiny, 3 łyżki oliwy, 2 puszki pomidorów, 1 posiekana cebula, 1 łyżka koncentratu pomidorowego, cynamon, cukier, pieprz
Zrób ragoût: cebulę i mięso usmaż na oliwie. Dodaj koncentrat i 1/4 szklanki wody, a po 5 minutach pomidory. Przypraw, gotuj 30 minut bez przykrycia. Migdały upraż na suchej patelni, skrop olejkami. Ugotowany makaron wymieszaj z 5 łyżkami ragoût. Formę napełnij makaronem i ragoût, przesypując migdałami, tartą bułką i serem. Zapiecz w temp. 190°C.



ORECHIETTE AL SALMONE

40 dag makaronu orechiette, 15 dag wędzonego lososia, 3 łyżki oliwy, 2 strąki czerwonej papryki, 2 ząbki czosnku, 3/4 szklanki śmietanki 22-proc., 1/2 łyżeczki pieprzu, 1 łyżka posiekanej bazylii, sól

Paprykę ułóż na ruszcie w nagrzanym piekarniku, piecz, aż zbrązowieje. Włóż na 10 minut do woreczka plastikowego, a następnie obierz ze skórki i usuń gniazda nasienne. Strąki pokrój na małe kawałki i zmiksuj z czosnkiem. Pokrojonego w cienkie paski lososia oraz pastę z papryki i czosnku włóż do rondla, wlej śmietanę i gotuj na średnim ogniu, aż sos zgęstnieje. Od czasu do czasu zamieszaj. Przypraw bazylią, solą i pieprzem. Orechiette ugotuj al dente, połącz z sosem.



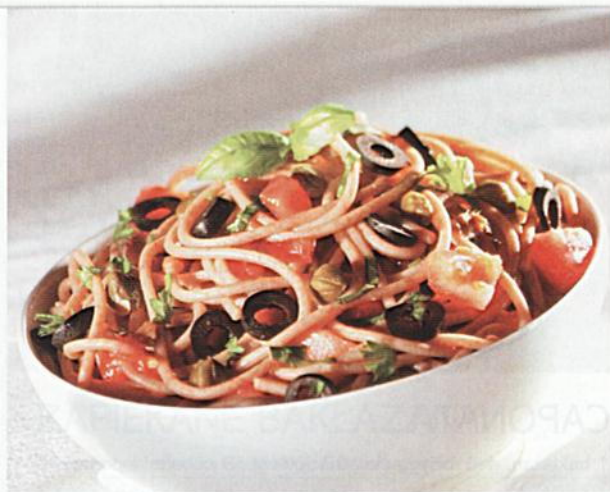
FOT.: A. ŚCICHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA I A. SZKURLAT

SPAGHETTI PUTTANESCA

50 dag spaghetti, po 3 łyżki posiekanej bazylii i natki

Sos: 50 dag dojrzałych pomidorów, 1/2 szklanki czarnych oliwek bez pestek, 3 posiekane ząbki czosnku, 4 fileciki anchois, 2 łyżki czerwonego octu winnego, 1/2 szklanki oliwy, 2 łyżki kaparów, 1/2 łyżeczki ostrej papryki, sól, pieprz

Zrób sos: pomidory sparz, obierz i pokrój w kostkę. Oliwki, czosnek i fileciki drobno posiekaj. Przygotowane składniki połącz, dodaj kapary i polej oliwą wymieszaną z octem. Przypraw do smaku i wymieszaj. Polej ugotowany makaron, wymieszaj, posyp bazylią i natką.



