

Tekst
AMANDA VAN SCHAIK

Fotografie
ERIC VAN LOKVEN

Receptuur
NICO INQUIETO

Viva la PASTA

Wie wil uitpakken met pasta, maakt het deeg zelf en houdt de *sous* simpel. Chef-kok Nico Inqueto, geboren en getogen in Napels, legt uit: “Hoe meer liefde en moeite je in eten stopt, hoe beter het wordt.”





“HOE MEER LIEFDE JE IN ETEN STOPT, HOE BETER HET WORDT”

Bij Nico's Trattoria geven chef-kok Nicola Inqueto (33) en zijn team Italiaanse kookworkshops. Ze zijn gespecialiseerd in verse pasta en pizza. Er valt veel te leren, maar het is vooral heel gezellig want Nicola's motto is: *make pasta, make friends*.

Nico, wie heeft jou leren koken?

“Mijn belangrijkste lerares was mijn oma, *nonna* Anna. Zij woonde bij ons en was altijd bezig in de keuken. Toen ik jong was zat ik daar watertandend te wachten tot de *polpette* – speciale gehaktballen – klaar waren. Later leerde ze me al haar kookgeheimen. Ze maakte typisch Italiaanse boerengerechten: volgens recepten die al generaties in de familie waren, vol verse groenten en smaak. En vol liefde. Hoe meer liefde en moeite je in eten stopt, hoe beter het wordt. Dit begint al bij de voorbereiding: koop producten van goede kwaliteit. Nonna was ook de koningin van de restjes. Niks werd verspild. Zoals een gigantisch paasbrood, *casatiello*, met al het overgebleven vlees en kaas, peper en eieren. Dit werd dan gebakken in de dorpsoven: op het plein stond een huis met een grote oven die iedereen uit de buurt kon gebruiken.”

Waar staat de Napolitaanse keuken nog meer bekend om?

“Napels is de stad van de pizza, zeevruchten, *ragù Napoletano* en mozzarella. En Napolitanen houden van goede kwaliteit en uitgebreid en lang tafelen. Na een week Napels kom ik twee kilo aan. Voor een smaakvolle mozzarella kun je me 's nachts wakker maken. Ik eet het uit het vuistje, zoals je een boterham eet. Echt heerlijk. Dan heb ik het niet over wat hier in de supermarkt wordt verkocht; dat mag eigenlijk geen mozzarella worden genoemd.”

Waarom vertrok je naar Nederland?

“Ik wilde altijd al in het buitenland wonen, voor het avontuur. Amsterdam leek me een leuke stad en ik kon hier makkelijk aan de slag in de keuken. Inmiddels woon ik hier alweer twaalf jaar, ben ik getrouwd met een Nederlandse en hebben we

een zoon van tien maanden. Ik houd van Nederland en ben trots als mijn vrienden me kaaskop noemen. Maar ik denk wel dat we hier iets meer kunnen genieten. Want in Nederland hebben we de klok, in Italië hebben we de tijd. Nederlanders zijn heel efficiënt en productief – wat een goede zaak is – maar daardoor schiet ontspannen er vaak bij in. Dat zou best iets ‘Italiaanser’ kunnen.”

Hoe begon je met Nico's Trattoria?

“Dat was eigenlijk het resultaat van een burn-out en corona. Mijn laatste baan was *chef de partie* bij restaurant de Scheepskameel. Werken in een keuken is fantastisch; de drukte en de drive van de service, de drang om het beter te doen, die competitie zorgt ervoor dat je steeds verdergaat, en zo leer je. Maar na dit vijftien jaar te hebben gedaan, was ik op. Ik nam ontslag en ging uitrusten. En toen kwam corona. Alle restaurants moesten dicht en ik ging gerechten maken voor vrienden en familie en Italiaanse kooklessen geven. Hierover postte ik op mijn Instagram-account, dat ik Nico's Trattoria noemde. Wat een grapje was, want ik had helemaal geen trattoria – het vond allemaal plaats in mijn eigen keuken. Ik kreeg steeds meer aanmeldingen en uiteindelijk waagde ik de stap om voor mezelf te beginnen en vond ik een ruimte in Amsterdam.”

