

dr Bojana Kalenjuc Pivarski, vanredni profesor

NACIONALNE GASTRONOMIJE

-3. PREDAVANJE-

2020/2021



GASTRONOMIJA ITALIJE



bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

CILJ POGLAVLJA

Po završetku ovog poglavlja, moći ćete da:

- identifikujete elemente koji su uticali na formiranje gastronomije Italije;
- razlikujete jela i namirnice po regionima Italije;
- prepoznajte vrste i karakteristike sireva Italije;
- objasnite koja su jela prepoznatljiva u Italiji i kako se pripremaju;
- razlikujete pića koja su karakteristična za Italiju i
- pripremite neka jela sa ovih prostora.



PRVA ASOCIJACIJA





ISTORIJA

GEOGRAFIJA

REGIONALNA GASTRONOMIJE ITALIJE

U severnoj Italiji, Pijemont, hrana u ovom regionu uključuje kuvana mesa, palentu, supe i bogate deserte.

Naselja duž reke Po uzgajaju pirinač, crni luk, celer, artičoke, paprike i špargle. Region je poznat po svom siru - fontina.

U regionu Ligurija (Đenova) duž italijanske rivijere, sveže uhvaćeni morski plodovi su u izobilju. Bilje kao što je bosiljak, koji se koristi između ostalog za pesto đenoveze se uzgaja na padinama.



Fontina



Pinjoli

Pesto Đenoveze (Pesto Genovese)

Tradicionalno se sastoji od drobljenog belog luka, bosiljka, i evropskih pinjola pomešanim sa maslinovim uljem, parmezanom i Fiore Sardo (sirom od ovčijeg mleka). Naziv je dobio po rečima koje označavaju način pripreme u avanu.



Pesto đenoveze

Kampari (Campari)

Priča o aperitivu „kampari“ počinje šezdesetih godina 19. veka u Milanu, u baru Gaspara Kamparija. Koristeći razne trave, Kreiran je napitak magične slatko-gorke uravnoteženosti, neviđene boje rubina.



https://www.youtube.com/watch?v=6u2FQx2cSBI&feature=emb_title

bojana.kampari@dgt.uns.ac.rs

Region Lombardija (Milano) poznat kao mlečna zemlja je poznat po svom puteru i siru, aperitivu Kampari, panetone – slatkom božićnom hlebu i balzamiko sirćetu.



Panetone

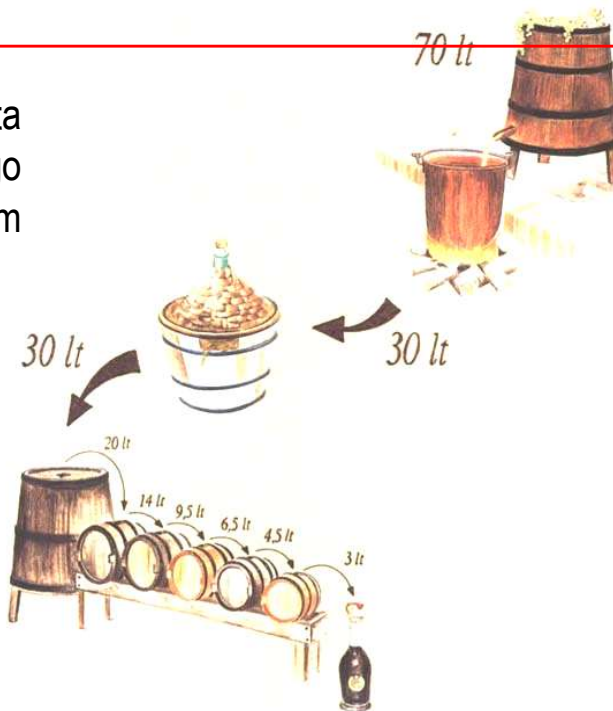
Aceto balzamiko (Aceto Balsamico)

Aceto balzamiko je posebna vrsta sirćeta od grožđa, specifičnog blago kiselog i slatkastog ukusa sa prefinjenim bukeom.

<https://www.youtube.com/watch?v=qP5iaJ-s4gc>



Aceto Balsamico di Modena

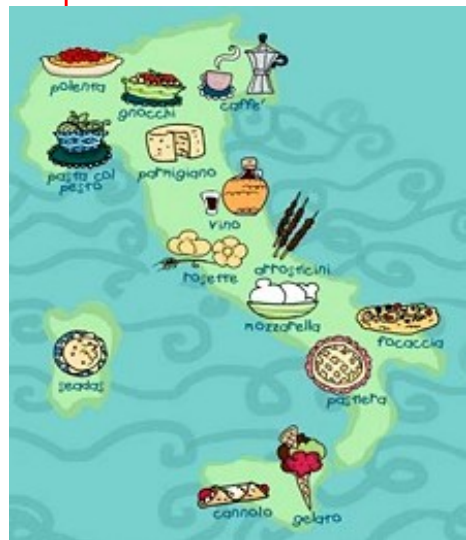


Proizvodnja Balzamiko sirćeta

Venecija je centar trgovine začinima, dominiraju pirinač, morski plodovi, palenta, pasulj i usoljeni bakalar.

