

Italian ruokakurssi

Seutuopiston kurssi, syksy 2019
Elina Lannoy

Lähteet

ja muita kiinnostavia linkkejä:

- La cucina italiana (italiaksi tai englanniksi):
<https://www.lacucinaitaliana.it>
- Toinen jalka Italiassa –blogin reseptit (suomeksi):
<http://toinenjalkaitaliassa.blogspot.com/p/reseptit.html>
- Ricettario – Ruokaa Italiasta (suomeksi):
<http://ruokaaitaliasta.blogspot.com>

Sisällysluettelo

Lähteet.....	1
Sisällysluettelo.....	1
I. Ruokakulttuurista	2
Ateriat	2
Kahvilassa.....	2
Syömään.....	2
II. Italian kielestä	3
1 Ääntämisestä.....	3
2 Suvusta ja luvusta	4
3 Verbeistä: käskymuoto	5
III. Reseptit.....	6
1 Antipasto.....	6
2 Primo	7
3 Secondo.....	9
4 Dolce.....	10

I. Ruokakulttuurista

Ateriat

Italialainen ateria koostuu perinteisesti neljästä osasta. *Antipasto* – alkuruoka, *primo* – väliruoka, *secondo* – pääruoka ja *dolce* – jälkiruoka. Antipastot vaihtelevat runsaasti alueista ja ateriasta riippuen, mutta usein syödään leikkeleitä tai marinoituja kasviksia. Pastat kuuluvat primoihin eli väliruokiin kuten keitot ja risototkin. Niiden yhtenä tehtävänä on vatsan täyttäminen, ja siksi pääruoka on yleensä hyvin pelkistetty ja kevytkin (usein lihaa tai kalaa). Näiden lisäksi voi syödä lisukkeita, eli *contorni*, perunoita tai vihanneksia.

Kahvilassa

Italiassa kahviloissa mennään yleensä ensin kassalle, jossa tilaus maksetaan ja vasta sen jälkeen kuitti viedään baaritiskille, jossa saa kuittia vastaan maksamansa tuotteet. Usein kahvi juodaan seisten baaritiskin ääressä. Useimmissa kahviloissa on eri hinnat tiskillä (*al banco*) ja pöydässä (*al tavolo*). Hinnat löytyvät jokaisen kahvilan seinältä. Kahvilasta riippuen hintaero voi olla huomattava.

Syömään

Italiassa ravintola avataan puolen päivän maissa ja se suljetaan n. klo 15. Iltakuuden jälkeen se avataan uudelleen ja pidetään auki iltamyöhään saakka. Ruokapaikkoja on monenlaisia:

Trattoria Aikaisemmin kaikkia ravintoloita kutsuttiin tällä sanalla. Siellä syötiin maksua vastaan sitä, mitä oli tarjolla. Nykyaikainen *trattoria* on varsinaista *ristorantea* pienempi, intiimimpi ja perinteisempi paikka.

Ristorante Kun *trattori*alla aikoinaan oli mahdollisuus parantaa valikoimaansa ja palvelutasaansa, sitä alettiin kutsua ranskalaisperäisellä sanalla *ristorante*.

Osteria Perinteisessä *osteriassa* voi juoda viiniä sekä napostella jotakin kevyempää.

Rosticceria erikoiosaamiseen kuuluvat avotulella grillatut ruokalajit.

Pizzeria Pizzaa ei saa kaikista ravintoloista, vaan nimenomaan pizzerioista – jos paikan nimessä manitaan sekä *ristorante* että *pizzeria*, se tarjoaa sekä pizzaa että muita ruokalajeja. Aito italialainen pizza tehdään avotuliuunissam ja sitä syödään yleensä iltaisin – lounasaikaan pizzaa ei aina ole tarjolla.

Gelateria Jäätelöbaarit valmistavat yleensä itse omat jäätelönsä ja sorbettinsa.

II. Italian kielestä

1 Ääntämisestä

Huomaa:

- ❖ *s* ääntyy soinnittomana kuten suomen kielessä, paitsi soinnillisen konsonantin edellä (sb, sd, sg, sl, sm, sn, sr, sv) soinnillisena:
spaghetti, *uvaspina* (karviaismarja)
sgombro (makrilli), *rosmarino* (rosmariini)
- ❖ *gli* ennen vokaalia ääntyy liudentuneen l:na [ʎ]:
aglio (valkosipuli), *tagliare* (leikata)

C:n ja G:n ääntäminen

- ❖ *c* ja *g* ääntyvät kovina, kun ne esiintyvät a:n, o:n ja u:n edellä
- ❖ *c* ja *g* ääntyvät pehmeinä, kun ne esiintyvät e:n ja i:n edellä
- ❖ *ch* ja *gh* ääntyvät kovina, kun ne esiintyvät e:n ja i:n edellä

