

Региональные кулинарные тренды

Италия состоит из 20 регионов, каждый из которых имеет свои кулинарные традиции. Разнообразный климат, удалённость от побережья и соседство с другими странами образовали уникальный кулинарный микс

ВЕРА ПОРОТКОВА
vera.porotkova@metronews.ru



Хлеб в идеале поджаривают на гриле, но можно запечь в духовке
/ ФОТО: MYCHOICEFORHEALTH.WORDPRESS.COM



Лучше всего, если перед подачей капоната немного постоит
/ ФОТО: KUECHENGOETTER.DE



Твёрдые сыры чаще всего подают на стол в конце трапезы – либо вместо десерта, либо перед ним. Запивать их лучше всего охлаждённым красным вином, тёплым портувейном или хересом / ФОТО: PARMIGIANO-REGGIANO.IT



Поленту едят и как гарнир, и как самостоятельное блюдо
/ ФОТО: DELALLO.COM



В тесто для tortellini добавляют шпинат для придания зелёного оттенка / ФОТО: ODDLOVESCOMPANY.COM

Брускетта

Брускетта – это классическая итальянская закуска, родом из Центральной Италии. В разных регионах её готовят по-разному. В Италии она настолько популярна, что из рецептов её приготовления можно составить отдельную кулинарную книгу: брускетта с ветчиной прошутто, с помидорами, с базиликом, с моцареллой, с оливками, с тунцом и творогом и так далее.

Кaponата

Кaponата – знаменитое сицилийское блюдо, особенно популярное во время Рождества. Это жареные овощи, заправленные кисло-сладким соусом с добавлением помидоров, сельдерея, оливок, каперсов и лука. На Сицилии насчитывают около 40 классических рецептов. Готовую капонату едят и в горячем, и в холодном виде, в холодильнике она хранится две недели.

Сыр пармиджано-реджано

Этот сыр родом из Пармы и Реджо-Эмилии, там его начали готовить ещё в XIV веке, а может быть, и раньше. Это один из самых древних сыров Италии. Часто его называют пармезаном, однако истинный итальянец никогда не будет вкушать то, что европейцы называют пармезаном. Настоящий пармиджано-реджано готовят лишь вблизи Пармы, Реджо-Эмилии, Модены, Падуи и Болоньи – именно там растёт нужная луговая трава, которой кормят коровы. Пармезан – богатый источник концентрированного и легкоусвояемого белка. Рекомендуется детям и пожилым людям, а также при занятиях спортом. Сыр подают кусочками или в натёртом виде на завтрак в качестве отдельного блюда или в составе салата. Используют в качестве добавки в первые и вторые блюда.

Полента

Полента – итальянское блюдо из кукурузной муки, которое в большинстве случаев напоминает кашу или мамалыгу. Её особенно любят на севере Италии – например, в Ломбардии и Венето. Поленту едят как гарнир или в качестве самостоятельного блюда с различными добавками (грибами, мясом, анчоусами и т.д.), в жареном или запечённом виде.

Тортеллини

Тортеллини – итальянские пельмени из пресного теста с мясом, сыром или овощами, а в основном со шпинатом. Их родина – Болонья, однако сейчас эта разновидность пасты популярна во всей Италии. По форме они напоминают маленькие пельмени, уголки которых соединяют, чтобы получилось кольцо или бутончик. Нередко их добавляют в салаты, бульон и суп.



Паста и пицца – bellissimo!

Итальянцы – большие ценители гастрономических изысков, любящие пышные застолья. На первый взгляд может показаться, что кухня достаточно калорийна. Ведь лазанья, паста, пицца – мучные изделия. Но тем не менее большинство итальянцев находятся в отличной физической форме. А диетологи считают данную кухню одной из самых здоровых. Связано это с мукой грубого помола, которая не только не вредит фигуре, но и поддерживает правильное пищеварение.

Компания UNIVITA подобрала самые вкусные, любимые и интересные яства итальянской кухни. Ведь каждый кулинарный изыск пропитан любовью к ингредиентам и горячим темпераментом шеф-повара. В замороженных блюдах т.з. «Laimè» использованы сыры с маркировкой D.O.P., что означает строгое соблюдение правил производства сыра грана падано на протяжении 100 лет. В этом вы легко убедитесь, попробовав национальное блюдо – пиццу, родиной которой считается Неаполь. Изначально тесто заправлялось только сыром и помидорами, но на сегодняшний день количество ингредиентов значительно выросло. Сочетание разных сортов сыра, ветчины, салями, помидоров, грибов и даже ананасов придётся по вкусу каждому. Пицца – гастрономическое чудо, которое не оставит равнодушным ни одного гурмана. Самой дорогой в Италии считается пицца с морепродуктами, наиболее популярной – «Маргарита», а какой вкус выберешь ты?

- Пицца с моцареллой и соусом песто
- Пицца с ветчиной и грибами
- Пицца «Салами» с болгарским сладким перцем на гриле
- Пицца «Гавайи»
- Пицца «Четыре сыра»
- Пицца «Маргарита»

Для итальянцев еда – национальная философия. По традиции трапеза начинается с закусок, далее следуют салаты и первое блюдо. Как правило, это суп, ризотто или кальцоне – своеобразный пирог в форме полумесяца, сохраняющий сочность и аромат начинки. Вы можете отведать кальцоне т.з. «Laimè» с ветчиной или четыре сыра с соусом песто. Главной достопримечательностью итальянской кухни, конечно, является паста. Вопрос, откуда берёт своё начало традиция приготовления, остаётся актуальным до сих пор. Но именно итальянцы первыми начали резать тесто на полоски, посыпать сыром и смешивать с помидорами. Так получился первый рецепт пасты, которых в дальнейшем родилось великое множество.

- Паста фузилли с соусом аматричано – классическое макаронное изделие в виде спиралей с соусом из томатного пюре и колчёного бекона.
- Паста ньокки по-соррентийски – итальянские картофельные клёчки под соусом из помидоров и сыра моцарелла.
- Паста спагетти под соусом карбонара.
- Паста тальятелле в соусе болоньезе – разновидность лапши с говядиной, свиной и смесью из овощей.
- Паста тальерини под соусом с белыми грибами.

Приготовленные и замороженные блюда ресторанного качества т.з. «Laimè» – отличное решение для экономии времени и получения наслаждения от здорового полноценного питания.

Buon appetito!

*Превосходно, приятного аппетита реклама



000 «Торговый Дом «УНИВИТА» +7 (812) 647 80 41

В Санкт-Петербурге Вы можете приобрести пасты и пиццы т.з. «Laimè» в сетевых магазинах: «Азбука Вкуса», «Лента», «Лэнд» и в розничных магазинах рядом с Вашим домом.