Emilija-Romanja i Parma se povezuju sa mlekom, vitalnim sastojkom za treći najvažniji proizvod regiona, sir parmezan.

Plodna zemlja daje sireve, svinjske proizvode, meso i testenine, morske plodove, parmezan i pršutu iz Parme (prosciutto di Parma).



U Firenci su poznati govedina od toskanskog govečeta i Chianti (grožđe).

U centralnoj Italiji, region Marke daje idealnu poljoprivrednu blagu klimu za pšenicu, voće, kukuruz, pasulj, paradajz, testenine, palentu i lokalno bobičasto voće za seosku kuhinju. Ovce takođe pasu na ovim prostorima.

Rim je gastronomska prestonica Italije; njegova kosmopolitska kuhinja (pod uticajem severne, južne i inostrane kuhinje) uključuje pljosnate i cevaste testenine, svinjsku mast, maslinovo ulje, puter i tvrdi sir pekorino, kao i sireve mocarela i rikota.

bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs



<https://www.youtube.com/watch?v=IKHX72TAUVA>

Pršuta iz Parme



Scamorza



Caciocavallo



Provolone

Abruko je povezana sa planinskim regionom na obali Jadranskog mora, gde koze i ovce pasu na planinskim padinama, kravlje mleko se muze radi pravljenja sira (scamorza, provolone, caciocavallo), i svinje i ovce se uzgajaju radi njihovog mesa. Drugi usevi uključuju pšenicu i patlidžan, kao i slatke i ljute paprike. Abruko ima dve različite kuhinje:

- primorsku zasnovanu na ribi i
- kontinentalnu kuhinju zasnovanu na svinjetini i ovčetini.

bojana.kalapiuk@dot.uns.ac.rs

Pekorino (Pecorino)

Pekorino je vrhunski tvrdi, delikatesni sir od ovčjeg meka. Pecora znači 'ovca'. Pecorino se poput parmezana servira u malim komadima ili u ribanom obliku. Oštrog je ukusa i pikantan, savršeno se kombinuje uz voće, med ili uz crno vino. Ono što je parmezan na severu to je pecorino na jugu Italije, konzumira se kao mlad, ali i stari sir koji zri i više od 6 meseci.



Pekorino

Rikota (Ricotta)

Rikota sir je zapravo nusproizvod, jer se pravi od ostataka sirovina prilikom pravljenja sira. U svojoj osnovnoj formi, ovo je svež, kremasti, blago slatkastog ukusa i niskokalorični sir. U njenom sastavu se nalazi samo oko 5% masnoće. Konzistencije je blago granulaste, a boja snežno bela. Ovaj sir je omiljeni sastojak raznih poslastica u južnom delu Italije i na Siciliji, ali koristi se i u pripremi slanih jela.



Rikota

<https://www.youtube.com/watch?v=4K1BsXA1iEU>

bojana.kalenjuk@dgf.uns.ac.rs

Mocarala (Mozzarella)

Kvalitetna mocarela ima blag i svež ukus po mleku, to je sir s visokim procentom vode, a zapravo što je sir svežiji to je čvršći i elastičniji, dok starenjem postaje sve mekši i kiseliji. Ime dolazi od italijanske reči mozzare što u prevodu znači rezati. Mocarela se proizvodila isključivo od mleka vodene bivolice, a danas se sve češće proizvodi od drugih vrsta mleka. Izvorne mozzarelle rade se u malim grudicama promera do 6 cm, u obliku jaja. Teže između 80 i 100 g i uvek se čuvaju u vlastitoj surutki.



Mocarala

<https://www.youtube.com/watch?v=et7cMypDwqU>



Napulj je poznat po pici, mocarela siru, špagetama sa sosom od paradajza, makaronama i morskim plodovima. Napolitanci jedu obilno i poznati su po svojim desertima.

Bazilikata-Apulija je najjužniji špic Italije. U planinama se lokalno uzgajaju koze, ovce, svinje i sitna divljač a hrana u kojoj se uživa su kobasice, artičoke, kupus, ljute paprike, provalone i slatka peciva.

U regiji Apulija, Bari se graniči sa Jadranskim morem i poznat je po svojoj testenini, hlebu i morskim plodovima.

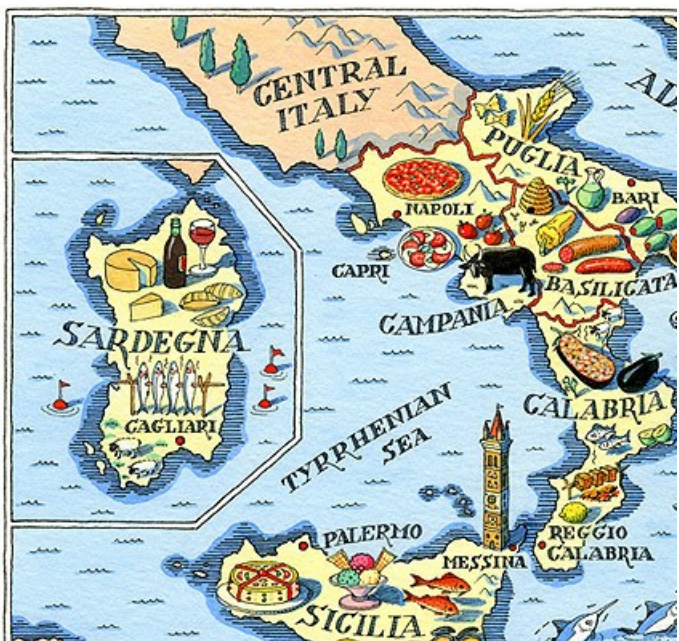
U regionu Kalabrija, Katancaro planinski teren je okružen morem sa tri strane a hrana uključuje testenine, povrće, tunjevinu i sabljarku. U regionu Kalabrija, riba se griluje i jede uz supu od povrća, testeninu i velike vekne hleba.