	A	O	U	E	I
C	<i>CAvolo</i> [ka] (kaali)	<i>brocCOlo</i> [ko] (parsakaali)	<i>CUcchiaio</i> [ku] (ruokalusikka)	<i>CEce</i> [tʃe] (kikherne)	<i>CInghiale</i> [tʃi] (villisika)
G	<i>GAllo</i> [ga] (kukko)	<i>vonGOla</i> [go] (simpukka)	<i>GUstare</i> [gu] (maistella)	<i>GElato</i> [dʒe] (jäätelö)	<i>GIrare</i> [dʒi] (rullata/käntää)
SC	<i>SCAtola</i> [ska] (purkki)	<i>SCOntrino</i> [sko] (kuitti)	<i>cuSCUssù</i> [sku] (kuskus)	<i>SCEgliere</i> [ʃe] (valita)	<i>SCIolto</i> [ʃi] (sulanut)
	+I			+H	
C	<i>aranCIA</i> [tʃa-tʃia] (appelsiini)	<i>braCIOla</i> [tʃo] (kyljys, pihvi)	<i>acCIUga</i> [tʃu] (anjovis)	<i>zucCHEro</i> [ke] (sokeri)	<i>caCHI</i> [ki] (kaaki)
G	<i>parmiGLAno</i> [dʒa-dia] (parmesaani)	<i>faGIOlo</i> [dʒo] (papu)	<i>GIUdia</i> [dʒu] (juutalainen)	<i>ghe</i> [ge] (jää)	<i>GHIaccio</i> [gi] (jää)
SC	<i>scia</i> [ʃa-ʃia] (sulanut)	<i>SCIOlto</i> [ʃa-ʃio] (sulanut)	<i>sciu</i> [ʃu] (sulanut)	<i>sche</i> [ske] (sulanut)	<i>SCHIumato</i> [ski] (vaahdottu)

- Tutki ensimmäisen reseptin italian tekstiä ja mieti ääntämistä.

2 Suvusta ja luvusta

Kaikilla italiankielisillä substantiiveilla on kieliopillinen suku ja luku, eli ovat maskuliineja tai feminiinejä, sekä yksikössä tai monikossa. Sanan suku ja luku näkyvät mm. artikkeleissa:

MÄÄRÄISET ARTIKKELIT				EPÄMÄÄRÄISET ARTIKKELIT			
	yks.	mon.			yks.	mon.	
m.	<i>IL</i>	<i>I</i>	sana alkaa konsonantilla	m.	<i>UN</i>	<i>(dei)</i>	sana alkaa konsonantilla tai vokaalilla
	<i>LO</i>	<i>GLI</i>	sana alkaa <i>s</i> + kons., <i>gn</i> , <i>pn</i> , <i>ps</i> , <i>z</i> , <i>x</i> tai <i>y</i>		<i>UNO</i>	<i>(degli)</i>	sana alkaa <i>s</i> + kons., <i>gn</i> , <i>pn</i> , <i>ps</i> , <i>z</i> , <i>x</i> tai <i>y</i>
	<i>L'</i>	<i>GLI</i>	sana alkaa vokaalilla → artikkelin vokaali putoaa pois	f.	<i>UNA</i>	<i>(delle)</i>	sana alkaa konsonantilla
f.	<i>LA</i>	<i>LE</i>	sana alkaa konsonantilla		<i>UN'</i>	<i>(delle)</i>	sana alkaa vokaalilla → artikkelin vokaali putoaa pois
	<i>L'</i>	<i>LE</i>	sana alkaa vokaalilla → artikkelin vokaali putoaa pois				

- Tutki toisen reseptin italian tekstiä ja mieti sanojen sukua ja lukua.

3 Verbeistä: käskymuoto

Italian imperatiivia käytetään käsky- tai kehotusmuotona.