FOT.: A. ŚCICHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA

MUSZLE Z ŁOSOSIEM

MAKARON W KSZTAŁCIE MUSZLI
NAZYWA SIĘ CONCHIGLIE.
PODAJE SIĘ GO Z SOSEM
LUB FASZERUJE I ZAPIEKA

1 opakowanie (25 dag) muszli conchiglie, 40 dag fileta
ze świeżego lososia, 3 pomidory z puszki,

1/2 szklanki białego wina, 10 dag śmietany,

10 dag tartego parmezanu, 3 ząbki
czosnku, szczypta szafranu, 2 łyżki

mąki, 1 łyżka masła, 4 łyżki oliwy, sól,
pieprz, 1,5 szklanki sosu
pomidorowego z bazylią

Szafran zaparz podgrzany w
winnem, wymieszaj z masłem. Łoso-
sia pokrój w kostkę, oprósz mą-
ką i podsmaż na oliwie. Dodaj
pokrojone pomidory, posiekany
czosnek, wino z szafranem i śmieta-
ną. Gotuj kilka minut. Do płaskiego

żaroodpornego naczynia wlej
sos pomidorowy. Włóż odce-
dzone muszle, każdą napełnij
nadzieniem z lososia.

Posyp parmeza-
nem, zapiekaj
w temp. 220°C, aż cały
ser się rozpuści.



FOT.: K. DUKLAS, STYLIZACJA: M. DUKLAS

WŁOCHY

R E K L A M A



Co szafran potrafi, gdy do potrawy trafi?

Szafran to tajemniczy afrodyzjak. Był czas, kiedy kobiety naderwały się nim, co niezwykle silnie oddziaływało na mężczyzn. Dzisiaj, dodawany do potraw, pomaga trafić przez żołądek do serca ukochanej osoby.

Knorr zaprasza na pyszną stronę: www.poprostugotuj.pl





CAPONATA

1 bakłażan, **4-5** lodyg selera naciowego, **3** cebule, **4** pomidory pelati razem z zalewą, **2** ząbki czosnku, **10** dag drylowanych oliwek, **1** łyżka kaparów, **1** łyżeczka posiekanego rozmarynu, **1/4** szklanki oliwy, cukier, sproszkowane peperoncini, sól

Kapary włóż do kubeczka i zalej połową szklanki wody. Bakłażana pokrój na plastry (1 cm), a potem w szerokie paski. Obficie je posól i odstaw, aby puściły sok. Po 30 minutach opłucz zimną wodą i osącz. Seler obierz z włókien i pokrój na kawałki (1/2 cm). Cebule pokrój w półplasterki, pomidory w kostkę. W rondlu rozgrzej połowę oliwy, usmaż bakłażany. Wyjmij i osącz. Do rondla wlej resztę oliwy, podsmaż seler. Dodaj cebulę, smaż 3-4 minuty. Wrzuć bakłażany i pomidory, dodaj rozmaryn. Przykryj i duś 10 minut. Warzywa powinny pozostać jędrne. Zdejmij garnek z ognia, dodaj rozarty czosnek, oliwki i osączone kapary. Przypraw do smaku, wymieszaj. Podawaj na zimno.



POŁĘDWICA Z MOZZARELLĄ



KUSKUS PO SYCYLIJSKU

1 i **1/4** szklanki kuskusu, **2** ugotowane lub upieczone na grillu piersi kurczaka, **2** cebulki dymki, **2** szklanki bulionu z kurczaka, po **1/4** szklanki soku z pomarańczy, octu winnego i oliwy, **2** łyżeczki skórki otartej z pomarańczy, **2** łyżki szczypiorku, sól, pieprz do smaku

Kuskus zalej wrzącym bulionem, wymieszaj, przykryj i odstaw na 5 minut. Dymkę pokrój w piórka, mięso w kostkę. W dużej misce wymieszaj sok pomarańczowy, oliwę, ocet i skórkę z pomarańczy. Dodaj kuskus, mięso, dymkę i szczypiorek, wymieszaj. Podawaj na ciepło lub na zimno.