Inćuni



Sabljarka



Caponata

Caponata, jelo od mariniranog patlidžana i paradajza, služi se kao prilog uz sabljarku, tunjevini ili kobasicu. Na Sardiniji, kuhinja uključuje ovčetinu i kozetinu, sir, svinjetinu, meso divlje svinje, govedinu, testeninu i hleb. Sveže meso je retko, ali sve vrste salame se proizvode

Ostrvo Sicilija je planinsko, sa starom kulinarskom tradicijom, plodnom zemljom i sunčanom klimom. Proizvodi koji rastu na ovom ostrvu su pšenica, citrusno voće, smokve, patlidžan, paprike, paradajz, brokoli i bundeva sa malo mesa. Tuna, sabljarka, cipal, sardina i inćun su osnovne ribe u ovom regionu. Sicilijanci prave svoj sopstveni hleb i prave cevaste testenine koje prelivaju jako začinjanim sosovima.

Casu marzu

Casu marzu je sir napravljen od ovčijeg mleka i veoma je popularan na Sardiniji. U prevodu njegov naziv znači "truli sir", ali kolokvijalno ga svi zovu „sir sa larvama crva". Kroz njega bukvalno gamiže hiljade larvi. Pravi ljubitelji ovog sira larve ne uklanjaju dok jedu ovaj preskupi delikates.



Truli sir

<https://www.youtube.com/watch?v=Y8F-0Ogp4fU>

ISTORIJA GASTRONOMIJE ITALIJE

Poreklo italijanske kuhinje može da se prati do antičkih Etruraca i Grka.

U rimsko doba:

- divlja svinja iz Toskane,
- smuđ iz reke Tibar,
- rotkvice sa obronaka Coli Albani,
- crni luk i kupus iz Pompeja,
- šparga iz Ravene,
- praziluk iz Ostije,
- griz iz Kampanije i
- hleb i vino iz Piceno-a su bili uobičajena hrana.

Rimljani su delili sa Grcima hranu zasnovanu na hlebu, vinu i maslinovom ulju.

Hrana koja se sastojala od piva, mesa i putera je uvezena iz germanske kulture nakon invazije.

Južna Italija je bila pod arapskim uticajem, što je dovelo da upotrebe citrusnog voća i šećera od šećerne trske koji su zamenili sirće i med, a koji su se koristili usled rimskog uticaja.



Na kraju renesanse, hrana iz Amerike, kao što je paradajz, boranija i kukuruz su doneti u Italiju.

KARAKTERISTIČNE NAMIRNICE ITALIJANSKE KUHINJE

Italijanski prehrambeni proizvodi se sastoje od mediteranskih proizvoda i postoji primetno preferiranje samo najsvežijih sastojaka.

Osnovne namirnice uključuju:

- kukuruz (na jugu),
- pirinač (na severu) i

mnoge lokalne oblike testenine od pšeničnog brašna u svim oblastima:

- pretežno pljosnatog, trakastog oblika na severu i
- cevastog oblika na jugu.

Omiljena mesa su govedina (naročito teletina) i svinjetina. Mnogo mesa odlazi u pripremu usoljene šunke (pršuta iz Parme je svetski poznata) i kobasice raznih vrsta i druge suhomesnate proizvode (kao što su pančeta ili slanina). Piletina, pačestina, golublje meso i meso drugih ptica se takođe jede.

Riba i morski plodovi su veoma traženi. Mediteranska riba kao što je cipal, kirnja i tuna i sardina se jedu sveže. Hobotnice, lignje, škampi i razne školje se često jedu kao antipasto (predjelo).



Italijanska pančeta

Gorgonzola

Gorgonzola je sira sa 48% masnoće, pravi se od punomasnog kravljeg mleka, soli i posebne vrste plesni. Poznat je i pod imenom „plavi italijanski sir”. Gorgonzola se proizvodi od 11. veka. U regionu porekla, Lombardiji, u to doba se zvao „Umoran od Gorgonzole” (ital. Stracchino di Gorgonzola) ili „zeleni umor” (ital. Stracchino verde) budući da je originalno proizvođen u jesen i u zimu, kada su se krave umorne (ital. stracche) vraćale sa letnje ispaše.



Gorgonzola

Voće uključuje citrusno voće, dinje i lubenice, jabuke, kruške i breskve, jagode i smokve. Grožđe se takođe jede i koristi za pripremu mnogih vina i likera po kojima je Italija poznata.



