

מבשלים עם ג'אקומו

קורס מלא של

בישול איטלקי

למעלה מ-300 מתכונים הכוללים לחמים, אנטיפסטי, פסטות, מנות עיקריות וקינוחים

נכתב, בושל וצולם על ידי

ג'אקומו



בהוצאת אתר האוכל של ג'אקומו
www.giacommo.net

תוכן העניינים

9	פתח דבר
11	מבוא
13	לחמים ומאפים
15	בצק שמרים
15	לחם בסגנון סרדיניה
15	לחם פרמיג'אנו
19	גריסיני
19	טארט
20	סטרומבולי – גלילות סלאמי וגבינה
20	פוקצ'ה
20	צ'אבטה מקמח מלא
20	קלצונה
22	צ'אבטה כפרית מקמח לבן
23	צ'אבטה עם ראש עיסה
24	כל מה שאפשר לדעת על פיצה
25	פיצה ביאנקה
26	פריטטות, קרוסטטות ופשטידות
26	טימפנה
26	קרוסטטה ברקולי וחמאה מלוחה
27	קרוסטטה עם אספרגוס ושמנת
29	ברוסקטה וקרוסטיני
29	ברוסקטה עם שום ושמן זית
29	ברוסקטה עגבניות טריות
29	קרוסטיני עם אנשובי, מוצרלה ושמן זית Crostini con Mozzarella e Alici
30	קרוסטיני עם כבד Crostini con Fegatini
30	מררר בצל יבש ברוטב יין Salsa di Cipolla secca con Vino
30	מררר עגבניות מיובשות פיקנטי
31	מררר שעועית יבשה
31	קרוסטיני מפולנטה
33	מרקים
33	ריבוליטה
33	מרק פסטה ושעועית
34	מרק פארו טוסקאני
34	מרק לחם Pancotto
34	מרק לחם ועגבניות Pappa al Pomodoro
35	מרק מינסטרונה
36	מרק חומוס ופסטה
37	מרק פול סיציליאני
37	מרק עדשים ותפוחי אדמה
37	מרק אפונה
38	מרק ירקות א-לה מילאנו
39	אנטיפסטי
41	ארטישוק בנוסח יהודי רומא
42	ארטישוק בשמן זית Carciofi all'Olio d'Oliva

42	לבבות ארטישוק בתחמיץ
42	חצילים עם זיתים ועגבניות
43	Involtini di Melanzane con Ricotta גלילות חצילים ומוצרלה
44	"מגדל" חצילים
44	חציל במילוי גבינת פטה ופרמיג'אנו
44	Melanzane ripieni alla Capri חצילים ממולאים א-לה קאפרי
45	גלילות דגים ברוטב עגבניות ובזיליקום
46	גלילות דגים ברוטב עגבניות ובזיליקום
47	סרדינים בכבישה ביתית
47	עגבניות בשמן זית ופרורי לחם
48	עגבניות ממולאות בעשבי תיבול
48	עגבניות ממולאות בבשר
49	הירוקים, היבשים והריחניים האלה
52	Pomodori Secchi Sott'olio עגבניות מיובשות מושרות בשמן זית
52	פטריות ביין ושמנת
52	פטריות ממולאות
53	פלפלים בשלושה צבעים
53	Funghi con Parmigiano פטריות בגבינת פרמיג'אנו
54	חצילים עם גבינת עיזים, מלפפונים ועגבניות
55	פנלה - "לביבות" חומס עם פטריות וגבינות Panalle
55	זוקיני עם עגבניות ושום
56	Peperoni ripieni di Verdure פלפלים ממולאים בירקות
56	פלפלים במילוי גבינות
57	זוקיני עם בזיליקום ועגבניות מיובשות
57	שומר בתחמיץ
58	פשטידת קישואים אישית
59	מאפה קישואים
59	סירות קישואים במילוי קישואים וגבינה
59	Pasticcio di Zucchini e Piselli פריטת קישואים ואפונה טרייה
60	פרחי קישואים ממולאים
61	קרפצ'ו
61	קישואים כדוריים במילוי פסטה
62	קישואים בפטריות יער ושום
62	שעועית ירוקה בפירורי לחם
63	שעועית יבשה בחומץ, שמן זית ובצל
63	תפוחי אדמה במילוי מוצרלה ברוטב עשבי תיבול
64	"עוגת" תפוחי אדמה עם כרובית
64	ארנצ'יני (סופלי)
65	Uova con "Nido" di Spinaci ביצה ב"קן" מתרד
66	Tartara טרט - בשר קצוץ ומתובל ללא בישול
66	אנדיב בחומץ בלסמי
67	טוגני מרווה עם אנשובי ומוצרלה
67	זיתים ממולאים בסגנון אסקולי
67	טימבלו חצילים, פלפלים וגבינה
68	ירקות בציפוי בצק בסגנון אומבריה
68	לביבות מדלעת
68	קפרזה - סלט עגבניות ומוצרלה Caprese
69	כל מה שאפשר לדעת על גבינות ועל גבינות איטלקיות בפרט
72	מאפה כרובית ופרמיג'אנו
72	סלט לחם ועגבניות - פנצנלה
73	מוצרלה בלימון

