



A tavola!

Rietje (de blonde dame, rechts), samen met de dorpsbewoners van Montenero d'Orcia aan tafel om de door haar bereide gerechten te laten keuren. Rietje: "De pappa al pomodoro (tomaten-broodsoep) valt in de smaak, net als mijn pecorino-taartje. De variant die ik bedacht heb op vitello tonnato, kalkoen met tonijnsaus, krijgt een opgestoken duim. En de spelt-salade van de lokaal verbouwde spelt vinden mijn gasten lekker fris. Ik kan tevreden zijn!"



Montenero d'Orcia ligt op een heuvel die wat scheefgezakt lijkt in het golvende landschap van Zuid-Toscane.

Dorpsdiner in Toscane

Culinair journalist Rietje Krijnen woont een deel van het jaar in Toscane, waar ze samen met de dorpsbewoners van Montenero d'Orcia kookt én tafelt. Klassiek-Italiaanse gerechten met een heel klein snuffje Hollandse inbreng. Met Seasons deelt ze haar recepten.

TEKST RIETJE KRIJNEN FOTOGRAFIE BARBARA GROEN BEWERKING RECEPTEN DOSIA BREWER



‘Maria di Olanda kan koken!’

Tien jaar geleden kwam Rietje Krijnen – oftewel Maria, zoals de dorpingen haar noemen – met haar gezin voor het eerst in Montenero d’Orcia. ‘We vonden, met beperkt budget, een leuk huis op het platteland met net genoeg grond eromheen en een prachtig uitzicht over de golvende heuvels van de Val d’Orcia.

Maar daarmee waren we nog geen dorpingen, hoewel het contact via ons zontje, Italianen zijn nu eenmaal dol op kinderen, zo gelegd was. De Montenerini – nieuwsgierig aangelegd, net als alle Toscanen – vroegen honderduit waarom we hiernaartoe kwamen en probeerden er zo achter te komen of we een van hen konden worden. Tijdens onze eerste zomer vierde ik mijn verjaardag en schoven ook enkele kennissen uit het dorp aan. De tamtam deed de rest: ‘Maria di Olanda kan koken!’ Er kwamen meer entjes. Ik zorgde stevast voor een taart die zij nog niet kenden. De dorpsbewoners willen de recepten van mijn gerechten, samen maken we daar weer variaties op.’

Insalata di farro

Voorgerecht voor 6-8 personen
⌚ ± 20 min. + afkoelen ± 15 min.

INGREDIËNTEN

500 g spelt
versgemalen peper en zout
2 el olijfolie of naar smaak
6 mooie rijpe tomaten
3-4 bolletjes mozzarella
500 g tonijn uit blik
handje verse basilicum

BEREIDING

- Was de spelt en laat uitlekken in een zeef.
- Zet een grote pan met water op. Doe als het water kookt de spelt met wat zout erin. Laat ± 14 min. koken.
- Giet de spelt meteen af, doe in een kom en roer er meteen de olie door (gebruik meer of minder naar smaak).
- Snijd intussen de tomaat en de mozzarella in stukjes.
- Verdeel de tonijn in kleinere stukjes.
- Scheur de basilicumblaadjes grof.
- Laat de spelt afkoelen en meng dan alle ingrediënten door elkaar.
- Giet er eventueel nog wat extra olijfolie bij en breng op smaak met peper en zout.





Biscotti salati

Voor 35-50 koekjes ⌚ ± 20 min. + oventijd ± 20 min. + afkoeltijd ± 15 min.

INGREDIËNTEN

1 kg witte bloem
1,5-2 dl olijfolie van goede kwaliteit
30 g zout, opgelost in 1 tl water
50 g venkelzaadjes
lauw water

BEREIDING

- Verwarm de oven op 170°C.
- Zeef de bloem in een kom.
- Doe er de olie, het zoutmengsel en de venkelzaadjes bij.
- Kneed met genoeg lauw water door tot een soepel deeg (of laat de keukenmachine het werk doen).
- Breng intussen in een grote pan ruim water aan de kook.
- Verdeel het deeg in stukken en rol er steeds kleine staafjes van ongeveer 1 cm ø van.
- Leg ze in de vorm die je zelf wil: krakeling, stengel of een rondje.
- Doe telkens een paar deegvormpjes in het kokende water. Haal ze er direct uit als ze naar boven komen drijven.
- Laat ze uitlekken op een schone theedoek.
- Leg de uitgelekte biscotti op een met bakpapier bekleed bakblik en bak ze in het midden van de oven in ± 20 min. mooi goudbruin.
- Neem uit de oven en laat ze helemaal afkoelen.