Voće Italije

Masline se uzgajaju širom Italije, neke za konzervisanje, druge za pravljenje maslinovog ulja.

Povrće uključuje paradajz (svež i sušeni), krompir, zelenu salatu, rukolu i drugo zelje, pasulj (najpoznatija hrana u toskanskoj kuhinji), bundeve, tikvice, artičoke, crni luk i beli luk.



Povrće Italije

Mlečni proizvodi uključuju pavlake i posebno veliki izbor mekih sireva kao što su: mocarela, rikota, provalone, buđava gorgonzola i maskarpone, kao i tvrdih sireva kao što je: pecorino od ovčjeg mleka i čuveni parmezan iz Parme (parmigiano)



bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

Italijanski sirevi

Parmidano ređano i Parmezan

Parmidano ređano (ital. Parmigiano-Reggiano) je italijanska vrsta tvrdog granularnog sira.



Parmidano ređano

Parmidano ređano mora duž celog oboda forme da nosi utisnute natpise "PARMIGIANO-REGGIANO", "D.O.P.", "CONSORZIO TUTELA" i matični broj sirarske radionice. Na površini forme mora biti utisnut natpis "C.F.P.R." i alfanumerčki kod kojim se na jedinstven način identifikuje svaka pojedinačna forma.

KARAKTERISTIČNA JELA ITALIJANSKE KUHINJE

Pica je najpozanatiji italijanski specijalitet.

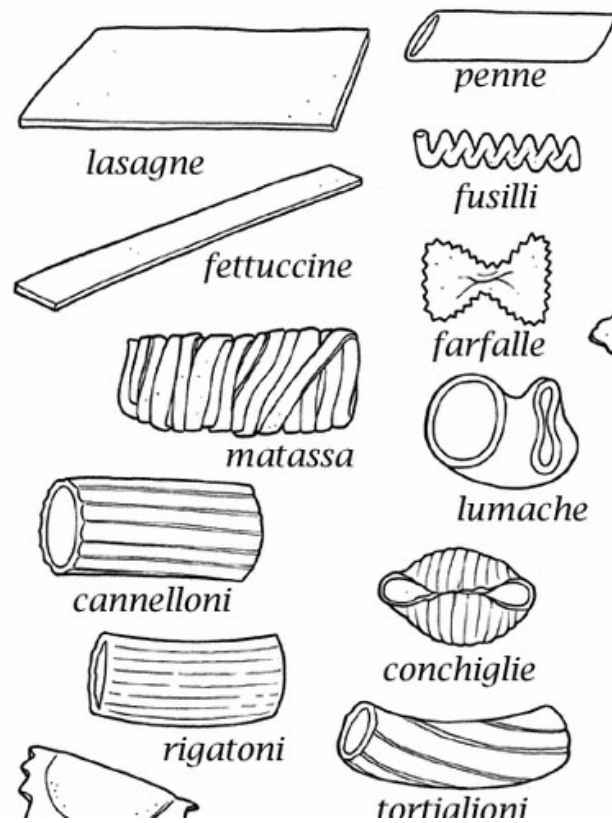
Ali!!!!

Gde je zaista i kako nastala???



Četri osnovne vrste pica iz kojih su izvedene ostale vrste su:

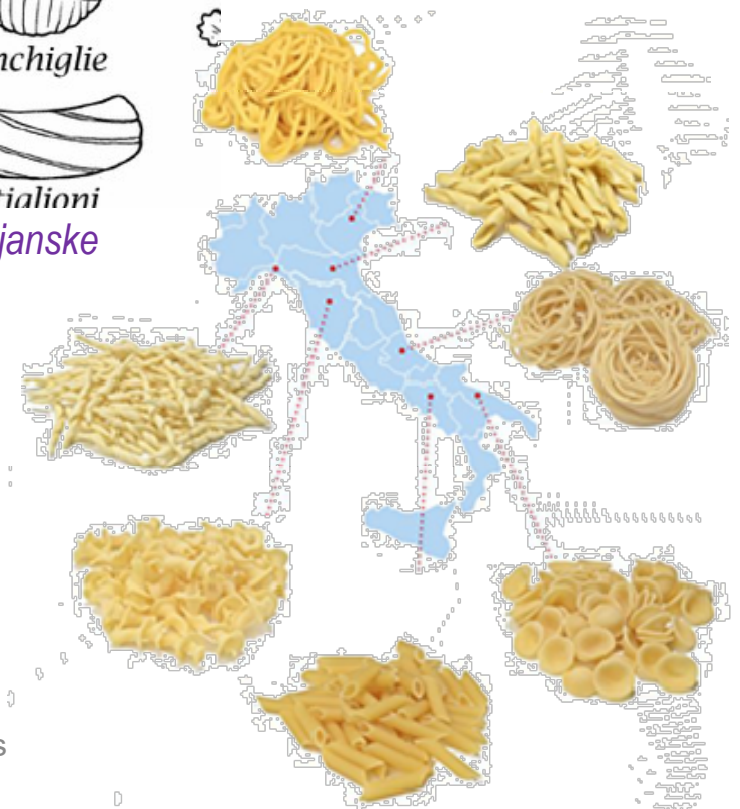
- Margherita - pica nazvana po kraljici Margeriti, ženi kralja Umberta I, koja sadrži sastojke koji ujedno tvore italijasku trobojku. crveno - paradajz, belo - sir mocarela i zeleno - bosiljak (i, obavezno, maslinovo ulje);
- Napoletana - paradajz, luk, ulje, origano;
- Marinara - paradajz, ringlice (inćuni, usoljena sitna riba), kaperi (kapare), masline i
- Quattro stagioni (Četiri godišnja doba).