74	עלי חסה ממולאים א-לה קאפרי Lattuga ripiena
74	קרפצ'יו במרינדה Carpaccio
75	פסטה
77	כיצד מכינים פסטה בבית
79	פסטה ביתית
79	פסטה ביתית עם תרד
79	פיצ'י פסטה ביתית מטוסקנה
80	ספגטי עם עגבניות עוף ויין
80	ספגטי עם בצל ופטרייות שמפיניון
81	פסטה קצרה עם נתחוני בקר וברוקולי
82	החתונה האיטלקית שלי
84	פנה ברוטב נתחוני בשר ועגבניות שרי
85	ספגטי עם פסטרמה
85	פפרדלה עם נקניקיות חריפות
85	ספגטי בולונז
86	ספגטי עם אפונה וחזה אווז
86	פנה ברוטב כבדי עוף ויין
87	פארפלה ברוטב בשר עגל טחון
87	ג'מלי ברוטב זוקיני ושמנת
87	רוטב אליו אוליו aglio olio
88	פטוצ'יני עם בקר ועגבניות מיובשות
88	קוואדרטי עם בשר טחון ורוקט
88	אורקיטה ברוטב ברוקולי
89	החיים יפים בטרני
91	פטוצ'יני אלפרדו
91	רוטב מטריצ'אנה
91	רוטב ארביאטה
92	רוטב בטטה ושמנת
92	ספגטי עם לימון ושמן זית
92	רוטב חצילים עגבניות, פלפלים חיתים שחורים
92	רוטב עגבניות טריות
93	רוטב כרישה וסלמון מעושן
93	ספגטיני ברוטב קישואים ועגבניות
93	רוטב עגבניות, פלפלונים חריפים חיתים שחורים
94	העגבנייה
95	רוטב עגבניות בסיסי
95	רוטב עגבניות טריות ומיובשות
95	רוטב עגבניות קלאסי
96	רוטב עגבניות רוזה
96	פטוצ'יני עם פול טרי וחזה אווז
96	פטוצ'יני עם זוקיני חיתים
97	רוטב פטריות, יין לבן ובצל ירוק
97	פנה עם חצילים בסגנון סיציליה
97	פפרדלה עם קבנוס ברוטב עגבניות חריף
98	פנה ברוטב אספרגוס
98	פסטה ברוטב תרד
98	פסטה ברוטב פול טרי
99	פסטה עם פול, זיתים וברוקולי
99	פרחי קישואים עם פנה ורוקט
99	רוטב ארבע גבינות
100	קונקיליה ברוטב ברוקולי עגבניות ואנשובי
100	קונקיליה א-לה פוטנסקה

100	רוטב קישואים, בצלצלי שאלוט ויין אדום
101	פוזילי עם שעועית ירוקה ועגבניות
101	רוטב בטטות שמנת ויין
102	רוטב ברנדי, שמנת ועגבניות
102	פסטה ברוטב גורגונזולה
102	רוטב וודקה לימון
103	גלילות פסטה עם תרד וגבינה צהובה
103	מניקורטי עם קרם פטריות Manicoretti alla Crema
104	פטוצ'יני עם גראפה
104	פנה ברוטב שמנת, קוניאק ועגבניות
104	פפרדלה א-לה גרנד ג'אקומו
105	פפרדלה א-לה גרנד ג'אקומו
107	רוטב קרבונרה
107	ספגטי עם טונה, עגבניות, זיתים וצלפים
108	קוראים להם מלפטי
110	ניוקי
110	ניוקי א-לה רומנה
110	רוטב חמאה ולימון לניוקי או לרביולי
111	בצקיות מטוגנות
111	ספגטי עם דג מוסר, עגבניות ואפונים
112	רוטב אנשובי, קרוטונים ושמן זית
112	פנה עם טונה ורוטב פטריות
112	פסטה עם טונה
113	פנה עם סרדינים ועגבניות שרי
113	פסטו
114	ריזוטו
115	ריזוטו בסיסי
115	ריזוטו מילאנז (ריזוטו עם זעפרן)
116	ריזוטו ריזי ביזי
116	ריזוטו בזיליקום
116	ריזוטו עם בצל, חמאה ומרוה
117	ריזוטו פטריות ושמנת
117	ריזוטו עם פרמיג'אנו ועלי דפנה
118	ריזוטו לימון
118	ריזוטו מילאנז (ריזוטו עם אוסובוקו)
119	ריזוטו עם פטריות, שמנת ודגים מעושנים
120	לזניה, רביולי ופסטות ממולאות
120	לזניה
120	מילוי ריקוטה ותרד לרביולי
121	מילוי פטריות לרביולי
121	טורטליני עם ריקוטה, בטטה ופרמיג'אנו ברוטב חמאה ומרוה
121	מילוי בשר לרביולי
122	מילוי ארבע גבינות לרביולי
122	רביולי ארבע גבינות ברוטב שמן זית, שום ועגבניות
123	קספלה עם פטריות ובייקון
123	רביולי במילוי דלעת ברוטב חמאה ומרוה
125	רביולי ירוקים עם בטטה ברוטב שמנת וקוניאק
126	רביולי פטריות ברוטב כורכום
126	מילוי בטטה לרביולי
127	רביולי "עירומים"
127	קפלצ'י Cappellachi