Tip Lekker als snack tussendoor of bij het voorgerecht in plaats van brood.



Wijn van de Sangiovese-druif

De regionale wijn is de Montecucco (spreek uit: montekoeko). Vijf jaar geleden kreeg hij de DOCG-status: Denominazione di Origine Controllata e Garantita. De wijn wordt voor honderd procent gemaakt van de Sangiovese-druif, net als de beroemde Brunello di Montalcino, die op de landerijen ernaast geproduceerd wordt. Waarom deze wijn anders wordt genoemd? Omdat Montenero d'Orcia nét in de provincie Grosseto ligt, en niet in de provincie Siena.

Pappa al pomodoro

Voorgerecht voor 6-8 personen ⌚ ± 1 uur en 20 min.

INGREDIËNTEN

1 stevig plat brood (bijv. Turks brood), liefst oud
1 dl olijfolie
chiliflakes (naar smaak)
2 teentjes knoflook, in plakjes
flinke hand salieblaadjes, fijngesneden
500-750 g gepelde tomaten, gepureerd (goede kwaliteit is belangrijk)
250 g soffritto*
versgemalen peper en zout
eventueel wat versgeraspte Parmezaanse kaas

BEREIDING

- Snijd het brood in plakken en rooster die in een broodrooster of om en om in een koekenpan. Druk ze tijdens het roosteren in de pan een beetje aan, zodat ze goed krokant worden. Breek het brood daarna in stukjes.
- Doe de olie met de chiliflakes en de plakjes knoflook in een ruime pan en verhit op laag vuur totdat de knoflook zachtjes bakt.
- Voeg de broodstukjes en de salie toe.
- Giet er wat lauw water over. Begin met een beetje water en kijk of het brood 'smelt'. Dus langzaam roeren en laten opnemen. Niet te veel water gebruiken, want dan wordt het te waterig. Ook niet te veel roeren om te voorkomen dat de pap te plakkerig wordt.
- Doe de tomaat en soffritto erbij en roer goed door. Schep de massa goed om en roer zodat alle ingrediënten goed mengen.
- Breng op smaak met peper en zout en laat de broodsoep 1 uur zachtjes koken.
- De soep kan afgekoeld worden om later te gebruiken.
- Of serveer meteen met een scheutje goede olijfolie en eventueel wat versgeraspte Parmezaanse kaas.

*Soffritto (250 g, bereidingstijd ± 40 min.) maak je zelf door in een pan wat olie te doen en daarin 1 gesnipperde kleine ui, 1 geraspte grote wortel en 1-2 stengels fijngesneden bleekselderij licht te bakken. Doe daarna 1 blik (± 400 g) gepelde tomaten erbij en pureer met de staafmixer. Laat ± 30 min. zachtjes koken. Dit is een basis. Hieraan kunnen eventueel naar smaak nog kruiden worden toegevoegd.



Focaccia al rosmarino

Voor 2 stuks (8-10 personen) ⌚ ± 15 min.
+ rijstijd ± 1,5 uur + oventijd ± 15 min.

INGREDIËNTEN

200 g gekookte aardappels
10 g droge gist of 25 gram verse gist
20 ml olijfolie extra vergine + extra om te bedruppelen
een snufje suiker
500 g bloem
12 g zout
olie om in te vetten
naaldjes van 1 takje rozemarijn, fijngehakt

BEREIDING

- Doe 350 ml lauw water, de aardappels, gist, olie en suiker in een grote mengkom.
- Meng alles 1 min. op de middelste mixersnelheid of op stand 4 in de keukenmachine.
- Doe er de bloem bij met het zout.
- Meng met deeghaken nog eens 3-5 min. zodat alle ingrediënten goed door elkaar gekneet zijn. Is het deeg nét iets te nat, doe er dan nog wat bloem bij. Niet te droog maken, het moet vrij plakkerig blijven.
- Dek af met plasticfolie en daarna met een handdoek en laat het ongeveer 45 min. rijzen op een warme, niet tochtige plek.
- Verdeel het deeg over een met olie ingevette bakplaat en druk het met vochtige vingers tot een egaal vlak. Verdeel, als het deeg

te hoog komt, liever over twee platen of braadsledes.