R E K L A M A



Płyta gazowa SPV577X

Do Twojej kuchni!

smeg
tecnologia che arreda

www.dombianco.com.pl



Płyta ceramiczna P775

PRAWDZIWA MOZZARELLA Z KAMPANII ROBIONA JEST Z MLEKA CZARNYCH BAWOŁÓW ARNI. TO, CO MOŻEMY KUPIĆ W POLSCE, TO „FIOR DI LATTE” Z MLEKA KROWIEGO

1 opakowanie rukoli, 5 łyżek oliwy, 1 łyżka kaparów, sól, pieprz, 30 dag mozzarelli, 20 dag połówicy wołowej, 20 dag ziemniaków

Rukolę wymieszaj z 2 łyżkami oliwy i łyżką osączonego kaparów. Przypraw solą i pieprzem. Mozzarellę i połówicę pokrój w plastry. Mięso obsmaż na 2 łyżkach rozgrzanej oliwy. Gdy się ładnie przyrumieni, przelóż do żaroodpornego naczynia i piec 15 minut w temp. 200°C. Ziemniaki ugotuj w osolonej wodzie, odcedź i usmaż na pozostałej oliwie. Możesz użyć oliwy aromatyzowanej, np. cytrynowej lub chili. Plastry upieczonego mięsa i mozzarelli poukładaj na półmisku na przemian w dwóch rzędach. Ziemniaki wymieszaj z sałatką z rukoli, ułóż pośrodku.

FOT.: K. DUKLAS, STYLIZACJA: M. DUKLAS



FOT.: A. ŚCICHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA

ZAPIEKANE BAKŁAŻANY

60 dag bakłażanów (2 sztuki), 50 dag pomidorów, 2 łyżki oliwy, 6 posiekanych liści bazylii, 5 łyżek startego parmezanu, 30 dag mozzarelli pokrojonej w cienkie plastry, sól, pieprz do smaku

Każdy bakłażan pokrój wzdłuż na 6 plasterów. Z plasterów zewnętrznych obierz skórkę. Bakłażany posól, odstaw na 30 minut, oplucz i wytrzyj. Teraz posmaruj oliwą z obu stron, ułóż na pergaminie i przenieś na blachę. Wstaw do gorącego piekarnika (200°C), piecz po 8 minut z każdej strony. Pomidory sparz, obierz ze skórki, przekrój na ćwiartki i usuń nasionka. Mięsz grubo pokrój, dodaj bazylię, sól i pieprz. Na blasze połóż 4 największe plastry bakłażana. Na każdym z nich układaj warstwy pomidorów, mozzarelli, parmezanu, znowu bakłażan, pomidory itd. Na końcu powinien być parmezan. Wstaw na 10-15 minut do gorącego piekarnika, aż mozzarella się rozpuści i przypieczce.



KOTLECICKI JAGNIĘCE

po 2 kotleciki jagnięce na osobę, sok z cytryny, pieprz, oliwa
KRUSZONKA: 5 dag posiekanych pistacji, skórka z cytryny, 1 łyżka tartej bułki, 4 dag pokruszonego białego chleba, 2 posiekane peperoncino, ew. bazylii i mięta

ORAZ: 40 dag ziemniaków, oliwa do smażenia, 1-2 ząbki czosnku, garść czarnych oliwek bez pestek, suszony rozmaryn, 1 peperoncino, sól, kilka pomidorków koktajlowych
Kotleciki skrop sokiem z cytryny, posól i natrzyj oliwą. Przełóż na talerz, przykryj folią i wstaw na godzinę do lodówki. Przygotuj kruszonkę: wymieszaj posiekane pistacje z odrobiną skórki cytrynowej, tartą bułką, pokruszonym białym pieczywem i posiekanymi papryczkami peperoncino. Możesz przyprawić do smaku mięta i bazylią. Przygotuj ziemniaczki: obierz je, powycinaj kulki, obsmaż na dobrze rozgrzanej oliwie. W trakcie smażenia dodaj obrane i przekrojone na połowę ząbki czosnku. Gdy ziemniaczki będą prawie miękkie, wrzuć oliwki, peperoncino i suszony rozmaryn. Kotleciki jagnięce wyjmij z lodówki, upiecz na grillu, posyp kruszonką. Zapiekać jeszcze przez chwilę (króciutko). Pomidorki koktajlowe natnij na krzyż, posól i popieprz. Grilluj przez chwilę razem z mięsem. Kotleciki podawaj z kuleczkami z ziemniaków i grillowanymi pomidorami.