128	קנלוני במילוי בשר
129	מנות עיקריות
129	אסקלופ עגל ביין מרסלה ופטריות
129	אנטרקוט ביין ותפוזים
129	אסקלופ ברוטב עגבניות ויין פיקנטי
130	אסקלופ א-לה פיצאולה
131	בקר עם פטריות שמפיניון
131	טרטר - בשר בקר קצוץ ומתובל ללא בישול Tartara
131	טימבלו עם בצק פיצה ובשר טחון
132	י כבד עגל בחומץ בלסמ
132	כבד בסגנון ונציה
132	כבד עם מרווה
133	נתחי בשר דקים על צלחת לוחט
133	ניתחוני סינטה בבצל, יין ותפוזים
133	נקניקיות איטלקיות מעשה בית
134	סינטה בפטריות ושמנת
134	עגל ברוטב בלסמי
134	עגל ברוטב יין ברולו
135	עגל פיקטה
135	גלילות פלפלים ובשר
136	עגל ברוטב מרסלה ופטריות
136	עגל א-לה פיצאולה
137	נתחוני עגל עם בשר טחון ברוטב יין ועגבניות מיובשות
137	סלטימבוקה עגל
138	עגל ברוטב טונה
138	צלעות בקר או עגל בגרגירי חמוס
140	קציצות בקר ומנגולד
141	עוף
141	סקלופיני עוף עם פלפלים וקישואים
141	חזה עוף בלימון
141	עוף "דיאבולו"
142	אסקלופ עוף עם תבלינים
142	עוף בנוסח הציידים
143	עוף קצי'אטורה chicken cacciatore
143	עוף בריזוטו
144	דגים
144	טונה א-לה רוברה Tonno alla Rovere
145	דג לברק ברוטב חרדל
145	דג סול בשקדים
146	דג סול בחמאה ולימון
146	דג לוקוס ברוטב עגבניות ובלסמי
146	נתחי דג לברק בשמנת ותפוחי עץ
147	דגיגונים מטוגנים עם חמאה ולימון
148	דג דניס פיקנטי
149	תוספות וסלטים
149	פולנטה Polenta
149	מאפה פולנטה ופטריות Polenta con Funghi
150	קאפונטה ועוגיות שקדים - כך אוכלים בסיציליה
151	קאפונטה חצילים Caponata
151	תרד מאודה עם חמאה ואגוז מוסקט
151	בטטות ברוטב חרדל

