

Uniek
kookboek

Marjo's

Pasta!

✓ 100% Italiaans ✓ Eenvoudig te maken ✓ Leuke verhalen

Marjo Geurtsen

Pasta!



Wat leuk dat je de moeite hebt genomen om dit boekje te downloaden! Kennelijk heb je behoefte aan een paar leuke recepten voor je zelf, je gezin of ga je koken voor familie of vrienden.

Hopelijk kan ik met dit gratis kookboekje wat lekkere recepten met je delen. Mijn recepten vinden hun oorsprong in Italië, zijn eenvoudig te maken en geven je een bord vol verrassingen en overweldigende smaken.

Aan de slag!

Ik wens je enorm veel plezier met dit kookboekje waarmee je een fantastische indruk kan maken op degene voor wie je kookt (of natuurlijk gewoon lekker voor jezelf!).

Indien je vragen hebt over de recepten of het maken ervan, dan kan je mij altijd mailen op info@casaonda.com.

La vita e bella,

Marjo Geurtsen



Inhoud

1. Rigatoni met broccoli
2. 'Pasta tonno' (favoriete familierecept!)
3. Pasta - soorten en maten
4. Penne kerstomaatjes, rucola en rozemarijn
5. Tagliatelle met funghi porcini
6. Lees'voer' voor tijdens het koken
7. Casa Onda
8. Farfalle met tuinbonen en citroen
9. Spaghetti van courgette met pomodoro en garnalen.
10. Spaghetti 'facile'
11. Ravioli met salieboter
12. Spaghetti carbonara
13. Pasta Avocado
14. Ciaoooo!



Vakantie naar Italië?

Neem eens een kijkje op mijn website

www.casaonda.com



Rigatoni met broccoli



Wat heb je nodig?

- 1 ui (fijn gehakt)
- 1 blikje ansjovisfilets (van 50 gr.)
- 300 gr broccoli
- 2 knoflook teentjes
- mes puntje spaanse peper
- 2 eetlepels olijfolie
- 3 eetlepels Pecorino kaas (geraspt)
- 75 gr. Rozijnen
- handje pijnboompitten
- rigatoni (pasta)

"Broccoli en rozijnen...
wat een verrassende combinatie!"

Foto: Senigallia

1. Voorbereiding: doe de rozijnen in een schaalje witte (droge) wijn zodat de rozijnen volledig ondergedompeld zijn. Laat minstens een half uur staan (wellen).
2. Rooster de pijnboompitjes licht bruin in een droge koekenpan. Bewaar ze na het roosteren apart.
3. Doe olijfolie + knoflook (fijn gesneden of geperst in knoflookpers) + mespuntje van een spaanse peper en de fijngehakte ui in de koekenpan. Doe de ansjovisfilets er direct bij.
4. Snijd de steel van de broccoli weg en breek de broccoli in kleinere (grove) stukken. Snijd de steel van de broccoli in dunne plakjes.
5. Laat in kokend water de plakjes broccolisteel koken. Voeg na 3 minuten de gebroken broccoli stukken toe.
6. Schep na 4-5 minuten de broccoli uit het water, maar gooi het water niet weg! Dit heb je later nog nodig. Laat de broccoli uitlekken en voeg hierna toe in de koekenpan bij de knoflook, ui en ansjovisfilets.
7. Kook de pasta 'al dente' in het water waar de broccoli in gekookt is en giet af.
8. Voeg het mengsel van de broccoli toe aan de pasta. Meng Pecorino kaas er door heen. (Indien je geen Pecorino kaas kunt vinden, kan je ook Parmezaanse kaas gebruiken).

Pasta tonno

Wat heb je nodig?

