



ccpl.nl

## Il cibo di Sicilia | Juni 2024



**Amuse**  
Caponata

**Farina,**  
Pinot Grigio Blush, 2023,  
Veneto, IT



**Voorgerecht**  
Arancini

**Epicuro,**  
Pinot Grigio, 2022, Sicilie, IT



**Soep**  
Zuppa di pesce



**Hoofdgerecht**  
Siciliaanse pasta met  
kip en Pecorino Nero  
di Sicilia

**Corte Ibla,**  
Nero d'Avola, 2021, Sicilië, IT



**Nagerecht**  
Cannolo Siciliano



**Caponata** is een Siciliaanse groentesaus die lijkt op Provençaalse ratatouille. Er bestaan veel variaties, maar aubergine is een vast ingrediënt. Let op de licht zoetzure smaak!

De naam '**caponata**' zou van oorsprong uit het Spaans komen, niet helemaal verwonderlijk, want Sicilië is door vele landen en volkeren overheerst, waaronder Spanje.

### Voorgestelde wijn

**Farina**, Pinot Grigio Blush 2023, *Veneto IT*. Pinot Grigio is een roze of 'gris/grigio' druif. Vergisting van het sap met de schillen geeft licht roze wijn. Caponata is als een ratatouille, waarbij men traditioneel ook rosé drinkt.

### Het recept

We bakken de ciabatta en tegelijkertijd smoren we de uien.

We blakeren de paprika's en snijden deze en de andere groenten klein.

De groenten smoren we tot de caponata en we serveren deze op sneetjes geroosterde ciabatta.

### Ciabatta

#### Ingrediënten (12 personen)

4 stuks ciabatta

### Bereiding

1. Bak de Ciabatta af in de oven volgens de beschrijving op de verpakking.
2. Laat de ciabata afkoelen.

### Caponata

#### Ingrediënten (12 personen)

3	stuks	rode uien
2	stuks	citroenen
2	stuks	aubergines
1	stuks	gele paprika
1	stuks	rode paprika
2	stuks	knoflooktenen
8	stuks	cherrytomaten
15	gram	kappertjes (= 1 el)
60	gram	rozijnen (= 4 el)
2	stuks	wortel
1	stengel	bleekselderij
20	stuks	basilicumblaadjes
20	gram	balsamicoazijn (= 2 el)
30	gram	extra vergine olijfolie (= 3 el)
		zwarte peper
		zout

## Uien smoren

1. Snijd de rode uien met een mandoline of een scherp mes in dunne ringen.
2. Pers de citroenen: deze komen van de makers van het nagerecht.
3. Smoor de uien ongeveer 40 minuten in een paar druppels olijfolie en citroensap met de deksel op de pan: roer af en toe.

### Info

Het smoren met gesloten deksel maakt de uien zoet en erg smakelijk.

4. Zet de uien weg totdat ze met de overige groenten gestoofd worden tot de caponata.

## De groenten voorbereiden

1. Snijd de aubergine in blokjes van ongeveer 1 bij 1 cm en leg deze in een kom.
2. Strooi 2 tl zout over de aubergineblokjes; zorg ervoor dat ze goed met zout zijn bedekt.

### Info

Zout onttrekt vocht: dit versterkt de smaak.

3. Zet wat zwaars op de aubergines en laat ze minimaal 1 uur uitlekken.
4. Hak de knoflook fijn.
5. Snijd de wortel en bleekselderij in plakjes.
6. Snijd de cherrytomaten in achten.
7. Blaker de paprika's boven vuur, of in de salamander, en ontvel ze.
8. Snijd de ontvelde paprika's in stukjes van ongeveer 1 bij 1 cm.

## De groentmix smoren

1. Fruit de knoflook een paar minuten in een pan met deksel.
2. Voeg de paprika toe aan de knoflook.
3. Smoor de plakjes wortel en bleekselderij en ook de tomatenstukjes ongeveer 10 minuten met de paprika en knoflook, totdat de paprika zacht en zoet is.
4. Roer de eerder gesmooide uien door het groentenmengsel.

5. Giet het auberginevocht weg en bak de aubergineblokjes in olijfolie goudbruin.
6. Roer de aubergineblokjes, de kappertjes en rozijnen door de groenten.
7. Smoor de groenten 10 minuten op middelhoog vuur tot een caponata.
8. Zet de caponata weg tot de opmaak.

