

INNEHÅLL

• BOKENS TVÅ KOCKAR	7	• RISOTTOSTADEN VENEDIG	104
• RISOTTON BERÄTTAR HISTORIEN OM ITALIEN	11	• Ris med ärtor	106
• GÖR DIN EGEN BULJONG	26	• Risotto med bläckfiskbläck	110
• VÄLJ RÄTT RIS	28	• RISOTTOSTADEN MANTOVA	112
• LÄR DIG LAGA RISOTTO I 6 STEG	34	• RISOTTO I NORDVÄSTRA ITALIEN	115
• Risotto med saffran	44	• Risotto med fontina	120
• Risotto med saffran och bräserat kalvlägg	47	• RISOTTOSTADEN NOVARA	122
• Risotto med ärtor och salsiccia	48	• Risotto med gorgonzola, prosecco och äpple	130
• Risotto med friterade zucchinibloomor	50	• Panissa - lokal specialitet från Vercelli	132
• Gör din egen pesto och tomatsås	52	• VÄRLDENS BÄSTA RIS	135
• Risotto med mozzarella, tomat, basilika och pesto	54	• RISOTTOSTADEN PAVIA	142
• Risotto med fyra ostar	56	• RISOTTOSTADEN MILANO	144
• Risotto med vårens primörer	60	• PARMIGIANO-REGGIANO	146
• Risotto med karljohansvamp	62	• Risotto med jordgubbar och parmesan	154
• Risotto med skaldjur	66	• OLIVOLJAN	156
• Risottopannkaka med saffran	68	• MADE IN ITALY?	158
• Friterade risottobollar	70	• Risotto med champagne	162
• RISOTTO I NORDÖSTRA ITALIEN	72	• Risotto med taleggio och päron	164
• SÅ ODLAS RISOTTORISSET	86	• Risotto med pumpa	166
• Risotto från Isola della Scala	90	• Risotto med citron	168
• RISOTTOSTADEN VERONA	93	• Risotto med tomatsås och rucolapesto	170
• Risotto med amarone	94	• Risotto med kronärtskockor	174
• RISOTTOSTADEN TREVISO	96	• Risotto med kantareller, västerbottensost och kräftor	176
• Risotto med rökt scamorza och radicchio	98	• Risotto med blandad svamp och spenat	178
• RISOTTOSTADEN BASANO DEL GRAPPA	101	• Risotto med rödbetor	180
• Risotto med sparris och lax	102		

DEN STORA RISOTTORESAN



Genova

Bologna

Ravenna

Patrick Botlero



MÄSTAREN & LÄRLINGEN

Patrick Risotto Botlero

För inte så länge sen jobbade Patrick på Wall Street i New York. Han hade kämpat hårt för att nå dit. Men så en dag gick han och käkade lunch på en italiensk restaurang och åt sitt livs första risotto och så förändrades allt. Det slutade med att han sa upp sig för att förvandla sitt liv till ett enda stort risottoäventyr. Han rev kontraktet med finansvärlden för att resa till Italien och lära sig allt om maträtten. Patrick reste från Verona till Venedig till Isola della Scala till Vercelli till Milano till Turin och besökte bönder och risproducenter och parmesanlagrare och restauranger. En tidning i norra Italien har kallat honom il Marco Polo del risotto och efter några år av risottoresor fick han smeknamnet Risottomannen. När han inte tyckte att det räckte med ett smeknamn döpte han om sig, och nu för tiden heter han Risotto i andranamn. Jo, det är sant. Han har beviset inramat och upphängt på väggen. Patrick är motorn i den här historien och boken går i fotspåren av hans risottoresor. Tillsammans med sin maestro Luciano Parolari bjuder han på lokala recept från norra Italiens alla hörn.

Luciano Parolari

När Patrick valde bort finansvärlden för det italienska matlandskapet sa han till sig själv: ”om jag vill bli bäst på risotto måste jag lära av den bäste, jag måste hitta världens bästa mentor”. Och så åkte Patrick till Italien och knackade på kungens dörr.

Luciano kallas just så, kungen av risotto. Redan på 70-talet skrev tidningarna att Luciano Parolari var för den italienska matlagningen vad Leonardo Da Vinci var för konsten. Då var han relativt färsk chefskock på ett hotell som senare skulle utses till världens bästa och han hade precis börjat göra sina risottoresor till USA för att sprida den norditalienska paradrätten ut i världen. Sen dess har han med maten som vapen knockat fler stjärngäster än han vill erkänna på klassiska hotellet Villa d'Estes extravagantrestaurang Veranda. Men Lucianos matlagning handlar inte om lyx och flärd. Han var en av de som gick i första ledet när de italienska finrestaurangerna kastade ut de franska menyerna och ersatte dem med den klassiska och enkla italienska maten. Och han var en av de som såg till att risotton tog sig ut från de italienska hemmen och in på restaurangerna. Luciano levde och lärde enligt Slow Foods idéer långt innan den beundransvärda organisationen bildades. Nu lever han ett stillsamt liv som pensionär och då och då ägnar han sin tid åt att läxa upp sin ivrige lärling Patrick.