- 2 blikjes tonijn in olijfolie (van 125 gr)
- 1 blikje ansjovisfilets (van 50 gr)
- 250 gr peterselie
- 1 citroen
- 3 knoflook teentjes
- mes puntje spaanse peper
- 2 eetlepels olijfolie
- spaghetti

"Een heerlijke frisse pasta, rijk van smaak en verveelt nooit"



1. Doe olijfolie + knoflook (fijn gesneden of geperst in knoflookpers) + mespuntje van een spaanse peper in de koekenpan. Doe de ansjovisfilets er direct bij.
2. Bak de knoflook, peper en ansjovis kort en 'prak' de ansjovisfilets fijn met een spatel. Let op! Bak niet te lang, dan wordt de knoflook namelijk bruin.
3. Haal tonijn uit blik. Doe dit bij het mengsel in de koekenpan en bak kort mee.
4. Knip of hak de peterselie in grove stukken en doe dit bij het mengsel. Bak dit kort (+/- 2 minuten) mee.
5. Knijp een volledige citroen uit over het mengsel en haal de pan van het vuur.
6. Serveer met Spaghetti (al dente).
(Tip: doe ene beetje extra olijfolie (extra vergine) + citroensap over de pasta.)



Buon appetito!

Pasta

Soorten en maten



Rigatoni

Lijkt op penne, is groter van vorm. Lekker bij pasta met saus zoals een tomaten- of roomsaus.

Spaghetti

Geschikt voor pasta met vlees, vis of groenten. Niet geschikt voor grote hoeveelheden saus.



Farfalle

Ook wel 'strikjespasta' genoemd. Geschikt voor pasta met sauzen.



Fusilli

Alternatief voor penne of rigatoni.



Tagliatelle

Lijkt op spaghetti maar dan breder. Geschikt voor zowel pasta met sauzen en pasta met vlees, vis of groenten (zonder saus).



Penne

Lekker bij pasta met saus zoals een tomaten- of roomsaus.

Ravioli

Ook wel 'kussentjes' genoemd. Zijn van zichzelf al gevuld met vlees, vis of en/of groente.



Welke zal ik eens nemen?

Hoewel er misschien nog wel tientallen meerdere soorten pasta zijn, heb ik voor dit boek de meest bekende pasta soorten gebruikt. Deze pasta soorten zijn inmiddels in Nederland overal verkrijgbaar. Waarom zijn er nu eenmaal verschillende soorten en vormen? Hoewel al die verschillende vormen natuurlijk hartstikke leuk zijn om afwisselend te gebruiken, hebben de Italianen wel nagedacht over al die vormen en de functies ervan.



Zo is een 'holle pasta' zoals penne of rigatoni (of pasta met een krul zoals fusilli) uitermate geschikt voor pasta met (veel) saus. Denk bijvoorbeeld aan een lekkere 'bolognese' saus waarbij de pasta de saus als het ware opneemt. Zou je bij deze pasta spaghetti serveren, dan is de kans groot dat de spaghetti gaat 'zwellen' in een zee van saus. De pasta neemt de saus niet op, je bord zou wel eens op soep kunnen gaan lijken! Denk dus goed na over welke pasta je serveert bij het gerecht of de saus. Net als bij de keuze voor de wijn, kan het je gerecht maken of breken.

Penne kerstomaatjes, rucola en rozemarijn

Wat heb je nodig?

- 400 gr. cherrytomaatjes
- handje pijnboompitjes
- 125 gr. spekjes
- 3 takjes rozemarijn
- zak rucola
- flinke scheut olijfolie
- penne (pasta)

"Deze pasta is zo makkelijk!
Gevalletje 'koken voor dummies'"

1. Doe olie in de pan. Bak de pijnboompitjes (op laag vuur) licht bruin. Haal de pijnboompitjes uit de pan en bewaar de pitjes, maar laat de olie in de pan.
2. Bak de spekjes door tot ze hard (tegen het verbrande aan) zijn. Hierdoor worden de spekjes wat harder en zouter, wat een lekkere bite en smaak aan je pasta geeft.
3. Snij de kerstomaatjes door de midden en doe deze bij de spekjes. Laat het geheel ongeveer 15 minuutjes sudderen op middelmatig vuur, zodat de tomaatjes zacht worden.
4. Kook de pasta in ruim water. Doe bij het pasta water een aantal takken rozemarijn. Hierdoor krijgt de pasta een extra rijke smaak.
5. Giet de pasta af, haal de rozemarijn uit de pasta.
6. Meng het tomatenmengsel door de pasta, en voeg tot slot de gebakken pijnboompitjes toe.
7. Serveer met verse rucola.