Osnovni oblici italijanske testenine

Sveža testenina je češća u severnim i centralnim regijama u poređenju sa suvom testeninom na jugu.

Geografska razlika planinskog juga daje testenine napravljene sa durum pšenicom, koja zahteva manju vlažnu klimu da bi se osušila brzo i ravnomerno.



<https://www.youtube.com/watch?v=n-VRntrbypl>

bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

Oblici i upotreba italijanskih testenina

IME	OPIS	KOMBINACIJA
Špageti	Dugačke, okrugle	Veliki izbor sosova, posebno sa sosovima od paradajza
Špagetini	Tanke, dugačke, okrugle	Kao i špagete, ali i sa plodovima mora
Vermičeli	Veoma tanke	Sa laganim, delikatnim sosovima i kao rezanci za supu
Lingvini	Kao špagete samo su pljosnatog oblika	Kao i špagete i sa sosovima od školjki
Perćateli	Kao tanke, šuplje špagete	Kao špagete, ali može da ide uz teške sosove
Fusili	Dugački, oblikovani u spirale	Kremaste sosove
Makaroni	Dugački, šuplji	Posebno dobri uz mesnate sosove
Pene	Šuplje, sečene dijagonalno	Sos od paradajza i uz mesnate sosove
Ziti	Kratke, šuplje, sečene ravno	Sos od paradajza i uz mesnate sosove
Rigatoni	Veće cevčice	Sos od paradajza i uz mesnate sosove
Manikoti	Veće šuplje cevčice	Punjene sa sirom ili mesom
Orekjete	Male uši	Ljute sosove sa povrćem
Rotele	Točkovi	Pikantni sos od paradajza, povrća ili mesa
Radiatore	Oblik radijatora	Hladne uz salate, tople sa pikantnim sosovima
Fetucine	Ravni rezanci sa jajima	Bogate kremaste sosove ili mesnate sosove
Taljatele	Široki, ravni, rezanci sa jajima	Bogate kremaste sosove ili mesnate sosove
Lazanje	Ravna pljosnata testenina	Pečene uz meso, sir, ili punjene povrćem
Konkilje	Školjke	Sa morskim plodovima, ili drugim mesom
Farfale	U obliku leptirića	Sa sosovima od mesa, kobasicama, ili povrćem
MALE TESTENINE		
Ditalini	Jako kratke, šuplje cevčice	
Orzo	Oblikovani kao pirinač	
Stelini	Male zvezde	
Aćini di pepe	Biberni kukuruzi	
Pepe bukato	Aćini di pepe sa rupama	
Roteline	Mali točkovi	
Semi od bundeve	Bundevino seme	bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs



Kuvanje testenine

Procedura kuvanja većih količina testenina je sledeća:

U 4 l posoljene (25 g soli) ključale vode dodaje se 500 g testenine uz stalno mešanje i kuvati do al dente stanja, nakon čega se ocedi, ispira sa hladnom vodom i odmah koristi.



Kuvanje testenine

Na severozapadu, tipična jela su bogata sa puterom i pavlakom ili sirom, što je uticalo na zastupljenost specijaliteta kao što je:

- lombardijska piletina u pavlaci (penne pollo e crema);
- palenta sa puterom i sirom (polenta taragna);
- čuveni beli tartufi iz Pijemonta u fondiju od lokalnog sira fontina (fonduta con tartufi bianchi);
- mali rezanci sa sirom fontina prelivevi puterom (gnocchi alla bava) i
- milansko prepoznatljivo jelo od rižota sa šafranom, parmezanom, belim vinom i puterom (risotto milanese), često praćeno telećom kolenicom kuvanom u vinu (osso bucco), još jedan regionalni specijalitet.

Rižoto

Rižoto je klasični italijanski metod za pripremu riže sličan pilavu ali se ipak od njega razlikuje i to u manjoj količini vode koja se dodaje u više navrata i u konstantnom mešanju tokom svakog dolivanja vode ili fonda. Jelo je kremasto i odmah se servira.



Rižoto

https://www.youtube.com/watch?v=kB9pJzuLtqE&feature=emb_title

Oso buko (osso bucco)

Oso buko je milansko jelo čiji naziv sa italijanskog označava kost sa rupom, koje se odnosi na mesne drži koje se nalaze u sklopu kosti i koje očine ovo jelo posebnim. Radi se o relativno malodom jelu sa početka 19. veka.