Parolari Luciano





RISOTTON

berättar historien om *ITALIEN*

Den här berättelsen börjar på Veronas flygplats. Det är inget spännande eller inspirerande ställe, men nu står vi ju där och väntar på våra väskor och omgivningen har faktiskt något intressant att säga oss. För vid samma rullband väntar också ett stort gäng svenska vinturister och de står där och hänger och slänger sig med franska uttryck. De pratar om *terroir*, det populära låneordet som handlar om hur själva jorden smaksätter olika råvaror. Hur det geografiska läget och klimatet sätter sina spår i den färdiga produkten. Det kan handla om allt som i grunden är odlat, men det är oftast vin man pratar om när man pratar om *terroir*. Man säger att *terroir* skänker personlighet till vinet. Vinet blir till en karaktär. Kanske är det därför så många svenskar vill åka och träffa amaronebönderna, för att se ansiktet bakom druvan? Se om druvorna har bondens näsa. Svenskarna älskar *sitt* amaronevin. De åker hit, till klassiska vindistriktet Valpolicella strax norr om Verona, till *dalen med vinkällaren*, och kysser marken, kryssar mellan gårdarna. De pratar om hur Gardasjön och bergen runt omkring andas ut kall luft över vinrankorna och hur det påverkar smaken på amarone- och ripassovinerna.

”De här vinresorna fascinerade mig,” säger Patrick. ”Jag läste en bok som heter *La Strada del Vino* (vinets väg), en guidebok som berättar hur man reser i vinets fotsprår. Jag ville också ge mig ut på en upptäcktsresa, men jag ville resa längs *La Strada del Riso*, från Venedig till Turin.”

Patrick gjorde sin första risottoresa till just Verona. När vinvirtuoserna klev av planet och begav sig norrut drog han på andra hållet. Och det var här han lärde sig att italienarna snackar tre gånger så mycket som fransmännen.

Fransmännen berättar om sin *mirepoix*: de finhackade grönsakerna som är grunden i det franska köket. I Italien är ingredienserna de samma: lök, selleri och morötter. Men här kallar de det för den heliga treenigheten. Det är som om italienarna inte kan hålla sig från att börja räkna när de pratar om mat. Som om de tvångsmässigt måste slå den ena handen i den andra och räkna upp tre saker. Det är nästan alltid tre. När Luciano Parolari pratar om risotto börjar han räkna: ”det viktiga är enkelhet och bra råvaror och bra buljong”.

Italienarna pratar inte bara om *terroir*, de pratar om *territorio*, *stagione* och *tradizione*. Det är grundpelarna i det italienska köket. Det är kring de tre uttrycken de väver sina matdiskussioner.

Territorio är detsamma som *terroir*. Själva jorden, det geografiska läget och klimatet som påverkar råvarorna.

Stagione betyder årstid. Det vet alla pizzaätare. Men idén bakom Quattro Stagioni går faktiskt helt emot den italienska mattraditionen. Till skillnad mot den i Sverige populära pizzan, där man vräker på alla årstiderna på en gång, handlar *stagione* om att utnyttja råvarorna när de är som bäst. En riktig italiensk meny ska alltid vara årstidsbunden. För italienarna är det här extremt viktigt, inte bara för att deras matlagning lutar sig mot kvalitetsråvaror, utan för att de också värnar om en längtan. De vill längta efter sina lokala delikatesser på samma

sätt som vi längtar efter de första jordgubbarna till midsommar, efter årets första färskpotatis och efter augustikräftorna.

Den sista grundpelaren är tradizione, som handlar om kulturarvet, om de urgamla familjerecepten, om historierna om maten. Tradizione handlar om myter och sanningar och italienarna älskar det här. De berättar om kocken Raffaele Esposito som med tomater, mozzarella och basilika skapade Pizza Margherita i de italienska färgerna för att hedra drottning Margherita. Och de pekar ut staden Gorgonzola på kartan när de äter sin grönmögelost.

Ofta handlar berättelserna om varifrån maten kommer, om ursprunget. Det är inte konstigt, eftersom italienarna är extremt lokalpatriotiska. När de äter avslöjar de varifrån de kommer. Det är därför så många rätter och råvaror är döpta efter städer och regioner: Pizza Napoletana, Risotto alla Milanese, Bistecca alla Fiorentina, Prosciutto di Parma, Parmigiano-Reggiano eller parmesan som vi säger...