Foto: tagliatelle con funghi Porcini

Tagliatelle met funghi Porcini

Wat heb je nodig?

- 300 gr. Champignons of gemengde paddenstoelen
- 200 gr. Porcini ('eekhoorntjesbrood')
- 1 rode ui (fijngehakt)
- 2 tenen knoflook (fijngehakt)
- handje vol peterselie (fijngehakt)
- 1 citroen
- 200 ml. slagroom
- scheutje witte wijn
- 250 gr. Spekjes
- tagliatelle (pasta)



"Krachtvoer! Lekker voor na een stevige wandeling met een goed glas wijn"

1. Doe olie in de pan. Bak de spekjes door tot ze hard (tegen het verbrande aan) aan. Hierdoor worden de spekjes wat harder en zouter, wat een lekkere bite en smaak aan je pasta geeft.
2. Fruit in een grote (andere) koekenpan de rode ui, knoflook en eventueel een mespuntje spaanse peper in een beetje olijfolie.
3. Voeg de schoongemaakte en in stukken gesneden champignons of paddenstoelen toe en bak dit zo'n 5 tot 10 minuten mee.
4. Voeg hierna de porcini toe.
5. Blus het geheel af met een scheut witte wijn en het sap van een half uitgeknepen citroen. Laat dit een paar minuten op laag vuur sudderen.
6. Voeg als laatst de slagroom en fijngehakte peterselie toe.
7. Kook de pasta 'al dente' en giet af.
8. Voeg de champignons bij de pasta. Voeg de spekjes toe en bestrooi de pasta bij opdienen met wat versie peterselie.

Tip: Porcini zijn in Nederland niet altijd vers te verkrijgen. Gebruik eventueel gedroogde porcini. Die zijn wel het gehele jaar te verkrijgen in de meeste supermarkten. Je moet de porcini laten weken in water waardoor de gedroogde porcini zacht worden. Voeg het gebruikte water bij het water in de pan waar je de pasta in kookt voor extra 'porcini-smaak' aan je pasta.

Buon appetito!

Lees'voer' voor tijdens
het koken

Beleef

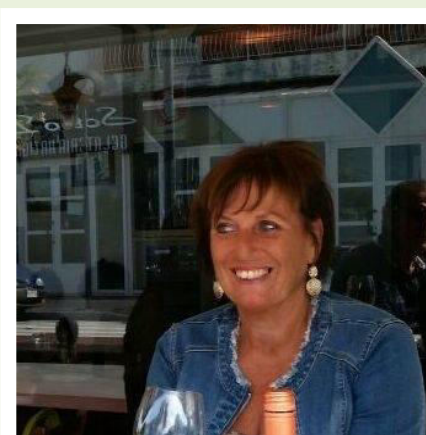
"La dolce vita"

Het roer om!

'Had ik het maar gedaan...'- de angst om jezelf deze vraag te moeten stellen, heeft ons in 2006 doen besluiten om finaal het roer om te gooien! We hebben ons huis (nog net in de goede tijd) verkocht en hebben onze baan opgezegd. 'Rijk zeker?' > Nee! 'Moeilijke keuze?' > Ja! 'Spijt van?' > Nooit!

La dolce vita

Hoewel we beseften dat onze keuze de nodige risico's met zich mee nam, waren we er van overtuigd dat ons idee om een Bed & Breakfast te beginnen in Italië een succes zou worden. Doordat we al heel wat vakanties in Italië hadden doorgebracht, voelden we ons inmiddels verbonden met het land. Mijn man Fred had al een aantal jaar een taalcursus gevolgd, die achteraf goed van pas kwam. We wilden het haastige leven in Nederland achter ons laten, en wat men noemt 'la dolce vita' beleven. Genieten van de ontmoetingen met mensen, hun verhalen, ze tot rust zien komen en volledig opgeladen zien vertrekken... Dat is waar wij nu onze vreugde uit halen, dat is wat ik noem 'la dolce vita'!