- Laat een tweede keer afgedekt met folie en een doek 45 min. rijzen.
- Verwarm na ± 30 min. de oven voor op 160°C.
- Druppel wat olie over het deeg en druk er kuiltjes in (weer met vochtige vingers).
- Bestrooi met wat rozemarijn.
- Bak de focaccia ± 30 min. in het midden van de oven.
- Zet de temperatuur daarna op 180°C en bak de focaccia nog eens 10-15 min. mooi goudbruin.
- Neem uit de oven en laat afkoelen.

Tip Heerlijk bij een maaltijd, maar ook als tussendoortje of bij een buffet.

*Tortino di pecorino*

Voorgerecht voor 5-6 personen ⌚ ± 15 min. + oventijd
25-30 min. + afkoeltijd ± 3 uur

INGREDIËNTEN

olijfolie om in te vetten
versgeraspte Parmezaanse kaas, om te 'bestuiven'
100 g zachte Pecorino, geraspt (geen Pecorino Romano)
100 g Provolone of milde boerenkaas
150 ml slagroom
3 eieren
zout en versgemalen peper
1 niet al te rijpe peer
± 2 el vloeibare honing

Ook nodig: 5-6 vormpjes liefst van aluminiumfolie of gebruik muffinvormpjes (75-125 ml)

BEREIDING

- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Vet de vormpjes in met olijfolie en 'bestuif' met versgeraspte Parmezaanse kaas.
- Rasp de zachte Pecorino.
- Snijd de Provolone in kleine stukjes.
- Klop de slagroom lobbij.
- Splits de eieren en houd het eiwit van 2 eieren apart. 1 eiwit wordt niet gebruikt.
- Meng de drie eidooiers met peper en zout.
- Meng de geraspte Pecorino en de Provolone door het eierdooiermengsel. Roer er de slagroom door.
- Klop met schone gardes in een vetvrije kom de 2 eiwitten heel stijf.
- Schep de eiwitten voorzichtig door het slagroommengsel en verdeel over de vormpjes.
- Zet de vormpjes in een ovenschaal en giet wat heet water naast de vormpjes. Schuif de braadslee al een stukje in de oven en giet er dan voorzichtig nog wat heet water in totdat de vormpjes ongeveer tot de helft onder water staan.
- Bak de taartjes ± 25-30 min. Let op: controleer tussendoor of de bovenkant niet te bruin wordt. Dek anders de ovenschaal af met aluminiumfolie.
- Prik met een tandenstoker in het midden van een van de taartjes. Als de tandenstoker er schoon uitkomt zijn de taartjes klaar.
- De taartjes moeten nu eerst goed afkoelen. Tot op dit punt is dit gerecht al een dag eerder te maken. De taartjes kunnen bewaard worden in de koelkast en blijven zeker 2 dagen goed.
- Schaaf voor het serveren per bord ± 5-6 plakjes van de peer en leg ze klaar op de borden.
- Maak voorzichtig de zijkant van de taartjes los met een mes en zet ze omgekeerd op een klein bordje. Houd bordje en vorm tegen elkaar en schud kort, dan laat het taartje los. Zet met een spatel op het perenbedje.
- Trek met een theelepeltje twee 'strepen' honing over de bovenkant van het taartje en serveer meteen.

Tip Dit gerecht is prima te maken als voorgerecht, maar misstaat ook niet bij een buffet.





Porchetta van de slager

Carlo Pieri, de lokale slager, brengt een porchetta (opgerold varkensvlees) mee en geurige rauwe hammen, pancetta en worsten. Zijn vlees komt van eigen varkens en sinds kort ook van eigen koeien. Hij vindt het belangrijk dat de dieren een goed leven hebben. Dat proef je ook terug in het vlees. De porchetta die hij heeft meegenomen is typisch Toscaans en wordt bij allerlei feesten gegeten. De bereiding is een klus: het rauwe vlees dat ruim een meter breed is gaat in een houtoven en gaart daar rustig ettelijke uren. Iedereen heeft zijn eigen recept; Carlo staat bekend om het gebruik van venkelzaadjes. Die verbouwt hij ook zelf, net als druiven en olijven. Op tafel verschijnen ook zijn eigen flessen wijn (www.poggiostenti.com).