RYHMÄ I: -ARE (<i>cucinare</i> [laittaa ruokaa], <i>salare</i> [suolata], <i>mangiare</i> [syödä], <i>informare</i> [pistää uuniin], <i>grigliare</i> [grillata], <i>grattugiare</i> [raastaa], ...)		
(io)	-	-
(tu)	<i>cucin</i> A	<i>mang</i> IA
(lui, lei, Lei)	<i>cucin</i> I	<i>mang</i> I
(noi)	<i>cucin</i> LAMO	<i>mang</i> LAMO
(voi)	<i>cucin</i> ATE	<i>mang</i> LATE
(loro)	<i>cucin</i> INO	<i>mang</i> INO

RYHMÄ II: -ERE (<i>friggere</i> [paistaa/käristää], <i>cuocere</i> [kypsentää/keittää], ...)		
	-	-
	<i>frigg</i> I	<i>cuoc</i> I
	<i>frigg</i> A	<i>cuoc</i> IA
	<i>frigg</i> LAMO	<i>cuoc</i> LAMO
	<i>frigg</i> ETE	<i>cuoc</i> ETE
	<i>frigg</i> ANO	<i>cuoc</i> LANO

RYHMÄ III: -IRE (<i>bollire</i> [kihauttaa], ...)		ISC (<i>condire</i> [maustaa], ...)
	-	-
	<i>boll</i> I	<i>cond</i> ISCI
	<i>boll</i> A	<i>cond</i> ISCA
	<i>boll</i> LAMO	<i>cond</i> LAMO
	<i>boll</i> ITE	<i>cond</i> ITE
	<i>boll</i> ANO	<i>cond</i> ISCANO

- Tutki kolmannen reseptin italian tekstin verbejä.

III. Reseptit

1 Antipasto

Cubi di polenta con formaggi

- ✓ 300 g Farina di mais
- ✓ 100 g Gorgonzola
- ✓ 50 g Ricotta
- ✓ 50 g Taleggio
- ✓ 25 g Mandorle con la buccia
- ✓ 20 g Mandorle pelate
- ✓ Olio extravergine d'oliva
- ✓ Sale
- ✓ Pepe

- ✓ 300 g Maissijauhoa
- ✓ 100 g Gorgonzolaa (sinihomejuusto)
- ✓ 50 g Ricottaa (tuorejuusto)
- ✓ 50 g Taleggioa (kypsytetty pehmeä juusto)
- ✓ 25 g Manteleita kuorineen
- ✓ 20 g Kuorittuja manteleita
- ✓ Neitsytoliiviöljyä
- ✓ Suolaa
- ✓ Pippuria

Kesto: 1t

Annoksia: 6

Cuocete la farina di mais con 1,2 litri di acqua bollente salata per 35', ottenendo una polenta piuttosto soda; mantecatela con un cucchiaino di olio e una macinata di pepe, versatela poi in una teglia quadrata (lato 18 cm, h 3 cm); livellate e lasciate raffreddare.

Tagliatela a cubi e scavateli con un cucchiaino creando un foro.

Appoggiate i cubi e le palline ricavate su una placca coperta di carta da forno.

Spezzettate il gorgonzola e il taleggio e frullateli con la ricotta, le mandorle pelate e un'abbondante macinata di pepe (farcia).



Riempite i cubi di polenta con la farcia, aiutandovi con una tasca da pasticciere.

Infornateli a 200 °C per 8-10'.

Sfornateli, cospargeteli di mandorle con la buccia tritate grossolanamente e serviteli con le palline scavate in precedenza.

Keitä maissijauho suolaisessa vedessä (1,2 l) 35 minuutin ajan, jolloin saadaan melko kiinteä polenta; sekoita mukaan ruokalusikallinen öljyä ja pippuria, kaada se sitten neliömäiseen astiaan (korkeus 3 cm); tasoita ja anna jäähtyä.

Leikkaa se kuutioiksi ja koverra esim. teelusikalla kuoppa.

Sijoita kuutiot ja näin saadut pallot leivinpaperilla peitetylle levylle.

Murra sinihomejuusto ja kypsytetty juusto ja sekoita ne tuorejuuston, kuorittujen mantelien ja runsaan pippurin kanssa.

Täytä polentakuuotiot täytteellä taikinapussin avulla.

Paista 200 asteessa 8-10 minuuttia.

Poista uunista, ripottele karkeasti jauhettuja manteleita (kuorineen) ja tarjoile aiemmin koverrettujen pallojen kanssa.

2 Primo

Cannelloni ripieni di gorgonzola e ricotta

- ✓ 500 g Latte
- ✓ 400 g Gorgonzola dolce cremoso
- ✓ 250 g Ricotta
- ✓ 250 g Broccolo romanesco a cimette
- ✓ 60 g Pistacchi sgusciati e pelati
- ✓ 30 g Burro
- ✓ 30 g Farina
- ✓ 16 pz Cannelloni secchi
- ✓ 1 pz Uovo
- ✓ Noce moscata
- ✓ Parmigiano Reggiano
- ✓ Olio extravergine di oliva
- ✓ Sale
- ✓ Pepe