## Afwerking

### Voor het uitserveren

1. Snijd de ciabatta in sneetjes, 3 per persoon
2. Smeer de sneetjes ciabatta in met olijfolie en rooster ze in een grillpan of oven, totdat ze goudbruin zijn.
3. Snijd de basilicum ragfijn.

### Opmaak

1. Druppel olijfolie en balsamico over de caponata.
2. Strooi de gesneden basilicum over de caponata.
3. Serveer de sneetjes geroosterde ciabatta bij de caponata.



**Arancino**, met meervoud arancini, is een gevuld en gefrituurd rijstballetje.

Het is een typisch Siciliaans gerecht.

Naar verluidt, vindt de **arancino** zijn oorsprong in het 10e-eeuwse emiraat Sicilië, toen de Arabieren het eiland overheersten.

### Voorgestelde wijn

**Epicuro**, Pinot Grigio 2022, *Sicilie, IT*.

Een stevige witte wijn uit Sicilië met frisse zuren en fruittonen en ook mineraliteit.

Dit past bij de smaken van de arancino: Italiaanse kruiden, kippenbouillon, brood en kaas.

De **Epicuro** heeft in de neus wit en tropisch fruit en in de smaak citroen en sinaasappel.

### Het recept

Na wat hak- en snijwerk koken we risotto. Hiervan maken we ballen met daarin een stukje mozzarella. De risottoballen bakken we tot arancini en we serveren deze met zelfgemaakte limoenmayonaise.

### Limoenmayonaise

#### Ingrediënten (12 personen)

De ingrediënten moeten op kamertemperatuur zijn)

1	stuks	limoen
1	stuks	ei
250	ml	zonnebloemolie
10	gram	mosterd (= ½ el) zout

### Extra benodigdheden

- staafmixer
- hoge smalle maatbeker

### Bereiding

1. Rasp de limoen.
2. Pers de limoen uit en bewaar het sap.
3. Mix het ei, de olie, de mosterd, 1 el limoensap en wat zout in de maatbeker tot mayo.

#### Tip

Mix 10 tellen op de bodem van de maatbeker, en beweeg dan de mixer omhoog.

4. Roer de limoenrasp door de mayo.

## Arancini

### Ingrediënten (12 personen)

1	stuks	ui
2	tenen	knoflook
500	gram	risottorijst
150	ml	witte wijn
4	stuks	kippenbouillontabletten
60	gram	boter
100	gram	Parmezaanse kaas
15	gram	verse peterselie
6	gram	verse tijmblaadjes
10	stuks	blaadjes salie
3	gram	verse oregano
1	bol	mozzarella
40	ml	eiwit (uit fles)
		paneermeel
		panko
		olijfolie
		arachideolie
		zout en peper

### Extra benodigdheden

- 2 bakplaten

### Wat hak- en snijwerk

1. Snipper de ui en snijd de knoflook fijn.
2. Snijd de peterselie, tijm, salie en oregano fijn.

### De risotto maken

1. Maak 1½ lt kippenbouillon van tablet.
2. Fruit de gesnipperde ui en fijngesneden knoflook in olijfolie.
3. Bak de risottorijst enkele minuten bij de ui en knoflook.
4. Blus de rijst af met de witte wijn en laat deze al roerend verdampen.
5. Voeg een soeplepel warme bouillon aan de risottorijst toe en blijf roeren.
6. Als de risottorijst droog wordt, voeg dan weer een lepel bouillon toe, totdat de bouillon is verbruikt.

### Ter info

Risottorijst garen duurt zo'n 20 minuten.

7. Haal de risotto van het vuur.
8. Roer de fijngesneden peterselie, tijm, salie en oregano door de risotto en ook de boter en Parmezaanse kaas.
9. Breng de risotto op smaak met peper en eventueel zout.

### Tip

Breng de risotto goed op smaak, want we paneren deze later en dat zwakt de smaak af.

10. Smeer de risotto uit over de 2 bakplaten en laat deze afkoelen in de koeling.

### Risottoballen bakken tot arancini

1. Klop het eiwit los.
2. Snijd de mozzarella in stukjes, evenveel als de te maken arancini, namelijk 2 per persoon.
3. Maak risottoballen, formaat bitterbal, met daarin een stukje mozzarella.

#### Tip

Gebruik voor het maken van de risiottoballen eventueel een kleine ijstang.

4. Rol de risottoballen door het paneermeel, het eiwit en de panko.
5. Bak de risottoballen in ongeveer 4 minuten in arachide-olie van 180°C tot arancini.
6. Laat de arancini uitlekken op keukenpapier.

