





# CUCINA DI NONNA

Of je nu in een kleine osteria eet of bij Italianen thuis: wie een kijkje in de keuken neemt, ziet dat dames op leeftijd daar de dienst uitmaken. Wat het geheim is van deze nonna's? Samuel Levie gaat in de leer

Recepten **Giulietta & Simonetta** Tekst **Samuel Levie**  
Fotografie **Saskia van Osnabrugge**







**M**et ferme slag gebruiken ze hun doorleefde handen om het pastadeeg te bewerken. Aan de manier waarop ze door hun keuken manoeuvreren, zie je duidelijk dat ze zich op vertrouwd terrein bevinden. Hoewel in chique restaurants steeds vaker mannelijke chefs de scepter zwaaien, zijn de nonna's nog altijd de rocksterren van de echte Italiaanse keuken. Deze dames op leeftijd geven geduldig hun kennis door aan de volgende generatie en halen het grootste geluk uit het koken voor hun naasten. Ik denk dat die liefde en aandacht de smaak van goed Italiaans eten definiëren.

Al jaren wil ik de keuken in met de Italiaanse godmothers om hun keukengeheimen te leren. Ik bel mijn vriend Dario Cecchini, de bekendste slager van Italië, en vraag hem om hulp. Nog geen twee weken later sta ik na een bezoek aan de kruidenier in Panzano in de keuken bij twee van zijn favoriete nonna's, Simonetta en Giulietta. Terwijl ze luid kleppend hun boodschappenmanden legen, leggen ze mij uit dat we het belangrijkste van Italiaans koken eigenlijk al achter de rug hebben: goed inkopen doen. Wie smakvolle, kleine courgettes koopt, kan daar eigenlijk niets meer aan verpesten. En een goede tomaat ruik je van ver. Daar hoeft alleen nog wat olijfolie en zout over om er een wereldgerecht van te maken. Maar Italiaans koken makkelijk: ho even! Als ik dat suggereer, word ik streng aangekeken. Alsof de beste ingrediënten uitkiezen makkelijk is. Perfectie bereik je niet zomaar.

Zittend op een bankje in een tuin vol olijfbomen probeer ik me nuttig te maken. Met een mes ontdoe ik zo voorzichtig mogelijk de zorgvuldig uitgekozen courgettes van hun bloemen. Als ik even mijn aandacht verlies terwijl ik over de wijnvelden uitkijk, word ik onmiddellijk door twee ontstelde dames tot de orde geroepen. De courgette wordt uit mijn hand getrokken en ik moet toekijken terwijl Giulietta het opnieuw voor doet. Mamma mia! Deze dames zijn strenger dan alle chefs voor wie ik ooit werkte. Maar ze lachen ook veel meer. Terwijl we als een team dat al jaren samenwerkt een met peterselie gevulde pasta maken, leggen zij uit dat er geen groter blijk van waardering bestaat dan je familie en je vrienden lekker eten voorzetten. En met dat eten dient dan ook respectvol omgegaan te worden. Niets wordt weggegooid. Ze leggen me uit dat een groot aantal Toscaanse gerechten juist bedoeld is om kliekjes te verwerken. Oud brood gaat in de panzanella en als er vlees over is, maak je daar een salade van. Eigenlijk is de Toscaanse keuken van deze nonna's recht voor z'n raap. Als je mooie producten hebt gevonden, moet je er vooral niet te veel aan doen. En iedere regio kookt anders. Giebelend vertellen ze dat in Calabrie alles pittig is, in het noorden eten ze veel vlees en kaas en aan de kust alleen vis. 'Eigenlijk is Toscane het best. Dat zit overal precies tussenin.' De belangrijkste les die ik leer, is dat je nooit mag beginnen met koken voordat je goede olijfolie hebt. Die vloeit dan ook rijkelijk terwijl ze steeds herhalen: 'In Toscane doen we dat zo...' Dus, koop een mooie olijfolie en get cooking met deze recepten van nonna Giulietta en



## MALTAGLIATI AL PREZZEMOLO

Van Giulietta Samuel: 'Maltagliati' betekent eigenlijk zoveel als 'verkeerd gesneden'. Deze pasta met peterselie erin mag dan verkeerd gesneden zijn, hij is bijna te mooi om op te eten. Ik stelde voor om hem als gordijn te gebruiken, maar die grap vonden ze niet leuk.'