Wat is er zo leuk aan lesgeven?

“Ik houd ervan om mijn culinaire erfgoed over te brengen. Nu kan ik alles wat ik heb geleerd delen. Koken is voor mij iets magisch. Want het is niet alleen belangrijk om jezelf te voeden, maar het is ook een vorm van meditatie – de tijd nemen, ontstressen, je focussen op wat je aan het doen bent – en een manier om jezelf en anderen te plezieren. Want koken voor anderen en daar samen van genieten, is het mooiste wat er is.”

Wat eet je in Napels met Kerstmis?

“Op 24 december maken de grootmoeders, moeders en tantes een groot feestmaal voor de familie. Dan zit je met dertig man in een piepkleine woonkamer, met overal stoelen en tafels vol gerechten. We eten dan geen vlees, maar vis: zoals *spaghetti vongole*, *calamari* of octopus, en *fritto misto* met zeevruchten. En paling! Op die dag vind je in bijna elke badkuip in de Napels een paling. Die nonna 's middags onthoofdt, want dit symboliseert het afsnijden van de kop van de slang, oftewel: het kwaad wordt een kopje kleiner gemaakt. En goedbereide paling is een delicatessen.”

Meer info? Kijk op nicostrattoria.nl





Basisrecept HOME-MADE PASTADEEG

VOOR CIRCA 6 À 8 PERSONEN

- 340 g bloem type 00
- 80 g semola
- 4 eieren
- 2 eidooiers

Nodig kom, schoon werkblad, vork, deegkrabber, vochtige doek of plasticfolie, pastamachine en deegroller

Stap 1

Doe de bloem en semola in een kom.

Stap 2

Meng de bloem goed met je handen.

Stap 3

Doe de gemengde bloem op een schoon werkblad, maak een 'berg' en vorm een diepe kuil in het midden.

Stap 4

Breek de 4 eieren en 2 eidooiers in de kuil – zorg ervoor dat ze stevig in het midden blijven.

Stap 5

Gebruik een vork om voorzichtig de eieren in de kuil te kloppen, de dooiers te breken en ze te mengen met het eiwit.

Stap 6

Meng geleidelijk de bloem van de

randen met de eieren, blijf dit met de vork mengen.

Stap 7

Wanneer het mengsel dik genoeg is, voeg je de resterende bloem toe met een deegkrabber.

Stap 8

Gebruik een deegkrabber (of je handen) om het deeg bij elkaar te brengen, vouw de randen naar binnen en meng de ingrediënten.

Stap 9

Wanneer alles goed is gemengd, kneed je het deeg met de hand gedurende 8 à 10 minuten: druk het steeds naar voren met de hiel van je hand.

Stap 10

Blijf kneden tot het deeg glad en elastisch is – voeg indien nodig een beetje bloem toe. Vorm het deeg tot een bal.

Stap 11

Dek af met een vochtige doek of plasticfolie, en laat het 30 minuten rusten op kamertemperatuur. Nu is het deeg klaar om gevormd te worden!

BEREIDINGSTIJD 20 MIN.

WACHTTIJD 30 MIN.

Tips van Nico

“De grootste uitdaging bij het maken van verse pasta is om te begrijpen hoe het deeg goed samenkomt. Mensen blijven vaak bloem toevoegen, waardoor het deeg te droog wordt. Of ze doen het tegenovergestelde en voegen te weinig toe, waardoor het deeg te plakkerig blijft. De beste manier om dit te voorkomen, is door ook het gewicht van de eieren te controleren. Zorg ervoor dat ze ongeveer een derde van het totale deeggewicht uitmaken, of de helft van het gewicht van de bloem en semola samen. Ook is het belangrijk om genoeg semola op het werkoppervlak te gebruiken, voordat je de ravioli vormt. Anders kunnen de ravioli aan het oppervlak blijven plakken.”

IN 4 STAPPEN

HET DEEG UITROLLEN (VOOR ELK TYPE PASTA)

Zorg dat het deeg minstens 30 minuten heeft gerust. En dan:

1. Verdeel je het deeg

Snijd het deeg in zes gelijke stukken (dit maakt het makkelijker om mee te werken). Bedek de stukken waar je niet mee bezig bent met een vochtige doek of plasticfolie om uitdroging te voorkomen.