Tip: Vakantie bij Nederlanders in Italië: Casa Onda

Sinds 2006 run ik samen met mijn man Fred appartementen en Bed & Breakfast in Italië. Onze 'casa' (Casa Onda) ligt in de regio de Marche, dicht bij het plaatsje Senigallia aan de Adriatische zee.

Foto: terras van de Bed & Breakfast



Appartementen en Bed & Breakfast

Casa Onda is kleinschalig, we hebben slechts 4 appartementen en 2 Bed & Breakfast kamers. Ons huis ligt in de heuvels, in een oase van rust. Ieder appartement heeft een eigen keuken, badkamer, slaapkamer en woonruimte. Daarnaast heeft ieder appartement een heerlijk eigen terras evenals de Bed & Breakfast kamers.



Zwembad

Op een warme zomerdag even afkoelen in ons zwembad, heerlijk! Vanaf ons zwembad geniet je panoramisch uitzicht over de omgeving.



10 min. van Adriatische zee

Wat we vaak horen, is dat onze gasten de rust enorm waarderen. Men komt vaak uit het drukke bestaan dat we hebben. Presteren op het werk, je gezin, onderhouden van je banden met familie en vrienden... De rust heb je nodig om even weer helemaal tot je zelf te komen!

Wat ons huis zo speciaal maakt, is dat je niet in 'the middle of nowhere' zit. Binnen 10 minuten ben je aan een van de leukste en gezelligste boulevards van de Adriatische Zee, de boulevard van Senigallia. Er zijn restaurantjes en verschillende barretjes op de boulevard of zelfs op het strand. Gezelligheid en drukte is zo gevonden!

Stel je eens voor: met de voetjes in het zand, een sterrenhemel en genieten van een heerlijke pasta en een lekker glas wijn, daar word je toch vrolijk van?!

Onvergetelijke vakantie in Italië?

Neem eens een kijkje op mijn website;)

www.casaonda.com



Farfalle met tuinbonen en citroen

Wat heb je nodig?

- 125 gr. Spekjes
- halve rode ui (fijngehakt)
- 1 teentje knoflook (fijngehakt)
- mespuntje spaanse peper
- citroenrasp van 1 citroen
- citroensap van 1 citroen
- Tuinbonen (vers of uit pot)
- 4 eetlepels kookroom
- Farfalle (pasta)

"Binnen 15 minuten ligt de lente op je bord..."

1. Doe olie in de pan. Fruit kort de knoflook, het fijngehakte uitje en de spaanse peper.
2. Doe de spekjes erbij en bak ze een paar minuutjes mee.
3. Verwarm de tuinbonen mee op laag vuur.
4. Voeg de citroenrasp, citroensap van de helft van de citroen en de kookroom toe.
5. Kook de pasta 'al dente' en giet af.
6. Voeg de citroensap van de andere helft van de citroen bij de pasta. Voeg de saus bij de pasta.



Tip: Gebruik tuinbonen uit pot (gemakkelijk) of verse tuinbonen. Wanneer je verse tuinbonen gebruikt, zult je ze eerst even naar moeten koken.

1. Rooster de pijnboompitjes licht bruin in een droge koekenpan. Bewaar ze na het roosteren apart.
2. Snij de cherrytomaatjes in tweeën, doe ze in een ovenschaal en bestrooi ze met suiker, een snufje zeezout en wat olijfolie. Doe de schaal in een voorverwarnde oven op 200 graden en rooster de tomaatjes ongeveer 30 minuten.
3. Doe wat boter + een scheut olijfolie in de pan en fruit de knoflook en spaanse peper kort.
5. Voeg de rauwe (rauwe garnalen zijn grijs van kleur, roze garnalen zijn al gekookt) garnalen toe en bak ze kort mee tot ze volledig roze gekleurd zijn. Je kan verse garnalen gebruiken of garnalen uit de diepvries. Voeg tijdens het bakken een scheut witte wijn toe.
6. Snij de uiteinden van de courgettes af. Snijd met een spiraalsnijder de courgettes in dunne sliertjes. Dit wordt de spaghetti.
7. Doe een beetje olie in een wok- of koekenpan. Verwarm de courgettepasta kort (ong. 3 minuten) en voeg wat zeezout toe. Let op! Laat de courgettepasta niet te lang staan. De pasta (courgette) wordt dan slap en de lekkere 'byte' gaat verloren.
8. Meng de cherrytomaatjes en de garnalen met de courgette spaghetti.
9. Bestrooi de pasta voor opdienen met wat geroosterde pijnboompitjes en voeg naar smaak een laatste snuf zout & peper toe.