### Uitserveren

1. Serveer de arancini warm en met de limoenmayonaise erbij.



Wat kenmerkt een Siciliaanse **Zuppa di Pesce**?

Een moeilijke vraag, ook omdat iedere kustplaats in Italië en ook op Sicilië een eigen vissoep heeft.

Een vissoep heeft een aantal variabelen:

- de soort bouillon: vis-of groentebouillon;
- de gebruikte vissen en het aantal soorten;
- schelp- of schaaldieren als ingrediënt;
- toegevoegde groenten, eventueel aardappel;
- toevoeging van wijn;
- de kruiden en specerijen in de soep.

Deze **Zuppa di Pesce** heeft rijkelijk veel tomaten en venkel, vis en inktvis, garnalen en coquilles, toegevoegde witte wijn en knoflook, enkele andere kruiden en verder cayennepeper.

Maakt dit de soep Siciliaans?

De rijkdom aan ingrediënten, de witte wijn, de specifieke kruiden en een scherp pepertje duiden erop: deze **Zuppa di Pesce** is in ieder geval rijk van smaak.

### Het recept

We maken visbouillon van graten, garnalenschalen, ui en wortel en hierna maken we van de bouillon en groenten een soep.

De inktvis maken we schoon en snijden deze in stukken, evenals de koolvis.

Beide pocheren we in vocht van de vissoep, evenals de garnalen en coquilles.

We serveren de soep met de vis, inktvis, coquilles en garnalen.

### Visbouillon

#### Ingrediënten (12 personen)

1	kg	visgraten
1	stuks	ui
1	stuks	winterpeen
8	takjes	platte peterselie

### Visbouillon (vervolg)

#### Vorbereiding voor de visbouillon

1. Snijd de ui en winterpeen grof.
2. Spoel de graten in koud water en verwijder bloed of ingewanden.
3. Pel de garnalen, verwijder het darmkanaal en bewaar de schalen voor de bouillon.

#### De visbouillon bereiden

1. Breng de graten en garnalenschalen met 2½ lt water tegen de kook aan en schep het schuim weg.
2. Voeg de gesneden ui en winterpeen en ook de takjes peterselie aan de visbouillon toe en houd de bouillon 20 minuten tegen de kook aan.
3. Zeef de visbouillon.

## De vissoep

### Ingrediënten (12 personen)

1	stuks	ui
1	stengel	bleekselderij
1	stuks	winterpeen
2	teentjes	knoflook
15	gram	peterselie cayennepeper en zout
1	stuks	venkelknol
125	ml	witte wijn
400	gram	tomaten in blik
300	gram	koolvis
200	gram	inktvisringen
12	stuks	grote garnalen
12	stuks	coquilles
80	gram	olijfolie (= 4 el)

### Voorbereidend snijwerk

- Snijd de ui, bleekselderij, winterpeen en knoflook fijn.
- Snijd de peterselie grof.
- Snijd de venkel in plakjes.
- Snijd de tomaten uit blik fijn.

### De basis voor de vissoep

1. Bak de gesneden ui, selderij, winterpeen, knoflook en peterselie in olijfolie op laag vuur in 5 tot 6 minuten zacht.

#### Tip

Laat de groenten niet bruin worden.

2. Voeg wat cayennepeper aan de groenten toe en breng ze op smaak met zout.
3. Bak de venkel 2 tot 3 minuten met de groenten mee.
4. Voeg de witte wijn aan de groenten toe, en bak deze tot de wijn is opgenomen.
5. Roer de gesneden tomaten door de groenten.
6. Voeg de visbouillon en de groenten bij elkaar en breng de soep aan de kook.
7. Laat de soep 20 minuten zacht koken.

### De vis en inktvis pocheren

1. Snijd de koolvis in stukken.
2. Pocheer vis en inktvisringen 1 minuut in bouillonvocht uit de soep
3. Zet de gepocheerde vis en inktvisringen weg tot de opmaak.
4. Pocheer de coquilles en garnalen 2 minuten in bouillonvocht van de soep en zet ze weg tot de opmaak.
5. Voeg de bij het pocheren gebruikte bouillon weer bij de soep.

### Uitserveren

Verdeel de vis, inktvis, coquilles en garnalen over de borden en schenk de soep erover. Dit kan eventueel ook aan tafel.





### Voorgestelde wijn

**Corte Ibla**, Nero d'Avola 2021, *Sicilië, IT.*

Nero d'Avola is een blauwe druif die vrijwel alleen op Sicilië voorkomt.

Rode wijn bij kip? Bij tomaten kan dit!