FOT.: A. ŚCICHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA



FIGI W SOSIE KARMELOWYM

12 małych dojrzałych fig, **15** dag cukru pudru, **1** łyżka soku z cytryny, kawałek kory cynamonu, **2** goździki, szczypta imbiru i kardamonu, ziarna owocu granatu do przybrania

Figi oplucz i ponacinaj na krzyż. Cukier puder wymieszaj z sokiem cytrynowym, przyprawami i 2 łyżkami wody. Gotuj na małym ogniu około 5 minut. Włóż figi, wymieszaj, podgrzewaj 8 minut pod przykryciem. Przelóż na talerzyki deserowe, a syrop gotuj do chwili, aż się lekko skarmelizuje. Figi podawaj polane sosem karmelowym, posypane ziarnami granatu. Dobrym dodatkiem są także lody o smaku fig lub karmelowe.



TORCIK KORZENNY

3 małe krążki biskoptu, **2** gruszki, **50** ml rumu

SYROP: **50** ml octu winnego, **100** ml mocnej kawy, **15** dag cukru pudru, **1** dag kardamonu, **6** gwiazdek anyżu, **5** dag korzenia tamarindynu, kawałek cynamonu

KREM: **8** żółtek, **15** dag cukru pudru, **50** dag sera mascarpone, **40** ml likieru Amaretto

Gruszki obierz, przekrój na pół i usuń pestki. Ugotuj syrop z octu, cukru i przypraw. Gdy zacznie gęstnieć, wlej 200 ml wody, włóż owoce. Ugotuj je, wyjmij i pokrój na plasterki. Syrop zagotuj z kawą, nasącz krążki biskoptu. Zrób krem: żółtka ubij na parze z cukrem pudrem. Gdy masa będzie puszysta, dodaj ser i likier. Ciasto przelóż gruszkami i kremem, wstaw do lodówki. Pokrój i udekoruj wg uznania.



PARDULAS

NAJSŁODSZE WŁOSKIE CIASTA POCHODZĄ Z SARDYNII I SYCYLII. MAJĄ MIODOWY SMAK I PACHNĄ KORZENNymi PRZYPRAWAMI. ZDOBI JE MARCEPAN, LUKIER I KANDYZOWANE OWOCE. SĄ NAPRAWDĘ PIĘKNE



FOT.: A. ŚCIEHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA

PARDULAS

CIASTO: **12** dag mąki, szczypta soli, **1** łyżka zimnego masła,

1 łyżeczka płynnego miodu, **4** łyżki wody

NADZIENIE: **15** dag ricotty, **2** łyżki cukru, **1** żółtko, skórka z 1/2 cytryny i 1/2 pomarańczy, **1** łyżeczka rodzynek, **2** białka, miód do polania ciasteczek

Mąkę posól, posiekaj z masłem. Wlej miód i wodę, zagnieć. Włóż na 30 minut do lodówki. Ciasto rozwałkuj, wytnij kółka o średnicy 10 cm. Ułóż na blasze wyścielonej pergaminem. Brzegi kólek podnieś do góry, „przyszczyp”, aby powstał brzeg (1 cm). Ciastka włóż na 15 minut do lodówki. Ricottę utrzyj z cukrem i żółtkami, dodaj skórki z cytrusów i rodzynek oraz pianę z białek. Napelnij ciastka, piecz 35 minut w temp. 180°C, na dolnym poziomie piekarnika. Pardulas podaje się skropione miodem.