Oso buko

Karpačo (carpaccio)

Jedan od danas najpopularnijih načina za pripremu goveđeg filea jeste karpačo. Napravio ga je 1950. godine Đuzepe Ćiprijani, bivši vlasnik Harry's Bara za groficu Amaliju Nani Moćnigo, kojoj je lekar preporučio da jede živu govedinu. Ćiprijani ga je nazvao karpačo po renesansnom venecijanskom slikaru istog prezimena, jer ga je boja ovog jela podsećala na crvenu boju koju je slikar koristio u svojim delima.



Karpačo



Kapreze (Caprese)

bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

Njoke

Njoke su proizvod koji se ubraja u grupaciju knedli, skrobasti su proizvod, po sastavu i načinu pripreme, slične su testeninama. Njoke se razlikuju od drugih testenina zbog toga što je osnovno testo od kog se prave, kuvani ili pečeni krompir sa manjim dodatkom brašna i eventualno jajeta. I one su italijanskog porekla i to iz područja Pijemonta.



Njoke

NAVIKE U ISHRANI ITALIJANA

Za Italijane su karakteristična tri obroka dnevno i mnoge kratke pauze za male šolje kafe.

Za doručak se poslužuju svež hleb ili peciva, puter i velike šolje kafe s mlekom.

Sredinom jutra: sendviči ili neka vrsta peciva, zajedno sa šoljom ili dve espresa ili neke druge kafe.

Klasični italijanski obrok se sastoji od malih tanjira sveže ili konzervirane ribe ili mesa ili povrća, često pikantno kako bi se otvorio apetit; testenina sa nekim laganim sosom ili minestrone čorbom; jedno ili dva glavna jela od mesa, živine ili ribe; i kuvano povrće ili salata raznog svežeg povrća. Većina jela se završava jednostavnim desertom od sladoleda ili šerbeta, ili još češće sira i voća, zatim šoljom kafe.



Minestrone čorba

Minestrone je čorba koja se priprema sa povrćem, često uz dodatak testenine ili pirinča. Česti sastojci su pasulj, luk, celer, šargarepu, fond i paradajz. Ne postoji pravi recept za minestrone, jer se obično sastoji od sezonskog povrća. Smatra se da je osnova minestrone čorba od pasulja.



Minestrone



Arancine, pirinčane loptice
(Sicilija)

bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

https://www.youtube.com/watch?v=neLTIE8d_OY



bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

DESERTI ITALIJE

Italijani uživaju u velikim količinama raznovrsnog sladoleda.

Šarene slatke poslastice sa kremom, kandiranim voćem, medom i bademima su tradicionalni deserti sicilijanske regije:

- kasata (cassata) slojeviti kolač sa sirom rikota, čokoladom i tečnošću sa ukusom pomorandže;
- kanoli (cannoli) cilindrično pecivo punjeno sa sirom rikota i šećerom.



Italijanski sladoled



Kasata



Kanoli

Tiramisu

Tiramisu je desert od kafe, jaja, šlaga, biskvita, marskapone sira i kakaoa, čiji se istorijat stalno osporava. Naziv ovog deserta podrazumeva „eliksir“ (metaforički, „usreći me“, „usreći me“), što se može odnositi na kofein u espresso kafi i uticaj kakaoa koji se koristi u pripremi.



Tiramisu

bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

<https://www.youtube.com/watch?v=RDI8ldNR6Zo>



Panforte



Sfogliatele



Zepole

Karakteristične su i poslastice:

- panforte, božićni voćni kolač;
- sfogliatele, vrsta punjenog peciva trouglastog oblika na kom se vidno ističu listovi po kojima je na italijanskom i dobilo naziv i
- zepole, pržena punjena poslastica.

Panakota (panna cotta)

Panakota u prevodu znači kuvana pavlaka, što opisuje postupak pripreme i namirnica koje se koriste za dobijanje ove poslastice. Priprema se kuvanjem mleka, slatke pavlake i šećera sa dodatkom želatina. U italijanskim kuvarima se pičinje pominjati u drugoj polovini 20. veka, a po legendi kreirala ju je jedna mađarska žena. Varijacije u uskusima postoje u zavisnosti od začina i voća koje se dodaje.



Panakota

PIĆA ITALIJE

Kod Italijana je karakteristična potrošnja raznih vrsta vina (mnoge regionalne vrste, uključujući šampanjac).

Pivo je takođe popularno.

Aperitivi, sa ukusom pelena (vermut) ili citrusa (limoncello) i destilovano grožđe koji se piju nakon večere.



Italijanska vina

bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs



Vrste kafa

Kafa se pije u velikim količinama i u raznim oblicima od strane većine odraslih tokom dana.

Čaj se ponekad pije, obično hladan tokom leta.

KARAKTERISTIČNE RECEPTURE



bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

https://www.youtube.com/watch?v=jOCvMPE_a7c

Marinirane tikvice (Concia)

Marinirane tikvice su popularno predjelo stvoreno u antičkoj jevrejskoj zajednici Rima radi podsticanja apetita.



