



## ITALIAANS VERS PASTADEEG MAKEN MET DE HAND



Simona Bussé - Het gezin Bussé bereidt verse pasta

De legende wil dat de Venetiaanse ontdekkingsreiziger **Marco Polo lange noedels** zou hebben meegebracht naar Italië bij zijn terugkeer uit **China**. Historici hebben echter bewezen dat lang voor zijn tijd pasta reeds bloeide in de Griekse en Romeinse tijd. Sicilië, onder Arabisch bewind tot het einde van de 11de eeuw, produceerde pasta die de Arabieren meenamen op hun lange tochten doorheen de woestijn. In de 16de eeuw brachten Napels en Genua de eerste gildes van pastamakers voort. **Geleidelijk aan ging pasta deel uitmaken van de dagelijkse kost van de Italianen**. En deze traditie namen ze mee toen ze migreerden naar België, begin 1900.

Pasta (Italiaans voor deeg) zijn **deegwaren** van harde tarwe, durumtarwe, maar ook zachte tarwe en andere fijngemalen meelsoorten. Kleurrijk of traditioneel, met of zonder ei, alles op de weegschaal afgemeten of op gevoel. Authentiek Zuid-Italiaans pastadeeg bewerk je in ieder geval enkel met de hand en zonder machines of ander gereedschap. Winkels bieden droge pasta aan. Voor velen kan niets tippen aan de smaak van de verse versie.

**Durumtarwe** is typisch voor landen rond de Middellandse Zee. Heel grof gemalen durumtarwe heet bulgur, meer gemalen wordt couscous en nog meer gemalen resulteert in griesmeel. Het laatste allerfijnste maalstadium, de semolina of semola rimacinata, wordt gebruikt voor de Italiaanse pasta.

Aan de droge component, bloem, wordt een natte component toegevoegd. Meestal water, met of zonder ei. **Ingrediënten** hangen af van gebruiken in een regio en/of lokale grondstoffen. Noord-Italianen verwerken eerder zachte tarwe, type 00, dezelfde als voor pizza en patisserie. Eieren maken de pasta harder en zwaarder. Hoe noordelijker in Italië, hoe meer eieren door het deeg en hoe meer room en kazen in de saus. Zuid Italianen gebruiken minder ei voor het deeg en meer tomaten voor pikante sauzen. 'Gnocchi' bestaan uit bloem gemengd met gekookte aardappel in schil of ricotta.

De **hedendaagse koks** vervangen soms de natte component van pasta, het water, door olie of door het sap van gekookte gemixte spinazie, of andere groenten die een mooie kleur geven. Ze werken met nieuwe types meel, zoals kastanje of kikkererwtenmeel.

Voor handgemaakte pasta gebruik je enkel durumtarwe en warm gezouten water. Geen gewone tarwe, want tijdens het koken is de binnenkant nog hard wanneer de buitenkant al slijmeriger wordt. Pasta uit durumtarwe blijft egaal, zowel aan binnen- als buitenkant. Je vil erin kunnen bijten, niet dat de pasta op de tong smelt.

Het **kned**en activeert de gluten in het meel en zorgt voor de elasticiteit van het deeg. Onze oma's kneedden soms urenlang. Vandaag doen we dit sneller. Op zijn minst 10 minuten, met de hand of in de keukenrobot.

Na het kneden wordt de bol deeg bedekt met een handdoek, een ronde omgekeerde kom of een plasticfolie. Om zo weinig mogelijk aan de lucht te zijn blootgesteld. Het deeg moet minstens een kwartier **rusten** op kamertemperatuur. Een uur laten rusten is beter voor de binding.

En nu, het moeilijkste deel van het maakproces: **de pasta een vorm geven**. Je plukt een stukje deeg, minstens zo fijn als een pink, maximaal

zo dik als een duim. Je rolt het tot een balletje of tot een worstje. Voor 'orecchiette' duw je een balletje uit met de vinger of een botermesje. Of druk je het op de achterkant van een vork of een rasp.

Rol je het stukje deeg in een dun wormpje, waaraan je een twist geeft, dan heb je wat we in Italië noemen de 'strozzapreti', ofwel de gewurgde pater. Heel lange worstjes heten 'pici'. Korte worsten in de vorm van een spiraal heten 'trofie'.

Als je het deeg op een breinaald oprolt en de naald nadien eruit trekt, krijg je... 'maccheroni'.

Deeg kan een week lang goed blijven in de koelkast, maar het verandert van kleur. Een betere bewaarmanier blijkt het invriezen van de rauwe bol deeg of pastavormpjes.

Onze jonge **generatie dertigers heeft de techniek van verse pasta maken van de grootouders geleerd**. De generatie ertussenin moest met zijn tweeën de kost verdienen en had geen tijd om urenlang te kneden en vormpjes te rollen.

Mijn echtgenoot en ik koken graag en willen de pasta-traditie van onze Italiaanse families en de kneepjes van het vak doorgeven. We hebben Mundo Rico opgericht, ons kookstudio te Genk, waar we onder meer de cannelloni leren maken, volgens de recepten van onze Zia (tante) Lydia en Zia Lola, beiden uit twee verschillende streken en families.

**We willen mensen aansporen om opnieuw samen aan de slag te gaan.** Wat kan op tegen een fijne avond met vrienden, familie en kinderen rond een leuke activiteit waar iedereen deel aan neemt. Een uur gezellig aan tafel, waar iedereen 200 gram bloem, 1 portie bewerkt. **Elke keer opnieuw schaaf je je techniek bij, geef je kennis door en creëer je herinneringen.** En op het einde deel je het resultaat, een lekkere maaltijd. Onze kinderen van zeven en negen jaar oud hebben de stiel al onder de knie en blijven vragen om pasta te maken



## THEMA

Eten en drinken



## TREFWOORD

#eten