Dit fijne gerecht met ferme smaken is filmend; de frisse fruitige zuren van de Nero d'Avola snijden daar goed doorheen.

De **Corte Ibla** heeft slechts een likje hout gehad en is dus fris. De neus heeft rood bessig fruit; in de mond is de wijn slank, heeft bessen in de smaak en ook oosterse kruiden en er zijn fijne tannines.

De afdronk heeft een pepertje.

### Het recept

We roosteren pompoenpitten en bakken de kip.

We koken de tortiglioni en we maken een groetensaus.

De saus mengen we door de tortiglioni en serveren deze met plakjes kip.

### De kip

#### Ingrediënten (12 personen)

6 stuks kipfilet (1000 gram)  
80 gram roomboter  
bloem  
peper en zout

#### Voorbereiding

1. Portioneer de kipfilet, 1 stuk per persoon.
2. Meng bloem met een beetje peper en zout, een ½ el per persoon.
3. Haal de kipfilet door de bloem.

### Bereiding

1. Rooster de pompoenpitten zonder olie 1 tot 2 minuten op hoog vuur in een koekenpan met deksel.
2. Zet de pitten weg tot de opmaak.
3. Bak de kipfilet 3 tot 4 minuten aan beide kanten in dezelfde koekenpan in 6 el roomboter op middelhoog vuur.
4. Houd de kip van het vuur afgedekt warm.

### Tortiglioni

#### Ingrediënten (12 personen)

500 gram tortiglioni

#### Bereiding

1. Kook de tortiglioni met ruim water en wat zout, volgens het recept op de verpakking.
2. Giet de tortiglioni af en bewaar wat kookvocht.
3. Houd de tortiglioni, afgedekt, warm.

## Groente

### Ingrediënten (12 personen)

4	stuks	rode paprika
3	stuks	ui
4	tenen	knoflook
300	gram	semi-gedroogde tomaten
700	gram	spinazie
13	gram	Siciliaanse kruidenmix
400	ml	slagroom
200	gram	Pecorino Nero di Sicilia
50	gram	pompoenpitten

### Ingrediënten Siciliaanse kruidenmix (voor wie dit thuis wil maken)

2	gram	gedroogde basilicum (= 2 tl)
2	gram	gedroogde oregano (= 2 tl)
2	gram	knoflookpoeder (= 2 tl)
1	gram	gedroogde tijm (= 1 tl)
2	gram	gedroogde rozemarijn (= 1 tl)
2	gram	uienpoeder (= 1 tl)
1	gram	chili-vlokken (= 1 tl)
1	gram	zout (= 1 tl)

### Vorbereiding

1. Blaker de paprika's boven het vuur of in de salamander.
2. Ontvel de paprika's en snijd ze in blokjes van ongeveer 1 bij 1 cm.
3. Snijd de knoflook fijn en snipper de ui.
4. Snijd de semi-gedroogde tomaten in stukjes en houd de olie apart.
5. Rasp de Pecorino Nero di Sicilia.

### De groentesaus

1. Bak de knoflook, ui en paprika 2 tot 3 minuten op middelhoog vuur, en wel in de olie van de semi-gedroogde tomaten.
2. Bak de Siciliaanse kruidenmix en de stukjes tomaat 1 minuut met de groenten mee.
3. Roer de slagroom door de groenten en kook het geheel in 2 minuten tot een saus.
4. Roer de spinazie door de saus totdat de spinazie geslonken is.
5. Houd de saus, afgedekt, warm.

## Afwerking

### Voor het uitserveren

1. Meng de tortiglioni en 2/3 van de geraspte Pecorino Nero di Sicilia door de groentesaus.
2. Breng de tortiglioni met de saus op smaak met peper en eventueel zout.
3. Voeg eventueel wat kookvocht aan de tortiglioni toe.
4. Trancheer de kipfilet en verdeel de plakken in gelijke porties.

### Opmaak

1. Leg de tortiglioni met saus op een diep bord.
2. Leg de plakken kip op de tortiglioni.
3. Garneer het gerecht met de krokante pompoenpitten en het overgebleven 1/3 deel van de Pecorino Nero di Sicilia.



Een cannolo (meervoud cannoli) is een gebakje en nagerecht uit de Siciliaanse keuken, wereldberoemd in en buiten Sicilië.

Het is een gefrituurd en gevuld rolletje. Vandaar de naam: een 'cannolo' is een 'buisje'.

### Het recept

We maken deeg voor de cannoli.

Rondjes van dit deeg wikkelen om metalen buisjes en we frituren deze.