FOT.: A. ŚCICHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA

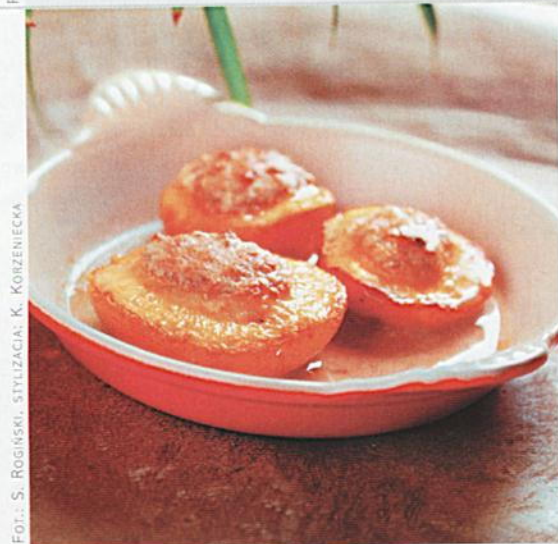
CASSATA

BISZKOPT: 6 jajek, 20 dag cukru, 20 dag mąki, 9 łyżek likieru Maraschino

NADZIE: 80 dag ricotty, 28 dag cukru, rdzeń połowy laski wanilii, 25 dag kandyzowanych owoców,

10 dag gorzkiej czekolady

DEKORACJA: rdzeń połowy laski wanilii, 5 dag cukru, 5 dag pistacji, 2 szklanki śmietany kremówki, owoce kandyzowane
Zrób ciasto: jajka wbij do metalowej miseczki, utrzyj z cukrem. Następnie ustaw nad parą i ubijaj 10 minut. Zdejmij z ognia, ubijaj, aż masa ostygnie. Lekko wymieszaj z mąką, przelóż do tortownicy (natłuszczonej i posypanej mąką). Piecz 40 minut w temp. 170°C. Zrób masę: zagotuj cukier z 200 ml wody i wanilią. Gotuj 10 minut, odstaw na pół godziny. Ciepły syrop cukrowy wymieszaj z ricottą. Dodaj posiekane owoce i pokrojoną czekoladę. Ciasto wyjmij z formy i przekrój na 3 placki. Pierwszy ulóż na paterze i skrop 3 łyżkami likieru. Posmaruj połową masy, przykryj drugim krążkiem ciasta. Skrop likierem, posmaruj resztą masy. Nałóż ostatni krążek ciasta, jeszcze raz skrop likierem i przyciśnij. Wstaw na 4 godziny do lodówki. Ubij śmietanę z wanilią i cukrem, posmaruj brzeg i wierzch tortu. Udekoruj owocami, posyp pistacjami. Uwaga: Sycylijczycy przykrywają cassatę marcepanowym płaszczykiem.



FOT.: S. ROGIŃSKI, STYLIZACJA: K. KORZENIECKA

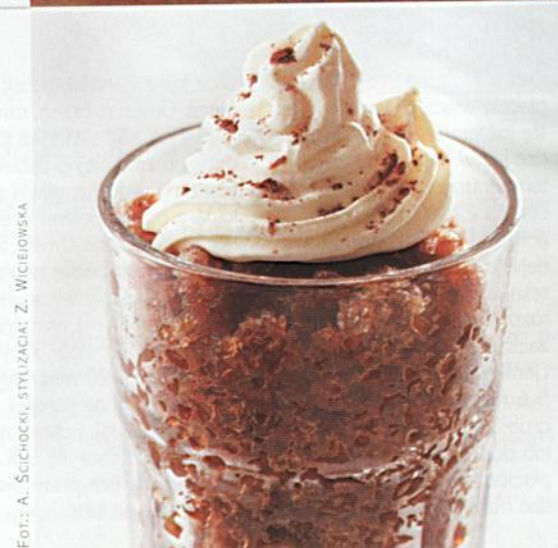
BRZOSKWINIE ZAPIEKANE

4 brzoskwinie, 8 dag obranych migdałów, 5 dag ciasteczek

„brutti e buoni” (lub korzennych herbatniczków),

2 żółtka, 3 łyżki cukru, 1/2 szklanki słodkiego białego wina, łyżka masła

Brzoskwinie sparz, obierz, przekrój i usuń pestki. Migdały upraż w piekarniku (powinny trochę ściemnieć). Posiekaj migdały, pokrusz ciasteczka. Żółtka utrzyj z cukrem. Połówki brzoskwiń ulóż w żaroodpornym naczyniu wysmarowanym masłem. Wymieszaj migdały z ciasteczkami i utartymi żółtkami, napełnij miejsca po pestce. Owoce skrop winem, resztę wina wlej na dno naczynia. Piecz 30-40 minut w temp. 180°C, aż skorupka nadzienia będzie złocista.