Let op! Voor dit gerecht heb je een spiraalsnijder nodig. Dit is in meerdere winkels verkrijgbaar.



Wat heb je nodig?

- 5 grote courgettes
- 250 gr. Cherry tomaten
- 200 gr. gepelde garnalen
- 4 tenen knoflook (fijngehakt)
- mespuntje spaanse peper
 - sap van 1 citroen
 - rasp van 1 citroen
 - scheutje witte wijn
 - handje geroosterde pijnboompitten
 - 2 eetlepels suiker

Spaghetti van courgette met pomodoro en garnalen

"Een vitaminen bom! Net echte pasta, maar dan van verse courgette."
Marjo: Dit moet je echt eens proberen!

Foto: Onze Casa Onda op een van de vele zomerse dagen.
Tip: kijk voor meer foto's en video's op www.casaonda.com



Kun je me dat recept eens geven?

Een vraag die ik de laatste jaren vaak gehoord heb van onze gasten bij Casa Onda... Met dit gratis E-book 'Marjo's pasta' hoop ik op sommige verzoeken eindelijk een antwoord te kunnen geven. Als je mij nog niet kent (die kans acht ik vrij groot) hoop ik dat je met deze eenvoudige recepten Italië als het ware in huis haalt.



Als je vragen hebt over bepaalde gerechten, Casa Onda of over een ander onderwerp, stuur mij dan een mailtje op info@casaonda.com.

Pasta facile



Het leuke van de Italiaanse keuken vind ik dat je met weinig ingrediënten de meest geweldige smaken kan creëren. In de Italiaanse keuken gaat het vooral om verse producten, die ook in Nederland gemakkelijk te verkrijgen zijn. Je moet hierbij bijvoorbeeld denken aan tomaten, basilicum, bepaalde kruiden als rozemarijn en tijm en wat knoflook. Door de eenvoud in het maken van de gerechten met eenvoudige ingrediënten, kan echt iedereen een lekker bord pasta op tafel zetten. Zelfs al heb je nog nooit gekookt, met een portie liefde en een paar eenvoudige tips & trucks zet je een restaurant waardig gerecht op tafel!

Spaghetti 'facile'



Wat heb je nodig?

- 5 grote rijpe tomaten
- handvol basilicum
(grof gehakt)
- 2 tenen knoflook
(fijn gehakt)
- 4 eetlepels goede olijfolie
(extra vergine)
- 75 gr. Parmezaanse kaas
- spaghetti

1. Kook water in pan. Voeg wat zout aan het water toe.
2. Snij en kruisje in de onderkant van de tomaten en doe de tomaten enkele minuten in het kokende water.
3. Haal de tomaten uit het kokende water en leg ze te drogen. Nu kan je de schilletjes van de tomaat er af halen. Bewaar het kookwater die de smaak van tomaat deels heeft overgenomen. Hier kook je later de pasta in.
4. Snij de tomaten in grove stukken en doe ze in een grote kom. Voeg de knoflook, basilicum, olijfolie, en wat peper en zout toe. Laat dit een uurtje rusten zodat de smaken goed kunnen vermengen.
5. Kook de pasta 'al dente' en giet af. Voeg de inhoud van de kom toe aan de pasta en meng de Parmezaanse kaas voor het opdienen er door heen.