Limoncello di Maria

Voor 3 flessen (0,75 l) ⌚ ± 20 min. + intrektijd 2-3 weken + vriezertijd 2-3 dagen

INGREDIËNTEN

6-8 onbespoten citroenen (afhankelijk van de grootte)
1 l 95% alcohol (of gebruik neutrale wodka met een zo hoog mogelijk alcoholgehalte)
500 g suiker
1,2 l bronwater

Ook nodig: 2 weckpotten à 1 l, 1 grote pan van ten minste 3 l, 3 goed schoongemaakte en gesteriliseerde 0,75 literflessen met een beugeltop of stop

BEREIDING

- Was de citroenen en schil met een dunschiller alleen het gele laagje er vanaf.
- Spoel de weckpotten om en vul ze elk met 5 dl alcohol plus in elk de helft van de gele schillen.
- Doe de deksel erop en schud een paar keer om. Zet daarna alles ongeveer 2-3 weken in het donker weg.
- Breng na de 2-3 weken het bronwater met 500 g suiker in een grote pan al roerend aan de kook. Zorg dat de suiker goed wordt opgenomen en laat het water niet te hard koken.
- Laat 2 min. borrelend doorkoken en daarna goed afkoelen.
- Zeef de alcohol zodat de schillen in de zeef achterblijven en giet de alcohol bij de water-suikeroplossing. Goed roeren zodat het mengsel troebel wordt.
- Giet via een trechter de limoncello in de flessen.
- Schud ze nog een keer om (dop erop!) en laat ze dan een halfuurtje staan.
- Leg ze daarna in de vriezer. Laat de flessen daar ten minste 2-3 dagen liggen. Daarna kan de limoncello worden gedronken.

Tip In het zuiden van Italië wordt limoncello gekoeld en in bevroren kopjes of glaasjes geschonken. Heerlijk na een warme dag, eventueel geserveerd met een torta della nonna, een klassieker uit het Italiaanse taartenregister.





Crostata van de banketbakker

Sara Bocci heeft een banketbakkerij in het dorp en maakt de heerlijkste taarten. Plus de zoete croissants die 's ochtends bij de plaatselijke bar met een kopje cappuccino worden genuttigd. Ze zet drie taarten op tafel: twee crostata's (jamtaarten) en een torta della nonna ('grootmoeders taart', met pijnboompitten). Ook de zoute biscotti zijn van haar. Die worden bij het eten gegeten, maar zijn ook erg lekker als tussendoortje. (www.labottegadelozucchero.it)



Crostata

Gebak voor 6-8 personen

⌚ ± 20 min. + rusttijd ± 30 min. + oventijd

35-40 min. + afkoeltijd ± 15 min.

INGREDIËNTEN

500 g bloem
220 g suiker
250 g boter, ijskoud en in blokjes
snufje zout
4 eieren (2 hele eieren en 2 eidooiers)
1 tl citroensap of vanille-extract
potje suikerarme jam (smaak naar keuze) van ± 200-250 g
scheutje maraschino (eventueel)

Ook nodig: bakvorm van 22 cm ø, ingevet en met bloem bestoven

BEREIDING

- Meng de bloem met de suiker en wrijf met de vingertoppen de boter erdoor tot er een kruimelig mengsel ontstaat.
- Voeg een snufje zout toe.
- Klop de eieren los en houd wat achter voor de afwerking.
- Kneed de rest samen met het citroensap of vanille-extract snel door het bloemmengsel tot een zacht deeg.
- Laat het deeg 30 min. afgedekt met plasticfolie rusten in de koelkast.
- Verwarm de oven voor op 180°C.
- Doe intussen de jam in een pannetje en voeg eventueel wat likeur of water toe. Verwarm dit, maar zorg dat de jam niet te droog wordt. Laat dan afkoelen.
- Rol 4/5 van het deeg uit in een cirkel die iets groter is dan de vorm. Draai deze cirkel om de deegroller en rol die uit over de vorm.
- Druk het deeg goed aan: ook langs de randen. Rol er eventueel met de deegroller overheen om het overtollige deeg weg te halen. Prik met een vork gaatjes in het deeg.
- Verdeel de jam over de bodem.
- Maak van het overgebleven deeg strookjes die als een raamwerk over de taart komen te liggen. Bestrijk ze met wat eigeel.
- Bak de taart 35-40 min. in het midden van de oven gaar.
- Neem uit de oven, laat afkoelen en verwijder dan pas de vorm.
- Serveer lauwwarm of koud.

Meer lezen van Rietje?

Culinair journaliste Rietje Krijnen schrijft over Montenero d'Orcia en geeft haar recepten prijs op www.mangiaredamaria-com.webnode.nl.