FOT.: A. ŚCICHOCKI, STYLIZACJA: Z. WICIEJOWSKA

GRANITA

1 litr mocnej kawy, 200 ml śmietany kremówki,

3 łyżki cukru

Cukier rozpuść w gorącej kawie, odstaw do ostygnięcia. Wlej do płaskiej, najlepiej metalowej formy, wstaw na trzy, cztery godziny do zamrażalnika. Gdy utworzy się cienka warstwa lodu, zdrap ją łyżką i ponownie dodaj do niezamrożonej kawy. Czynność powtarzaj, aż powstanie gruboziarnista masa kawowa. Jeszcze raz przypraw ją cukrem do smaku, przelóż do wysokich pucharków i podawaj z bitą śmietaną. Uwaga: kremówka jest wystarczająco słodka, można ubijać ją bez cukru lub tylko z odrobiną wanilii.



PIZZA

CHCESZ NADAĆ PIZZY NEAPOLITAŃSKI CHARAKTER? WYSTARCZY, ŻE ZMODYFIKUJESZ FARSZ – KIELBASE ZAMIENISZ NA TUŃCZYKA, A POLSKI SER NA MOZZARELLĘ

Po co robić pizzę w domu, pomyślałaś zapewne, skoro można ją kupić lub zamówić? Tak, to prawda. Jeśli jednak się nie spieszysz, zrób to włoskie danie sama. Przekonasz się też, że pizza kupiona tak się ma do domowej jak produkt ser-ryny do unikatowego. Zanim powiem ci, co masz przygoto-

wać, jeszcze jedna uwaga. Jak wiadomo, pizza to placek chlebowy z najróżniejszymi farszami. Toteż w tym przepisie jedna część – ciasto – jest niezmienna, a wierzch tylko przykładowy. Farsz możesz zmodyfikować bądź całkowicie zmienić. Pizza z tej ilości składników nakarmisz 3-4 osoby.



PRZYGOTUJ

NA CIASTO: 30 dag mąki, 2 łyżki oliwy, 2 dag drożdży, 200 ml wody mineralnej (niegazowanej), łyżeczka cukru, pół łyżeczki soli

NA FARSZ: mała puszka

pomidorów bez skórki,

20 dag wędliny, 3 cebule,

30-40 dag pieczarek,

20 dag twardego sera

w kawałku, kilkanaście oliwek

albo łyżka kaparów, łyżeczka

oregano, po ćwierć łyżeczki

tymianku i bazylii, oliwa lub

olej do smażenia, sól

PRZYGOTUJ RÓWNIEŻ: garnuszek

na rozczyń, łyżkę, małą miskę,

nóż, deskę do krojenia,

patelnię, 3 miseczki, pergamin

lub dużą tortownicę, duży

plaski talerz



1

Połowę wody lekko podgrzej, dodaj drożdże, wsyp cukier i mieszaj, aż drożdże się rozpuszczą. Usyp kopczyk z mąki, zrób w nim wgłębienie, wlej drożdże, wymieszaj z częścią mąki. Wlej resztę wody, oliwę, wsyp sól, zamieszaj, a gdy mąka wchłonie płyny, zagniataj ciasto rękami. Po 10 min stanie się gładkie, elastyczne. Uformuj z niego kulę, przykryj ściereczką i odstaw w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Powinno podwoić swoją objętość. Nie trwa to dłużej niż 30-40 min.