- ✓ 500 g Maitoa
- ✓ 400 g Kermaista Gorgonzolaa (sinihomejuusto)
- ✓ 250 g Ricottaa (tuorejuusto)
- ✓ 250 g Romanesco-kaalia
- ✓ 60 g Kuorittuja pistaasipähkinöitä
- ✓ 30 g Voita
- ✓ 30 g Jauhoa
- ✓ 16 kpl Cannelloni-pastaa
- ✓ 1 kpl Kananmuna
- ✓ Muskottipähkinää
- ✓ Parmesaania (kypsytetty kova juusto)
- ✓ Neitsytoliiviöljyä
- ✓ Suolaa
- ✓ Pippuria

Kesto: 1t20 Annoksia: 6

Mescolate la ricotta con il gorgonzola, privato della crosta, 40 g di parmigiano grattugiato e l'uovo.

Condite con una macinata abbondante di pepe nero e un pizzico di sale.

Amalgamate tutto e raccogliete il composto in una tasca da pasticciere.

PER LA BESCIAPELLA:

Sciogliete il burro in una casseruola, poi incorporatevi la farina e cuocetela per 3–4 minuti.

Unite il latte freddo, mescolate e portate a bollore.

Cuocete, sempre mescolando, per circa 10 minuti, salate e profumate con abbondante noce moscata grattugiata.

PER I CANNELLONI:

Versate 2–3 cucchiaini di besciamella in una pirofila di dimensioni adatte a contenere i 16 cannelloni in misura.

Riempite i cannelloni con il ripieno e disponeteli nella pirofila, uno accanto all'altro.

Copriteli con la besciamella rimasta e spolverizzateli con altro parmigiano grattugiato.

Coprite la teglia con un foglio di alluminio e infornate a 190 °C per 30 minuti.

Sekoita tuorejuusto sinihomejuuston (ilman kuorta), 40 g raastetun parmesaanin ja kananmunan kanssa.

Mausta runsaalla mustapippurilla ja ripauksella suolaa.

Sekoita kaikki ja pistä seos taikinapussiin.

VALKOKASTIKE:

Sulata voi kattilassa, lisää sitten jauhot ja keitä 3–4 minuuttia.

Lisää kylmä maito, sekoita ja kiehauta.

Keitä jatkuvasti sekoittaen noin 10 minuutin ajan, suolaa ja mausta runsaalla raastetulla muskottipähkinällä.

CANNELLONI-PASTA:

Kaada 2–3 ruokalusikallista valkokastiketta uuninkestävään astiaan, johon mahtuu kaikki 16 cannellonia.

Täytä cannellonit juustotäytteellä ja aseta ne vierekkäin astiaan.

Peitä ne jäljellä olevalla valkokastikkeella ja ripottele lisää raastettua parmesaania.

Peitä astia alumiinifoliolla ja paista 190 asteessa 30 minuuttia.

Togliete quindi l'alluminio e fate gratinare a 200 °C per circa 10 minuti.

Lessate intanto il broccolo, tuffandolo in acqua bollente salata per 6-8 minuti; scolatelo e conditelo con un filo di olio.

Servite i cannelloni con le cimette di broccolo e i pistacchi sminuzzati.

Poista sitten alumiini ja anna ruskistua 200 asteessa noin 10 minuutin ajan.

Sillä välin keitä kaali suolaisessa vedessä 6-8 minuuttia; valuta se ja mausta pienellä määrällä öljyä.

Tarjoile cannellonit kaalin ja hienonnettujen pistaasi-pähkinöiden kera.



3 Secondo

Verzolini della Vigilia

- ✓ 600 g Verza
- ✓ 500 g Passata di pomodoro
- ✓ 100 g Parmigiano Reggiano grattugiato
- ✓ 50 g Pane raffermo
- ✓ 20 g Pangrattato
- ✓ 2 Uova
- ✓ Mezza cipolla
- ✓ Latte
- ✓ Burro
- ✓ Olio extravergine di oliva
- ✓ Sale
- ✓ Pepe

- ✓ 600 g Kurttu/savoijinkaalia
- ✓ 500 g Paseerattua tomaattia
- ✓ 100 g Raastettua parmesaania (kypsy-tetty kova juusto)
- ✓ 50 g Kuivahtanutta leipää
- ✓ 20 g Korppujauhoja
- ✓ 2 Kananmunaa
- ✓ Puolikas sipuli
- ✓ Maitoa
- ✓ Voita
- ✓ Neitsytoliiviöljyä
- ✓ Suolaa
- ✓ Pippuria

Kesto: 50 minuuttia Annoksia: 4

Mondate la verza, eliminando le foglie più esterne, sfogliatela, battete le coste centrali con l'aiuto di un batticarne e sbollentatela in acqua salata per 6'; tenete da parte una ventina di foglie, scegliendo le più belle, e tritate le altre.