### 4 personen

- 400 g bloem, plus extra
- 4 eieren
- 1 bosje bladpeterselie, blaadjes afgehaald
- 20 blaadjes salie
- 60 g boter
- 50 g parmezaan

**1** Doe de bloem in een diepe mengkom en maak er een kuiltje in. Breek de eieren erboven en kneed ze erdoor met de hand tot er een stevig pastadeeg ontstaat. Verdeel het deeg in 6 gelijke bollen en wikkel ze in plasticfolie. Neem 1 deegbol apart en bewaar de andere 5 tot gebruik in de koelkast.

**2** Rol de deegbol uit met een pastamachine. Begin op de ruimste stand en herhaal tot de op één na smalste stand.

**3** Leg de lange pastastrook op een met bloem bestoven werkvlak. Leg op de helft van het oppervlak blaadjes peterselie - laat steeds een centimeter ruimte tussen elk blaadje. Vouw het pastadeeg dan dubbel.

**4** Haal de dubbelgevouwen pastastrook nu op de dunste stand door de machine. Er ontstaat een deeg waarin de petersieblaadjes duidelijk zichtbaar zijn. Snijd met een mesje of pastasnijder onregelmatige, schuine stukken van de pasta.

**5** Neem de andere deegbollen een voor een uit de koelkast en maak op dezelfde manier pastastukken met peterselie erin. Leg de stukjes pasta op een met bloem bestoven plank,



MALTAGLIATI AL PREZZEMOLO

zodat ze niet aan elkaar plakken.

**4** Zet een grote pan water met zout op het vuur en breng aan de kook. Verwarm intussen in een andere pan de boter. Voeg de salieblaadjes toe als de boter is gesmolten en breng eventueel op smaak met wat zout en peper.

**5** Kook de stukken pasta in circa 4-5 minuten gaar. Roer af en toe om plakken te voorkomen. Giet de pasta af in een vergiet en roer de stukken door het botermengsel. Rasp de parmezaan grof en serveer de pasta in voorverwarmde borden, met de geraspte kaas en wat versgemalen zwarte peper.

## Liefs uit Panzano

Giulietta en Simonetta wonen beiden in het schilderachtige dorp Panzano, zestig kilometer ten zuiden van Florence in de regio Toscane. Simonetta werkt als chef-kok in restaurant Solociccia, van eigenaar en bekende slager Dario Cecchini, die het verwerken van vlees tot een ware kunst heeft verheven ([dariocecchini.com](http://dariocecchini.com)). Twee kilometer buiten het dorp ligt de prachtige, traditonele bed & breakfast Fagiolari waar Giulietta eigenaresse van is. Hier kookt ze niet alleen Italiaanse klassiekers van de streek voor haar gasten, bezoekers kunnen ook kookles bij haar volgen en zo kennismaken met de Toscaanse keuken ([fagiolari.it](http://fagiolari.it)).





PANZANELLA



BRUSCHETTA AL BIETOLA

## PANZANELLA

**Van Giulietta** 'Toen ik vertelde dat ik thuis geroosterd brood gebruik voor panzanella, begonnen beide dames heel hard te lachen. Oud witbrood van goede kwaliteit vormt de basis van dit recept. Gebruik beslist geen fabrieksbrood voor panzanella; als je dat in water weekt blijft er weinig van over.'

### 4 personen

- 400 g stevig oud witbrood
- 2 flinke, rijpe tomaten
- ½ rode ui
- 1 bosje basilicum
- 2 el rodewijnazijn
- olijfolie

**1** Week het brood 2-3 minuten in koud water. Knijp dan zo veel mogelijk water uit het brood en verkruimel het tussen je vingers.

**2** Snijd de tomaten in kleine blokjes, snipper de rode ui en pluk de blaadjes basilicum – scheur ze in grove stukjes.

**3** Doe alle ingrediënten in een grote kom en breng op smaak met rodewijnazijn, een flinke scheut lekkere olijfolie en wat zout en versgemalen peper. Serveer meteen.

## BRUSCHETTA AL BIETOLA

**Van Simonetta** 'Simonetta stelde voor dit recept te maken, waarop ik vroeg of het niet wat spannender mocht zijn. "Spannender?" vroeg ze. "Wie wil er nou iets spannends maken als je snijbieten hebt?" gaf ze als antwoord.'

### 4 personen

- 400 g snijbiet
- 12 sneden brood
- olijfolie
- 2 tenen knoflook
- 50 ml water
- pecorino

**1** Verwijder de onderste, harde stukken van de stelen snijbiet. Deze zijn vaak wat draderig en taai. Snijd de rest van de snijbiet fijn met een scherp mes.

