

Orecchiette con zucchini fritti

Orecchiette (oortjespasta) met gebakken courgettes

Voor 2 personen

- 250 gram kleine courgettes (circa 2,5 stuks)
- 10 zwarte olijven met pit (in zout geconserveerde gerimpelde soort)
- 3 eetlepels olijfolie
- 1 grote teen knoflook, gepeld en in reepjes
- 2 eetlepels fijngesneden peterselie
- zout en zwarte peper
- 150 gram orecchiette*
- versgeraspte parmigiano reggiano

Dit is een uiterst simpele Zuid-Italiaanse 'groentesaus' van courgettes, die met korte pasta wordt gegeten. Vooral 's zomers is pasta met groente een weldaad. Voor de verandering krijgen de courgettes geen gezelschap van tomaat maar van een handjevol zwarte olijven. Het is belangrijk de courgettes tijdens het bakken ervan langs te geven op een hoog vuur, teneinde hun ware smaak tevoorschijn te halen.

Probeer kleine harde courgettes te bemachtigen (niet langer dan een hand), die hebben veel meer smaak dan de uit hun krachten gegroeide reuzenexemplaren die in Nederland nog steeds opgeld doen. Het wordt tijd dat die mastodonten met flauw vruchtvlies vol pitten worden geboycot, want ze doen de soort geen eer aan. Bij biologische, Turkse en Marokkaanse winkels zijn vaak kleine stevige courgettes verkrijgbaar.

1. Was de courgettes en snijd ze in dobbelsteentjes.
2. Ontpit de olijven en snijd ze overlangs in kwarten.
3. Verhit de olie in een ruime bakpan en sauteer hierin op een hoog vuur de dobbelsteentjes courgette gedurende 3-5 minuten onder regelmatig omscheppen. Ze moeten een kleurtje krijgen, zodat de smaak loskomt en er een heerlijke geur van lichtgeschroeide courgette uit de pan opstijgt.
4. Temper dan het vuur, voeg de olijven toe en bak alles onder regelmatig omscheppen nog eens 3-5 minuten, of tot de courgettes vrijwel gaar zijn.
5. Draai het vuur laag en voeg nu pas knoflook en peterselie toe. Laat deze even meesmoren, zodat de rauwe smaak van de knoflook iets wordt afgezwakt.
6. Breng de courgettes nu pas op smaak met zout en maal er peper naar wens over.
7. Kook intussen de orecchiette bijtgaar in ruim kokend en gezouten water*.
8. Giet de pasta af in een bolzeef en vang een gedeelte van het kookvocht op. Doe de pasta bij de gebakken courgettes en schep alles snel en luchtigjes om onder toevoeging van 2-3 eetlepels van het opgevangen kookvocht.
9. Serveer de pasta direct in voorverwarmde diepe borden.
10. Bestrooi de orecchiette ruim met geraspte parmigiano reggiano.

*) Gebruik per 100 gram pasta 1 liter water en 10 gram (een afgestreken eetlepel) zout.

Kook pasta altijd in ruim gezouten water, anders zijn de deegwaren flauw.

Een flauwe pasta blijft zelfs met een pittige saus erover flauw van smaak.

[Aanvulling Jan Hein: ik neem er altijd een schoteltje met stukjes vleestomaat bij, overgoten met mijn beste olijfolie, bestrooid met wat zout en gemalen zwarte peper, ragfijn gesnipperde ui en reepjes munt.]

Uit:

Florine Boucher

Italiaanse Smaken – Pasta

Nijgh & Van Ditmar, Amsterdam 1996