Mondate la cipolla, tagliatela a cubetti e fatela rosolare in padella con un cucchiaino di olio, quindi aggiungete la passata di pomodoro, un pizzico di sale, una macinata di pepe e cuocete per 10'.

Ammollate il pane raffermo in un po' di latte, unite il formaggio grattugiato, le uova, la verza tritata e il pangrattato e mescolate fino a ottenere un composto omogeneo (ripieno).

Farcite ciascuna foglia di verza con un cucchiaino di ripieno e ripiegate la a formare un involtino.

Rosolate gli involtini in una padella con una noce di burro e 2 cucchiaini di olio per 4'.

Mettete nei piatti un mestolo di sugo, adagiatevi sopra gli involtini e servite.

Kuori kaali poistamalla ulommat lehdet, irrota lehdet, nuiji keskimmäiset lehtiruodit lihanuijan avulla ja keitä suolavedessä 6 minuuttia; varaa parisenkymmentä kauneinta lehteä ja pilko muut.

Kuori sipuli, leikkaa se kuutioiksi ja kuullota se pannulla ruokalusikallisella öljyä, lisää sitten tomaatti, ripaus suolaa, vähän pippuria ja keitä 10 minuuttia.

Liota kuivahtanut leipä maidossa, lisää raastettu juusto, kananmunat, hienonnettu kaali ja korppujauhot ja sekoita kunnes seos on homogeeninen.

Täytä jokainen kaalilehti ruokalusikallisella täytellä ja rullaa se.

Ruskista rullat pannulla voinokareessa ja kahden ruokalusikallista öljyä 4 minuutin ajan.

Kaada lautasille kauhallinen kastiketta, aseta rullat päälle ja tarjoile.



4 Dolce

Dita di apostoli

- ✓ 200 g Ricotta
- ✓ 100 g Zucchero semolato
- ✓ 30 g Cacao amaro in polvere più un po'
- ✓ 10 g Rum bianco
- ✓ 4 Albumi
- ✓ Burro
- ✓ Cannella in polvere
- ✓ Sale

Kesto: 40 min

Mescolate la ricotta con lo zucchero semolato e il cacao, infine incorporate il rum, ottenendo un composto cremoso che userete come ripieno.

Battete leggermente gli albumi con un pizzico di sale: non dovranno montare ma solo diventare un po' schiumosi.

Sciogliete una piccola noce di burro in una padellina (ø 10-12 cm) e, non appena sarà ben caldo, versatevi 2 cucchiaini di albume, ricavando una frittatina sottile.

Soffriggetela per 1', facendo attenzione che non colorisca, e voltatela per pochi secondi, poi toglietela dalla padellina, distribuitevi al centro 2 cucchiaini di ripieno e arrotolatela con le mani umide chiudendola a mo' di cannolo.

Realizzate nello stesso modo altre 7-9 frittatine e farcitele via via che saranno cotte.

Spolverizzate le "dita" con il cacao amaro, la cannella e, a piacere, lo zucchero a velo, quindi servitele tiepide o fredde.

- ✓ 200 g Ricotta (tuorejuusto)
- ✓ 100 g Sokeria
- ✓ 30 g Makeuttamatonta kaakaojauhetta plus hieman lisää
- ✓ 10 g Valkorommia
- ✓ 4 Valkuaista
- ✓ Voita
- ✓ Kanelijauhetta
- ✓ Suolaa

Annoksia: 10

Sekoita tuorejuusto sokerin ja kaakaon kanssa ja lisää sitten rommi, jolloin saadaan kermanen seos, jota käytät täytteenä.

Vatkaa valkuaiset kevyesti lisäten niihin ripaus suolaa: niiden ei pidä kiinteytyä, vaan niistä tulee vain vähän vaahtoavia.

Sulata pieni voinappi pannulla (ø 10-12 cm) ja heti kun se on kuuma kaada 2 lusikallista valkuaista, jolloin muodostuu ohut munakas.

Paista kevyesti minuutin ajan, varmista, ettei saa värejä, ja kääntelee sitä muutaman sekunnin ajan, poista se sitten pannulta, jaa keskelle 2 ruokalusikallista täytettä ja rullaa se kosteilla käsillä sulkemalla se kuin tuubi.

Tee samalla tavalla muut 7-9 munakasta ja täytä ne kun ovat kypsiä.

Ripottele "sormille" kaakaota, kanelia ja maun mukaan tomusokeria ja tarjoile lämpimänä tai kylmänä.