"Typerend voor de Italiaanse keuken.
Weinig en eenvoudige ingrediënten...
een sterke en pure smaak!"





Wat heb je nodig?

- 2 eetlepels boter
- 2 eetlepels goede olijfolie
(extra vergine)
- 12 blaadjes salie
- verse ravioli (vulling naar keuze)



Ravioli met salieboter

1. Smelt in een klein pannetje de boter.
2. Voeg de salie toe en verwarm op zeer laag vuur mee. Hiermee trekt de smaak van de salie in de boter.
3. Kook de ravioli 'al dente' en giet af. Besprenkel met goede olijfolie.
4. Voeg de saus toe en serveer met Parmezaanse kaas

"Fluweel zacht en binnen 10
minuutjes op tafel"

Wist je dat?

'Drink je hier rode of witte wijn bij?' Een vraag die mij tijdens de dinners bij Casa Onda nog wel eens gesteld werd. Natuurlijk moet je gewoon drinken waar je trek in hebt en wat je lust!



Toch zijn er ongeschreven wetten die bepalen wanneer je rode of witte wijn drinkt. **De vuistregel is over het algemeen: pas de kleur van de wijn aan, aan de kleur van het gerecht.** Zo drink je een glas rode wijn vaak bij vleesgerechten zoals biefstuk of bij pasta's met rode sauzen. Witte wijn drink je vaak bij 'witte gerechten' zoals vis, kip of pasta's met vis of bepaalde groenten (zonder tomaat).



Wat heb je nodig?

- 4 eieren
- 1 citroen
- handje peterselie
(fijn gehakt)
- 125 gr. Parmezaanse kaas
(fijn geraspt)
- 75 ml slagroom
- 125 gr. spekjes
- tagliatelle

Spaghetti Carbonara

"De citroenrasp is de kroon op dit gerecht...

Minder machtig en frisser dan een normale Carbonara"



- 1.** Doe olie in de pan. Bak de spekjes door tot ze hard (tegen het verbrande aan) aan. Hierdoor worden de spekjes wat harder en zouter, wat een lekkere bite en smaak aan je pasta geeft. Houdt de pan warm.
- 2.** Scheid 4 eidooiers van het eiwit en doe deze in een schaal.
- 3.** Hak de peterselie fijn en rasp de schil van 1 citroen.
- 4.** Voeg de Parmezaanse kaas, slagroom, peterselie en citroenrasp toe bij de eidooiers. Roer tot het geheel een glad mengsel wordt.
- 5.** Kook de pasta 'al dente' en giet af.
- 6.** Voeg het mengsel en de spekjes bij de pasta.
- 7.** Serveer met wat extra Parmezaanse kaas en wat gemalen zwarte peper.

Foto: Furlo Kloof (Marche)

Pasta Avocado

Wat heb je nodig?

- pasta naar keuze
- 1 rijpe avocado
- 150 gr. gerookte kip
- 1 bosui
- 250 gr. cherrytomaatjes
- zakje rucola

"Snijden, husselen en klaar is kees! Heerlijk gerecht van Rosanne en Auke Demmendaal, winnaar van onze facebook actie"



1. Pof de cherrytomaten kort in de oven of in de pan.
2. Snijd alle andere ingrediënten en hussel dit door elkaar.
3. Kook de pasta 'al dente' en giet af.
4. Voeg het mengsel, de tomaatjes en pasta bij elkaar.
5. Serveer met wat extra Parmezaanse kaas en wat gemalen zwarte peper.

Pasta Facebook

Een tijdje geleden hebben we een actie op facebook geplaatst. We vroegen onze volgers hun lekkerste pasta gerecht te delen. Het pasta gerecht met de meeste 'likes' zou een vermelding krijgen in dit boekje. Ecco la qua! Dit gerecht van Rosanne en Auke Demmendaal heeft gewonnen.