2. Maak je het deeg plat

Neem één stuk en druk het plat met je handen of een deegroller, zodat het door de pastamachine past.

3. Haal je het door de pastamachine

- Stel de pastamachine in op de breedste stand, meestal stand 6. Haal het deeg er één keer doorheen.

- Vouw het deeg dubbel en haal het er opnieuw doorheen. Herhaal dit proces twee à drie keer om het deeg gladder en sterker te maken.

- Verklein geleidelijk de dikte-instelling van de machine (stel deze steeds dunner in), en haal het deeg door bij elke stap totdat je de gewenste dikte hebt bereikt.

Voor ravioli: ongeveer 1 millimeter, stand 1.

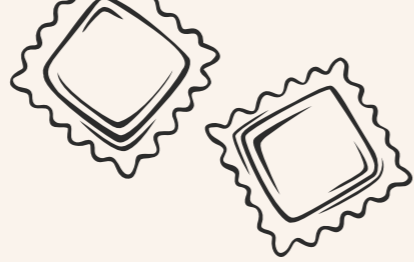
Voor reginette of maltagliati: ongeveer 1,5 millimeter, stand 2.

4. Bestuif je het met bloem

Bestuif het deeg licht met bloem om plakken te voorkomen, maar niet te veel, anders wordt het deeg droog.

Tip

Zorg dat de vulling klaar is, voordat je begint met het vormen van de ravioli. En let erop dat de vulling stevig genoeg is, wanneer je deze op de pasta schept.



RAVIOLI RICOTTA E SPINACI

gevuld met ricotta & spinazie

VOOR CIRCA 4 PERSONEN

Ricotta- en spinazievulling

- 2 eetlepels olijfolie
- 250 g verse spinazie
- 250 g verse ricotta
- 50 g Parmezaanse kaas, geraspt
- 1 eidooier
- versgeraspte nootmuskaat, naar smaak

Boter-saliesaus

- 150 g ongezouten boter
- 8-10 verse salieblaadjes
- versgemalen zwarte peper
- versgeraspte Parmezaanse kaas
- zout, naar smaak

Plus 1x home-made pastadeeg, tot vellen gerold

- 1ei, losgeklopt

Begin met de vulling: verhit 2 eetlepels olijfolie in een grote pan op middelhoog vuur. Voeg de verse spinazie toe en bak tot het geslonken en gaar is, ongeveer 4-5 minuten. Breng op smaak met zout en peper, en laat het daarna iets afkoelen. Knijp, zodra de spinazie is afgekoeld, het overtollige vocht eruit en hak het fijn. Meng in een kom de ricotta, spinazie, Parmezaanse kaas en de eidooier. Voeg een snuf nootmuskaat en zout en peper toe, en meng alles tot een glad en goed gemengd geheel. Zet de vulling apart, terwijl je de ravioli maakt. De boter-saliesaus maak je, terwijl de ravioli koken.

Ravioli maken

Maak pastavellen van ongeveer 1 millimeter dik (stand 1 van de pastamachine) en leg ze op een met bloem bestoven oppervlak. Plaats kleine hoopjes (ongeveer 1 theelepel) van de ricotta-spinazievulling, met 5 centimeter tussenruimte, op het deeg. Bestrijk lichtjes met water of losgeklopt ei rondom de hoopjes vulling.

Leg er een ander vel deeg bovenop. Druk voorzichtig rondom elk hoopje vulling om lucht te verwijderen. Snijd de ravioli in vierkantjes van 4-5 centimeter met een mes of raviolisnijder. Zorg ervoor dat de randen goed zijn afgesloten, door ze met je vingers of een vork aan te drukken. Leg de ravioli op een met bloem bestoven bakplaat en laat ze 15 minuten rusten, voordat je ze kookt.

Ravioli koken & serveren

Breng een grote pan gezouten water zachtjes aan de kook. Kook de ravioli 3-4 minuten, totdat ze boven komen drijven. Giet ze voorzichtig af, maar bewaar ongeveer 100 milliliter van het pastakookwater.