Potrebne namirnice:

- 4 srednje tikvice
- ¼ šolje maslinovog ulja
- 2 čena belog luka, mlevenog
- 1 grančica bosiljka, iseckana
- So i biber po ukusu
- 1 velika kašika vinskog sirćeta

Postupak pripreme:

Ukloniti krajeve tikvice.
Preseći svaku na pola, zatim tanko iseći svaki deo po dužini.
Ocediti kriške na papirnom ubrusu preko noći ili nekoliko sati.
Zagrejati ulje na tiganju.
Pržiti po nekoliko krišaka odjednom u jednom sloju dok ne požute. Osušiti od viška masnoće.
Poredati u slojeve u duboku staklenu činiju, začiniti svaki sloj malom količinom belog luka, bosiljka, soli, bibera i poprskati sirćetom.
Pokriti činiju i ostaviti u frižideru 2-3 sata.
Služiti kao predjelo.

Toskanska pasulj čorba (Zuppa Fagioli a la Toscana)

Toskana je poznata po svojim jelima od pasulja, spanaća i mnogim živim ogradama od lovora koje krase sela i gradove i čiji listovi daju ukus njenoj hrani.



Potrebne namirnice:

- 900 g belog pasulja (ili 3 konzerve kovanog pasulja, oslobođenog vode)
- 110 g veoma mesnate slanine, isečene na kockice
- ¼ šolje maslinovog ulja
- ½ crnog luka, sitno iseckanog
- ½ celera, fino iseckanog
- 1 mala kašika sveže žalfije
- 1 mala kašika soli
- 1 mala kašika belog bibera
- 4 šolje pilećeg bujona
- 1,5 šolja penne testenine
- 1 mala kašika peršuna, fino iseckanog sveže rendani sir Parmegiano

Postupak pripreme:

Sipati ključalu vodu preko suvog pasulja i ostaviti ga da nabubri preko noći. Preskočiti ovaj korak ukoliko se koristi pasulj iz konzerve. Osušiti ga pre kuvanja.

Zagrejati ulje i propeći kratko slaninu dok ne omekša.

Dodati crni luk i celer i propeći, mešajući oko 5 minuta.

Dodati žalfiju, so i biber.

Dodati pileći bujon, pokriti i ostaviti do ključanja.

Dodati pasulj, pokriti i krčkati dok pasulj ne omekša (ukoliko se koristi pasulj iz konzerve, kuvati 30 minuta).

U ključalu blago zasoljenu vodu u velikom loncu dodati testeninu, promešati jednom. Pustiti da još jednom proključa.

Neka ključa otklopljeno dok rezanci ne postanu al dente (malo tvrđi ali kuvani).

Ocediti i dodati u supu. Skloniti sa vatre. Posuti peršunom.

Poslužiti odmah sa narendanim sirom.

Rezanci sa puterom i pavlakom (Fettuccine al Burro)

Testo sa puterom i pavlakom je
recept za testeninu iz severne
Italije.



Potrebne namirnice:

- 450 g svežih fettuccine rezanaca
- ¼ šolje putera
- 1 šolja pavlake
- So i beli biber po ukusu
- 1/ 4 šolje sveže rendanog parmezan sira

Postupak pripreme:

Staviti veliki lonac vode da ključa, blago posoliti. Dodati rezance. Promešati jednom. Ostaviti da voda opet proključa. Kuvati otklopljeno dok rezanci ne budu al dente (malo tvrđi ali kuvani).

U međuvremenu, otopiti puter u velikom tiganju dok se ne zapeni. Dodati pavlaku.

Krčkati na srednjoj vatri 2 minuta dok se blago ne zgusne.

Začiniti.

Izvaditi rezance iz vode i dobro ih ocediti. Dodati rezance pavlaci.

Dodati ¼ šolje parmezan sira.

Baciti rezance i sos na srednju vatru dok sos ne obloži rezance.

Poslužiti odmah sa dodatnim parmezan sirom.

Palenta(Polenta)

Palenta je osnovno jelo južne Italije.



Potrebne namirnice:

- 5 šolji vode
- 1 mala kašika soli
- 1,5 šolja kukuruznog brašna

Postupak pripreme:

Proključati vodu u velikom loncu. Dodati so i smanjiti vatru.

Polako sipati kukuruzno brašno u vodu, sipati iz kutlače ili ruke. Mešati brzo drvenom kutlačom pri dodavanju kukuruznog brašna.

Ako je potrebno, prekinuti dodavanje brašna s vremena na vreme i energično mešati smesu.

Kuvati, stalno mešajući, 20-30 minuta.

Polenta (palenta) je završena kada se odvaja od stranica lonca.

Sipati u veliki tanjir.

Ovlažiti ruke i izravnati na oko 5 cm debljine.

Ostaviti da se ohladi dok ne očvrсне.

Iseci na kriške, staviti na svaki tanjir i preliti preko sos po izboru ili jesti sa jelom od mesa.

Začinjeno meso (Piccata)

Različite vrste mesa mogu se pripremati na ovaj način i poslužiti kao glavno jelo.