Op onze social media vind je dagelijks updates over onze bezigheden bij Casa Onda. Ook hebben we van tijd tot tijd leuke acties, zoals deze recepten actie. Zo hebben we laatst een gratis vakantie geloot onder degene die dit het meest zou verdienen, blijkend uit de reacties. We hebben hier erg veel leuke reacties op ontvangen en een gezin erg blij gemaakt!

Wil je ook op de hoogte blijven van onze bezigheden of leuke (win)acties?
Volg ons dan op facebook en Instagram!

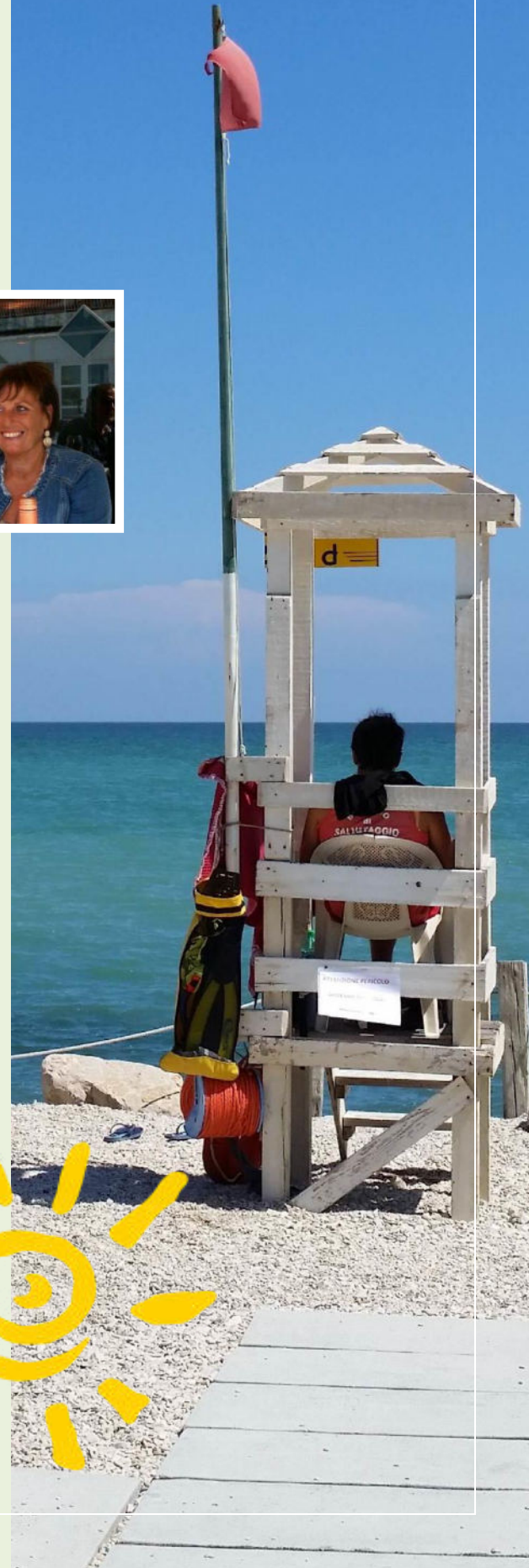
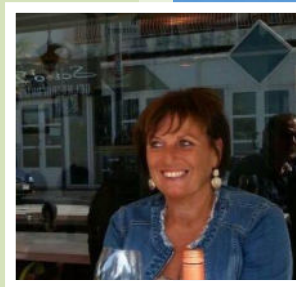


CIAO OOOO!

Bedankt dat je dit kookboekje hebt gedownload.
Ik hoop echt dat je er veel plezier mee hebt
gehad. Wie weet ontmoeten we elkaar nog eens in
Italië. Ik heb nog veel meer recepten die ik dan
met je kan delen☺

Zoals we op z'n Italiaans zouden zeggen,

Ci vediamo!



Vakantie naar Italië?

Neem eens een kijkje op mijn website

www.casaonda.com





<https://ruudskookboek.nl>

Ik steun...

Blind **E**lephant
Stg. **x**perience

U ook???

Het IBAN-nummer van de Stichting Blind Elephant Experience luidt:
NL63 RBRB 0943 525 756