152	מחית בטטות עם ג'ינג'ר
152	סלט לחם
152	סלט שעועית ירוקה
153	סלט תרד עם פירות יבשים
155	עוגות וקינחים
155	אגסים ביין
156	אמרטי (עוגיות שקדים)
156	בליני
156	אצבעות השליחים (Dita degli Apostoli)
157	גביעי שוקולד במילוי גלידה, מחית רוברב ותות שדה
157	גלידת ריקוטה
157	גרניטה לימון
158	זביונה קר
158	זביונה מיין מוסקט
158	זופה אינגלזה
159	מרנג עם גלידת וניל ופירות יער
160	טרטופו (טראפלט משוקולד)
161	טירמיסו
161	טרלוצ'י (כעכונים) א-לה נאפולי
161	פירות בחרדל Mostarda Toscana
162	לימונים בדרום איטליה
164	לימונצ'לו
165	נוצ'ולטה - עוגיות אגוזי לוז
165	סמיפרדו
165	סלאמי משוקולד
166	עוגת בומבה
167	עוגת הסבתא Torta della Nonna
167	עוגת מוס שוקולד ללא קמח
168	עוגת פנטונה Panetonne
168	פנקוטה
169	עוגת בבה נאפוליטנית
169	עוגת שקדים Bocca di Dama
169	עוגיות שקדים טוסקאניות
170	עוגיות קנטוצ'י
170	וגת אלף שכבות
170	רוטב קרמל
171	פרופיטרולים עם קצפת - בונגו
171	פנפורטה
172	קנולי בסגנון סיציליה
172	קציפת מסקרפונה
172	פאן פפטו Pan Pepato
173	קרום ברולה
173	רוסיני
173	מעדן שוקולד לבן א-לה ג'אקומו
174	תאנים ותמרים א-לה ג'אקומו
174	עוגת ספוג ג'נובזית (בסגנון גנואה)
175	תאנים טריות עם שקדים, גבינת מסקרפונה ועלי לזני
175	תפוזים בקרמל
176	דורי ריזוטו במילוי שוקולד
176	טארט קרמל ושוקולד
177	טארטים מפירות העונה

לחמים ומאפים

ימיו של הלחם כימי הציביליזציה האנושית כמעט. זה אלפי שנים שהוא מלווה את המין האנושי בכל מקום בעולם ומשמש כאורח קבוע על שולחנותיהם של עניים ובני אצולה גם יחד. לחם מוזכר בתנ"ך 280 פעם ואצל מרבית העמים הוא משמש כמנחה הבאה להראות על כוונות טובות. באירועים בעלי חשיבות ממלכתית נהוג להגיש אצלנו לחם עם מלח כמנחת ברכה.



לחם עשוי מגרגירים כמו חיטה, שיבולת שועל, גריסים, שיפון, דוחן ותירס - מעורבבים עם מים או עם חלב. את התערובת לשים ויוצרים בצק, צרים לו צורות שונות ומבשלים אותו, בדרך כלל באפייה. את טעמיו השונים של הלחם משיגים באמצעות מלח, ביצים, סוכר, קימל, שומשום ועוד, המעניקים ללחם את טעמיו המיוחדים, משנים את מרקמו או מגדילים את ערכו התזונתי. בדרך כלל מוסיפים ללחם חומר מתפיח כמו שאור או שמרים, הגורם לתהליך כימי היוצר בלחם כיסי אוויר שמעניקים לו מרקם אוורירי ונפח גדול יותר.

אצלנו, כראוי לעם ספרטני הסתפקנו בלחם שחור אחיד בכיכר עגולה, בלחם לבן ובחלה לשבת. נכון, אמנם, שפרוסת לחם חם שיצא זה עתה מן המאפייה, עם שכבה עבה של חמאה המעלה אדים הייתה גם אז אחד מן התענוגות הגדולים שיכולנו ליהנות מהם.

"נקניק", היה אבי אומר "לא אוכלים בלי לחם". "תאכל הרבה לחם", הייתה אמי אומרת בארוחת הצהריים, "שלא תישאר רעב" וכך התנהלנו בין לחם לארוחת בוקר, לחם לבית הספר, לחם בצהריים עם הארוחה, שהרי לא אוכלים בלי לחם, לחם בארוחת ארבע ולחם בארוחת הערב.

רק שנים רבות מאוחר יותר, בביקוריי הראשונים באירופה למדתי לגלות עד כמה טעים זה יכול להיות באמת. יש גם לחמים אחרים, כך גיליתי, שאינם רק שחור אחיד ולבן. יש לחם שאור חמצמץ, יש לחם שחור מקמח מלא, יש לחמים אווריריים ויש לחמים דחוסים וכבדים, יש לחם שיפון, יש לחמי בריאות עם נבטי חיטה ויש לחמים שרק מריחם אפשר להשתכר כמעט. כיום, עם חלוף השנים, רובם של הלחמים האלה כבר הגיעו לארץ ואפשר להשיגם בחנויות מיוחדות המתמחות באפיית ובמכירת לחמים.

כיום, כאשר אני מצליח להתעלם ממצוות הדיאטה, אני נוהג לפצות את עצמי על כל אותן שנים של "אין נקניק בלי לחם" ומכין לעצמי כריכי פסטרמה ענקיים – כלומר, שתי פרוסות פסטרמה עבות וביניהן פרוסות לחם דקיקה.

מאחר שהתמחותי היא במטבח האיטלקי, אביא לפניכם כמה מתכונים מן הלחמים המופלאים של המטבח המיוחד הזה.