De randen van de cannoli dopen we in 'au bain' gesmolten chocolade en in de pistache- en amandelkruim.

De cannoli vullen we met ricotta-/mascarpone-crème.

## Cannolo

### Ingrediënten (12 personen)

55	gram	boter
1	stuks	citroen
225	gram	bloem + wat extra
40	gram	amandelmeel (= 1½ el)
30	gram	suiker
16	gram	vanillesuiker (= ¾ el)
2	stuks	eieren
30	ml	Marsala
30	gram	eiwit (uit de fles)
		zonnebloemolie voor het frituren
1	stuks	citroen (voor het aromatiseren van de olie).
110	gram	pure chocolade
60	gram	pistachenoten
80	gram	gepelde amandelen

### Extra benodigheden

- 6 metalen buisjes
- steker van 8 cm
- deegroller
- vershoudfolie
- keukenpapier

### Het deeg voor de cannolo

1. Rasp de citroen.
2. Smelt de boter in een steelpan.
3. Meng de bloem met het amandelmeel, de suiker, de vanillesuiker en een mespunt zout.
4. Meng de bloem met de gesmolten boter en citroenrasp.
5. Roer de eieren door het deeg.
6. Kneed nu beetje bij beetje de Marsala door het deeg tot dit glad en soepel is.
7. Maak een deegbal en wikkel deze in vershoudfolie.
8. Leg de deegbal 2 uur in de koeling.

### Vorbereiding voor het frituren

1. Verhit de zonnebloemolie tot 165°C.
2. Klop met een garde het eiwit los.
3. Snijd de citroen in kwarten
4. Maak deegballetjes van 40 tot 50 gr.
5. Rol de balletjes met een deegroller uit tot een dikte van 1 mm op een met bloem bestoven werkvlak.
6. Steek met een steker van 8 cm rondjes uit, 2 per persoon.
7. Vet de metalen buisjes in.
8. Wikkel het deegronkje om een ingevet buisje.
9. Plak de uiteinden van het deegrolletje vast met wat eiwit en druk de verbinding aan.

### Tip

Werk met 6 buisjes tegelijk.

### Het frituren

1. Frituur de citroenkwarten 1 minuut: ze geven zo het aroma af aan de olie.
2. Schep de citroenkwarten met een schuimspaan uit de olie.
3. Frituur het deeg van 2 buisjes in 3½ minuut tot goudbruine cannollo.
4. Laat de buisjes met de cannolo op keukenpapier uitlekken.
5. Haal de cannolo van de buisjes.
6. Koel de hete buisjes af in een bak water.
7. Herhaal het proces totdat er 2 cannoli per persoon zijn gefrituurd.

### De chocoladenotenrand van de cannolo

1. Hak de pistachenoten en amandelen fijn tot kruim.
2. Rooster de amandelkruim in een droge koekenpan lichtbruin, totdat het aroma vrijkomt.
3. Laat de amandelkruim afkoelen.
4. Smelt de chocolade 'au bain marie'.
5. Doop de rand van de cannolo in de gesmolten chocolade en dan in de pistache- en amandelkruim.
6. Laat de cannolo met 'dip' drogen.
7. Bewaar de overgebleven pistache- en amandelkruim voor de garnering.

### Ricotta-/mascarponecrème

#### Ingrediënten (12 personen)

200	gram	ricotta
200	gram	mascarpone
100	gram	suiker
12	gram	oranjebloesemwater (= 1 el)
2	stuks	citroenen
100	ml	slagroom poedersuiker



*Scan QR code voor filmpje over het maken van de Cannolo!*

#### Bereiding

1. Rasp de citroenen en geef de 2 geraspte citroen aan de makers van het voorgerecht, de caponata.
2. Roer de ricotta los met de mascarpone en de suiker.
3. Roer het oranjebloesemwater en de citroenrasp door de ricotta/mascarpone.
4. Klop de slagroom stijf.
5. Spatel de slagroom door de ricotta/mascarpone: zo ontstaat een crème.
6. Schep de ricotta-/mascarponecrème in een spuitzak met glad mondstuk

#### Let op

Het mondstuk moet in de cannoli passen.

#### Afwerking

##### Vlak voor het uitserveren

1. Vul de cannoli met de ricotta-/mascarponecrème.

##### Opmaak

1. Strooi pistachekruim op het bord en leg daarop 2 cannoli.
2. Stuif poedersuiker over de cannoli.
3. Garneer het bord met toefjes ricotta-/mascarponecrème en amandelkruim.