**2** Verwarm een flinke scheut olijfolie in een koekenpan op middelhoog vuur. Plet de tenen knoflook en bak ze in 1-2 minuten goudgeel.

**3** Voeg de snijbiet toe en bak de stukken ongeveer 1 minuut mee. Voeg vervolgens een klein glaasje water toe, zodat het geheel in 2-3 minuten gaar stoomt. Laat de snijbiet even uitlekken in een zeef.

**4** Breng de snijbiet op smaak met zout en versgemalen zwarte peper. Smeer de plakken brood dan in met een beetje olijfolie. Verhit een grillpan op hoog vuur tot hij begint te roken. Rooster het brood 3-4 minuten of tot er mooie schroeistrepen ontstaan. Serveer de plakken brood met de snijbiet erop. Rasp over iedere bruschetta nog wat pecorino.

## INSALATA DI POLLO

**Van Giulietta** 'Om heel eerlijk te zijn kon ik me weinig voorstellen bij deze salade van Giulietta. Maar wow! Dit gerecht bewijst weer dat lekker koken heel erg simpel kan zijn.'

### 4 personen

- ½ kip (of 3 biologische kipfilets)
- ½ witte ui
- 3 wortels, 1 in grove stukken
- 1 krop bleekselderij, 1 stengel in grove stukken
- 2 laurierblaadjes
- 1 bosui
- 1 paprika
- olijfolie & azijn

**1** Leg de halve kip in een grote soeppan met koud water. Voeg de ui,





INSALATA DI POLLO



SIMONETTA'S PERZIKTAART

gesneden wortel en bleekselderij, de laurierblaadjes en wat zout toe.

Breng het geheel aan de kook, draai het vuur laag en laat de kip in ongeveer 30 minuten gaar worden.

2 Haal de kip met een schuimspaan uit de pan en leg hem op een bord. Zeef het kookvocht boven een schone (diepvries)bak. Gebruik het later of vries het in – dit is een perfecte basis voor soepen, sauzen of risotto.

3 Laat de kip afkoelen en pluk al het vlees van het karkas. Snijd het in kleine blokjes.

4 Snijd alle overgebleven groenten heel dun (eventueel op een mandoline, gebruik dan de beschermkap!) en meng ze met het vlees. Maak een simpele dressing van wat azijn en een flinke scheut olijfolie en schep die door de kipsalade. Breng op smaak met zout en peper. Serveer met een lekker stuk geroosterd brood als lunch of lichte avondmaaltijd.

**Tip** Gebruik voor dit recept biologische kip, bijvoorbeeld van KemperKip in Zelhem (kemperkip.com) of ga voor een biokip uit de supermarkt. De overgebleven kip kun je invriezen voor later gebruik.

### SIMONETTA'S PERZIKTAART

'De olijfoliecake van Simonetta is berucht in Panzano. Als je eenmaal begint te eten, houd je niet meer op. Je kunt verschillende soorten fruit gebruiken voor deze cake - vervang de perzik bijvoorbeeld eens door appels of pruimen.'

6-8 personen

- 5 eieren
- 200 g suiker
- sap van ½ sinaasappel
- 300 g bloem
- 1 zakje bakpoeder (à 15 g)
- 50 ml olijfolie
- 25 ml vin santo of cognac
- snuf zout
- 2 perziken

1 Klop in een keukenmachine of met een elektrische mixer de eieren luchtig met de suiker. Voeg het sinaasappelsap al kloppend toe.

2 Zeef de bloem boven het eiermengsel en voeg een snuf zout, plus het bakpoeder toe. Mix alle ingrediënten goed door elkaar, tot er geen klontjes meer in zitten.