Smelt voor de boter-saliesaus – tijdens het koken van de ravioli – de boter in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de salieblaadjes toe en laat ze ongeveer 2 minuten in de boter trekken, totdat ze geuren, maar niet bruin worden. Voeg een royale draai versgemalen zwarte peper toe aan de boter. Doe de afgegoten ravioli in de pan met de boter en salie. Voeg een paar eetlepels van het bewaarde pastakookwater toe. Schep de ravioli ongeveer 1 minuut om in het boter- en watermengsel, tot het een romige saus vormt. Strooi er ondertussen een paar eetlepels versgeraspte parmezaan over. Blijf zachtjes omscheppen, totdat de saus indikt en aan de ravioli blijft plakken. Breng naar wens op smaak met zout en meer zwarte peper.

Nico: "Ik heb voor de pastavorm reginette gekozen (zie p. 94) vanwege de ribbels, deze gaan goed samen met Genovese. Genovese is een uniek stoofgerecht uit Napels, en een van de meest traditionele gerechten."

BEREIDINGSTIJD **1 UUR**
INCL. RAVIOLI VULLEN



REGINETTE AL RAGÙ ALLA GENOVESE NAPOLETANO

met stoofvlees

VOOR 4 PERSONEN

- 100 ml extra vierge olijfolie
- 1 wortel, in blokjes gesneden
- 1 stengel bleekselderij, in blokjes gesneden
- 1 kg runderstoofvlees of sukade, in grote stukken gesneden
- 1½ kg uien, bij voorkeur goudgele of witte, dun gesneden
- 100 ml droge witte wijn
- 1-2 laurierblaadjes
- Parmezaanse kaas, versgeraspt, voor het serveren

Verhit de olijfolie in een grote pan met dikke bodem op middel-hoog vuur. Voeg de gesneden wortel en selderij toe en bak tot ze zacht en licht goudbruin zijn, ongeveer 5 minuten.

Voeg de stukken rundvlees toe en schroei ze aan alle kanten dicht tot ze bruin zijn. Dit duurt ongeveer 8-10 minuten. Breng op smaak met zout en peper.

Voeg alle gesneden uien toe aan de pan met het vlees. Roer alles door elkaar en zorg ervoor dat de uien het vlees volledig bedekken.

Zet het vuur laag en laat het zachtjes 2 à 3 uur sudderen, roer af en toe. De uien zullen veel vocht loslaten en flink slinken.

Voeg na 1 à 2 uur, wanneer de uien zacht beginnen te worden, de witte wijn toe. Roer en schraap de aangebakken stukjes van de bodem van de pan.

Laat de ragù op laag vuur verder sudderen, zodat de wijn verdampt en de uien 'smelten' tot een dikke, gekarameliseerde saus. Voeg indien nodig een scheutje water of bouillon toe als het mengsel te droog wordt.

Voeg de laurierblaadjes toe en breng op smaak met zout en peper. Laat de saus nog een uurtje koken totdat het vlees extreem mals is en met een vork uit elkaar kan worden getrokken.

Tot slot: haal het vlees uit de saus. Snijd of trek het vlees in stukken en doe het terug in het uienmengsel. Roer alles door elkaar, en de ragù alla Genovese is klaar om te serveren.

Reginette maken

- Neem een dun uitgerolde vel pasta en snijd deze in lange stroken van ongeveer 1,5 à 2 centimeter breed. Gebruik bijvoorbeeld een gekartelde pastasnijder om de karakteristieke geribbelde randen aan beide zijden te maken.
- Leg de gesneden reginette op een met bloem bestoven oppervlak of hang ze op een pasta-droogrek om plakken te voorkomen, terwijl je de rest van het deeg rolt en snijdt.
- Laat de reginette ongeveer 15 à 30 minuten drogen voordat je ze kookt, zodat ze hun vorm behouden.

Reginette koken & serveren

- Breng een grote pan gezouten water aan de kook. Kook de verse reginette 2 à 3 minuten tot ze al dente (beetgaar) zijn. Giet de pasta af en bewaar wat pastakookwater.
- Meng de reginette met de ragù alla Genovese, voeg indien nodig wat van het bewaarde pastawater toe om de saus 'losser' te maken. Bestrooi met wat versgeraspte Parmezaanse kaas en een scheutje extra vierge olijfolie.