2

Cebulę obierz, pokrój w talarki i podsmaż na złoto na 2 łyżkach oliwy, posól. Umyj i osusz pieczarki, pokrój w plasterki, wrzuc na gorącą patelnię, odparuj, dodaj łyżkę oliwy, usmaż je na złoto i posól. Pomidory wyjmij z zalewy, drobno pokrój, włóż do osobnego naczynia. Wędlinę pokrój w szerokie paski. Zetrzyj ser na wiórki. Krojenie i smażenie zabrało ci przynajmniej 30 minut. Sprawdź, może ciasto już wystarczająco wyrosło? Jeśli nie, poczekaj jeszcze kilka minut.



3

Zanim zaczniesz formować placek, włącz piekarnik. Niech się już grzeje, bo pizzę piecze się w bardzo wysokiej temperaturze. Ustaw termostat na 220°C. Kulę ciasta połóż na środku wysmarowanej oliwą formy, rozplaszcz ręką, a potem równomiernie rozprowadzaj po dnie dłonią zaciśniętą w pięść. Spód cienkiej pizzy powinien mieć 5-6 mm grubości, trochę grubszej 7-8 mm. Wylep rant lub podnieś palcami brzegi placka, żeby były nieco wyższe niż spód.



4

Ułóż farsz i wstaw placek do pieca. Omijając brzeg, równomiernie rozłóż składniki: pomidory, potem kolejno cebulę, pieczarki, wędlinę, oliwki albo kapary, posyp ziołami i serem. Poczekaj jeszcze chwilę, żeby piekarnik dobrze się nagrzał, i wstaw pizzę. Powinna się piec, aż brzeg się wyraźnie zrumieni, a ser stopi. Zwykle trwa to około 20 min. Wyjmij placek, pokrój na porcje i natychmiast podaj. Postaw na stole pieprz, paprykę, sól. Niech każdy przyprawi swą porcję tak, jak lubi.



gotuj z Pascalem

JEŚLI KIEDYŚ ODWIEDZICIE SARDYNIĘ, KONIECZNIE SKOSZTUJCIE TUTEJSZEGO SPECJAŁU – BOTTARGI. POZA WYSPĄ JEST BARDZO DROGA I MOŻNA JĄ KUPIĆ TYLKO W NIELICZNYCH DELIKATESACH. BOTTARGA TO SPRASOWANA SOŁONA IKRA MUGILI LUB TUŃCZYKÓW. JE SIĘ JĄ Z CHLEBEM LUB MIESZA Z OLIWĄ I DODAJE DO SPAGHETTI



ZRAZY Z BAKŁAŻANA

1 duży bakłażan (ok. 70 dag),
20 dag szynki, 15 dag sera pecorino
lub parmezanu, sos pomidorowy
z bazylią, sól, pieprz

Pokrój bakłażana wzdłuż na plastry o grubości 1/2 cm. Umyj je, posól i poczekaj, aż puszczą wodę. Wówczas osącz. Upiecz plastry bakłażana na grillu lub usmaż na patelni. Na bakłażanach kładź plastry szynki mniej

więcej takiego samego kształtu, a na to plasterki pecorino. Przygotowane bakłażany zwiń jak zrazy i zepnij wykałaczkami. Do żaroodpornego naczynia wlej sos pomidorowy. Do środka włóż zrazy, posyp całość resztą sera. Piecz 10 minut w temp. 180°C. Podawaj gorące.



ZABAJONE Z MARSALĄ

6 żółtek, 5 dag cukru, szczypta
cynamonu, 200 ml wina Marsala,
50 ml rumu

W metalowej miseczce ubij żółtka z cukrem na jasnokremową puszystą masę. Cynamon rozpuść w Marsali, wymieszaj z rumem. Powoli wlewaj wino do masy jajecznej, nie przerywając przy tym ubijania. Miseczkę ustaw w kąpielii wodnej (w większym garnku zagotuj wodę, zmniejsz ogień. Ponad parą umieść miseczkę z kremem), ubijaj, aż masa będzie gładka i gęsta. Wyjmij miseczkę z kąpielii wodnej i przelóż krem do pucharków.



poprostugotuj.onet.pl