3 Voeg nu geleidelijk de olijfolie toe en daarna de vin santo, tot er een mooie emulsie ontstaat.

## Zo word je nonna

Samuel Levie: 'Toen ik in Italië was, leerde ik al snel dat koken als een echte nonna vooral betekent dat je heel goed moet kunnen improviseren. Nonna's volgen bijna geen recepten, maar kijken hoe een ingrediënt langzaam van kleur, geur en structuur verandert tijdens het koken. Je kunt niet zeggen hoe lang iets in de oven moet of wanneer iets gaar, laat staan perfect is. Dat kun je alleen maar proeven en ruiken. Koken is dus iets waar je je volle aandacht bij moet houden en wat je op gevoel doet. Een andere belangrijke les van de Italiaanse nonna's is dat koken alleen maar echt goed kan lukken als je kraakverse ingrediënten gebruikt. De kwaliteit van de basisproducten wordt vaak zelfs boven het vooraf bepaalde menu verkozen. Dat betekent dat je ook flexibel moet zijn met de keuze van je ingrediënten. Als het rundvlees er niet mooi uitziet, gebruik je varken en als de perziken voor de taart niet mooi zijn, neem je gewoon ander rijp fruit dat er wel goed uit ziet. En vooral lekker smaakt! Laat je leiden door het aanbod en niet door wat er op papier staat en je zult zien dat je kunt koken als een echte nonna.'





## Fiori di zucca

Courgettes worden in Italië veel gegeten. Niet die grote, waterige exemplaren die hier in de supermarkt liggen, maar de kleine, stevige courgettes die niet groter zijn dan zo'n 15 cm. Dan zijn ze op hun zoetst en hebben ze een knapperige bite. Courgetteplanten hebben grote gele bloemen waaruit de vrucht (courgette) zich ontwikkelt. Er is een verschil tussen mannelijke en vrouwelijke bloemen. De mannelijke bloem groeit aan de steel van de plant en is het geschiktst om te vullen en te frituren, omdat hij wat groter is. De vrouwelijke bloem groeit aan de vrucht zelf. Ook deze bloem is eetbaar en wordt vaak verwerkt met de courgette eraan.

Courgettebloemen zijn in Nederland in de zomer verkrijgbaar bij de betere Turkse buurtwinkel, bij de groenteboer en op de (biologische) markt. Laat ze niet liggen, ze zijn niet ingewikkeld te bereiden en de smaak is heel erg de moeite waard. Verwijder de stamper van de bloem (want die is bitter) en controleer de binnenkant op insecten. Was de bloem voorzichtig en dep hem droog. Maak vervolgens een vulling met bijvoorbeeld verse kruiden en ricotta; in Italië wordt er vaak nog wat ansjovis aan dit mengsel toegevoegd. Overigens kun je jonge bloemen ook rauw in een salade verwerken.



IN HET SEIZOEN

**4** Verwarm de oven voor op 180 °C. Ontdoe de perzikken van hun pit en snijd het vruchtvlees in plakjes. Meng de helft van de plakjes door het beslag en giet het in een ingevet taartblik. Druk de andere helft van de plakjes boven in het beslag.  
**5** Bak de cake 45 minuten, laat hem kort afkoelen op een rooster en serveer lauwwarm.

### FIORI FRITTI RIPIENI DI RICOTTA

Van Simonetta 'Courgettebloemen vind je in juni t/m augustus op de markt of in de Turkse winkel. Bereid ze zoals wij dat deden; klassiek!'

**4 personen**

- 250 g bloem
- 200 ml spuitwater
- 25 ml olijfolie
- 1 el grappa

**Voor de bloemen**

- 100 g parmezaan
- 200 g verse ricotta
- rasp van 1 citroen

- 8 courgettebloemen
- 1 l arachideolie

**1** Klop voor het beslag de bloem, olijfolie en grappa met een garde en voeg langzaam het spuitwater toe tot je een glad beslag hebt.

**2** Rasp voor de bloemvulling de parmezaan fijn en meng hem met de ricotta en citroenrasp. Breng op smaak met zout en peper. Vul iedere bloem met een flinke lepel van het kaasmengsel.

**3** Verwarm de olie in een diepe pan met dikke bodem tot ongeveer 180 °C (of gebruik een frituurpan). Je kunt testen of de olie heet genoeg is door er een klein beetje beslag in te laten vallen. Als het direct naar het oppervlak komt en er belletjes ontstaan, is het goed.

**4** Haal de bloemen voorzichtig door het beslag en laat ze in de olie zakken. Frituur hooguit twee bloemen per keer rondom goudbruin en krokant. Laat ze uitlekken op keukenpapier. Serveer meteen. ●



A white oval plate is filled with a vegetable salad and two fried zucchini flowers. The salad consists of sliced zucchini, shredded carrots, and other vegetables in a dressing. The fried zucchini flowers are golden-brown and appear to be stuffed. The plate is set on a rustic, reddish-brown surface. A purple flower is visible in the upper right corner, and a small bowl of white powder is in the lower left corner.

**GOED  
GEVULD**

FIORI FRITTI RIPIENI  
DI RICOTTA