Potrebne namirnice:

- 1 šolja brašna
- So i beli biber po izboru
- 4 kotleta (ćureća ili pileća prsa, mesnata teletina bez kostiju ili svinjetina)
- 6 velikih kašika putera
- Sok od 1 limuna, proceden
- 3 velike kašike peršuna, sitno seckanog

Postupak pripreme:

- Posoliti i pobiberiti brašno i uvaljati kotlete u mešavinu.
- Zagrejati puter u velikom tiganju.
- Lagano pržiti kotlete bez pretrpavanja, okrenuti jednom, dok ne bude gotovo.
- Ocediti na papirnom ubrusu i utopli dok se ostatak prži.
- Dodati 1 veliku kašiku putera i limunovog soka u vruć tiganj.
- Pojačati toplotu kako bi isparila tečnost, stalno mešajući. Popraviti začinjenost.
- Sipati puter i limunov sok preko mesa.
- Služiti ukrašeno peršunom.

Đavolja piletina (Pollo alla Diavola)

Đavolja piletina se služi kao glavno jelo.



Potrebne namirnice:

- 1 (900 g) celog pileta, isečenog na četvrtine (ili 4 četvrtine pileta)
- ½ šolje maslinovog ulja
- 2 velike kašike sosa od ljute paprike po izboru ili 1 mala kašika tucane ljute paprike
- Sok od 2 limuna
- 1 velika kašika crnog bibera
- 1 mala kašika soli

Postupak pripreme:

- Staviti piletinu u pleh.
- Pomešati preostale sastojke u velikoj posudi.
- Preliti preko piletkine i marinirati 2 sata.
- Grilovati na srednje vrućem roštilju na čumur (ili ispod sača), strana sa kožom je okrenuta prema vatri 25 minuta.
- Okrenuti i peći još 20 minuta dok sokovi ne postanu bistri.
- Stalno prelivati preostalom marinadom.

Sladoled od kafe (Gelato di Caffè)

Oblik sladoleda koji danas jedemo je izmišljen u Italiji i imaju svetsku reputaciju.



Potrebne namirnice:

- 1/3 šolje šećera
- 2 žumanceta
- ½ šolje mleka, na sobnoj temperaturi
- Prstohvat soli
- 4 velike kašike instant kafe u prahu
- 1 šolja slatke pavlake, rashlađene

Postupak pripreme:

Umutiti šećer i žumanca dok smesa ne postane limun žuta i veoma gusta.

Polako dodavati mleko, lagano muteći.

Dodati so. Prebaciti smesu na paru ali ne u ključalu vodu. Stalno mešati 10 minuta dok fil ne postane gust dovoljno da se zadrži na kašici.

Skloniti sa pare i staviti u veliku činiju ledene vode.

Nastaviti sa mešanjem 2 minuta kako bi se izbegle grudvice.

Prebaciti u činiju i dodati kafu, dobro mešajući.

Pokriti i staviti u frižider da se temeljno ohladi.

Umutiti slatku pavlaku i staviti u fil od kafe.

Staviti činiju u zamrzivač. Mešati fil svakih 5 minuta kako bi se razbio led. Poslužiti kada se postigne prava konzistencija (ili koristiti mašinu za sladoled prema uputstvu).

Ledeni čaj (Te' con Granita)

Ledeni čaj je veoma popularno piće tokom leta u južnoj Italiji.



Potrebne namirnice:

- 2 kesice odabranog čaja
- 1 šolja ključale vode
- Šećer po ukusu
- 3 šolje hladne vode
- 4 velike kašike sorbe od limuna ili pomorandže ili 2 sladoleda, smrvljena u posudi
- Sok od 1 limuna
- 4 kapi ekstrakta vanile (opciono)

bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

Postupak pripreme:

Staviti dve kesice čaja u sveže ključalu vodu kako bi se napravio jak čaj (izvaditi pre nego što čaj postane gorak i tanin počne da pluta po površini).

Dodati šećer i promešati da se rastopi. Sipati vruć čaj u hladnu vodu (ne obrnuto).

Dodati limunov sok i vanilu, po želji.

Staviti u frižider na 30 minuta.

Za posluženje, staviti iste količine sorbea/sladoleda u 4 šaše.

Sipati čaj i poslužiti.

PITANJA ZA PONAVLJANJE

1

- Koje su osnovne gastronomske karakteristike regija Italije?

2

- Koji sirevi su najznačajniji predstavnici italijanske kuhinje i zašto?

3

- Koje namirnice izuzev sireva su karakteristične za italijansku kuhinju?

4

- Koja jela su karakteristična za italijansku kuhinju?

5

- Koji koje vrste mesa su zastupljene u italijanskoj kuhinji i sta se od njih priprema?

6

- Koji oblici testenine postoje i sa kojim namirnicama se kombinuju?

7

- Šta se zna o italijanskim picama?

8

- Navedite navike u ishrani Italijana?

9

- Koji deserti se pripremaju u Italiji?

10

- Koje vrste pića su karakteristična za Italiju?

ZADATAK - PRAKTIKUM

- 17 – 18 str., ponavljanje gradiva i provera znanja
- 19 str. meni od 3 ganga sa standardizovanim recepturama



HVALA NA PAŽNJI!!!!

dr Bojana Kalenjuk Pivarski, vanredni
profesor
bojanakalenjuk@yahoo.com
bojana.kalenjuk@dgt.uns.ac.rs

2019/2020