Nico: "De pastavorm maltagliati is een geweldige vorm om met kinderen te maken - want de vormen luisteren niet zo nauw - en past bij elke saus. Ik heb gekozen voor fagioli e cozze (bonen en mosselen - zie p. 96). Deze saus maakte mijn moeder ooit voor me, nadat ik al vijf jaar in het buitenland woonde. Ik dacht altijd dat mijn moeder niet zo goed kon koken, maar die pasta die ze maakte, was de beste die ik ooit heb gegeten!"

BEREIDINGSTIJD 4 UUR + 10 MIN. INCL. REGINETTE SNIJDEN





MALTAGLIATI FAGIOLI E COZZE

met bonen en mosselen



VOOR 4 PERSONEN

- 1 kg verse mosselen
- 4 el extra vierge olijfolie
- 2 teentjes knoflook, fijngehakt
- 1 kleine chilipeper (optioneel), fijngehakt
- 100 ml droge witte wijn
- 1 kleine wortel, in blokjes
- 1 stengel bleekselderij, in blokjes
- 1 kleine ui, fijngehakt
- ½ blik gepelde tomaten (à 400 g)
- 1 blik gemengde bonen (à 400 g), bijvoorbeeld cannellini, borlotti en/of kidneybonen, uitgelekt
- 1 klein bosje peterselie, fijngehakt

Maak de mosselen schoon en verwijder eventuele baarden. Gooi alle open of kapotte mosselen weg. Verhit 2 eetlepels olijfolie in een grote pan op middelhoog vuur, voeg 1 teen knoflook en eventueel de chilipeper toe, en bak tot ze geurig zijn. Voeg de mosselen toe en giet de witte wijn erbij. Dek de pan af en kook 3-4 minuten totdat alle mosselen open zijn. Haal de mosselen uit de pan en zeef het kookvocht. Zet beide apart. Haal de mosselen uit hun schelpen, maar bewaar er een paar in de schelp voor de garnering. Verhit de overgebleven 2 eetlepels olijfolie in een grote koekenpan op middelhoog vuur. Voeg de gesneden wortel, selderij, ui en de overgebleven teen knoflook toe. Bak 5-7 minuten tot de groenten zacht zijn. Voeg de gepelde tomaten toe en laat nog 20 minuten sudderen. Roer de uitgelekte bonen erdoor, breng op smaak met zout en peper en kook nog ongeveer 10 minuten. Voeg ongeveer de helft van het bewaarde mosselvocht toe en laat 5 à 7 minuten sudderen om een smaakvolle bouillon te maken.

BEREIDINGSTIJD 1 UUR INCL. MALTAGLIATI SNIJDEN

Maltagliati maken

- Neem het uitgerolde deeg en snijd het in willekeurige driehoeken of diamantvormen. Elk stuk moet ongeveer 5-6 cm lang zijn aan de langste zijde. Je kunt hiervoor een mes of een pizzasnijder gebruiken.
- Verspreid de gesneden maltagliati op een met bloem bestoven bakplaat of werkblad. Laat ze 15-30 minuten drogen, voordat je ze kookt.

Maltagliati koken & serveren

- Breng een grote pan gezouten water aan de kook. Kook de maltagliati 2 à 3 minuten tot ze al dente (beetbaar) zijn. Giet de pasta af en bewaar een kopje pastawater.
- Voeg de gekookte maltagliati toe aan de koekenpan met het bonen- en groentemengsel.
- Roer de mosselen zonder schelp erdoor en meng alles voorzichtig. Voeg eventueel meer mosselkookvocht of pastawater toe om de saus 'losser' te maken. Bestrooi royaal met fijngehakte peterselie en breng op smaak met zout en peper.
- Laat alles samen 1 à 2 minuten zachtjes sudderen om de smaken goed te laten mengen. Garneer met de bewaarde mosselen in hun schelp en bedruppel met een scheutje olijfolie.



ILLUSTRATIES: GETTY IMAGES