”I Sverige har vi åtta skyddade livsmedel. Till exempel Kalix löjrom, spettekaka och hushållsost. Italien har över 300 skyddade produkter.”

Som sagt, varifrån maten kommer är viktigt och Italien har tusentals registrerade lokala specialiteter. De har fyrahundra registrerade ostar och inget annat EU-land är i närheten av att ha lika många ursprungsbeskyddade produkter.

Det finns tre olika beteckningar som skyddar livsmedelsprodukter (vin och sprit har sina egna) i EU.

Det första skyddet är geografiskt och heter på italienska Indicazione Geografica Protetta. IGP-stämpeln garanterar att produkten kommer från ett specifikt område, och hit hör produkter som Aceto Balsamico di Modena och risottorisot Riso Nano Vialone Veronese.

Det andra skyddet handlar om ursprung och det är det vanligaste skyddet i Italien (två tredjedelar av de skyddade produkterna sorteras in här). Beteckningen heter Denominazione di Origine Protetta (DOP) och den garanterar att en produkt både härstammar från ett visst område och att den producerats på ett för området speciellt vis. Hit hör Prosciutto di Parma och Parmigiano-Reggiano.

Den tredje beteckningen skyddar traditioner och heter Specialità Tradizione Garantita. Här hamnar produkter som framställs på ett traditionellt sätt men för den sakens skull behöver den inte vara knuten till ett geografiskt område. Hittills finns det bara två produkter på den här listan: Mozzarella är en av dem, den är gjord på komjölk och kan komma lite var som helst ifrån (däremot är Mozzarella di Bufala Campana DOP-skyddad då den måste tillverkas på mjölk från vattenbuffel som kommer från Kampanien). Den andra produkten är faktiskt Pizza Napoletana. Du kan alltså få en helt äkta napolitansk pizza i en annan stad än Neapel.

I Sverige har vi åtta stycken livsmedel som är skyddade enligt de här tre beteckningarna: skånsk spettekaka, bruna bönor från Öland, Kalix löjrom, falukorv, brödet upplandskubb, hännlamb från Gotland och de två ostarna svecia och hushållsost.

Italien har över trehundra produkter som är skyddade.

”Det är därför det är så kul att göra matresor i Italien,” säger Patrick. ”Och det är perfekt att resa i risottens fotspår, den är sprängfylld av territorio, av stagione och inte minst tradizione.”

Själva risodlingen och jordens betydelse för risotton är en extremt varierande vetenskap. Italienarna odlar hundratals olika rissorter, de gör skillnad på ris som odlats i bergsvatten och ris som odlats i flodvatten. Risotton har mycket territorio i sig.

Och risotton är en kameleont och går att kombinera med årets alla råvaror. Det finns risotto med sparris, med svamp, med jordgubbar och champagne. Det går att laga pasta med nästan vad som helst – med en risotto går det att töja på gränserna ännu mer.

När det gäller tradizione verkar det finnas ett aldrig sinande lager av historier. Det är en myternas maträtt och i den här boken kommer vi att åka längs risottens landsvägar och berätta historier om hur satanistiska munkar tog riset till Norditalien. Vi kommer att besöka risfält där den italienska fackrörelsen grundades och där sånger som Bella Ciao kommer ifrån. Italienarna berättar inte bara många historier om sin risotto, risotton berättar också historien om Italien och om det italienska folket.

”Det enda problemet verkar vara att sortera ut vad som är sanning och vad som är skröna,” säger Patrick. ”Och att lista ut vilka italienare som har rätt. Det är inte helt lätt att reda ut den italienska mathistorien, och risotton är inget undantag.”

Risottens ursprung? Alla vet. Det är ingen som riktigt vet.

Själva riset dök först upp på Sicilien. Det är alla italienare överens om. Det var i början av 1000-talet som araberna tog med sig riset till ön och det skulle dröja några hundra år innan det nådde fastlandet, då franska munkar började odla ris i nordvästra Italien. Men trots att de var först med ris har risotton aldrig riktigt fått fotfäste i södra Italien. Ändå finns det de som envist menar att risotton kommer från Sicilien.

Italienarna är som sagt lokalpatriotiska och de vill alla slå sig för bröstet. Det finns till och med sicilianare som menar att den klassiska Risotto alla Milanese kommer från Sicilien, eftersom araberna gillade att använda saffran i sina maträtter. Det finns faktiskt gamla recept från 1549 med ris och saffran som ger dem rätt (historien om hur Risotto alla Milanese uppfanns i Milano är nämligen från 1574). Men sen finns det ju de som säger att ”det räcker inte att det är en maträtt med ris för att det ska vara en risotto”. Romarna importerade ris och

åt det redan på sin tid i medicinskt syfte; när de hade ont i magen käkade soldaterna en risgröt med mjölk. Gröten hade kanske inte så mycket likheter med dagens risotto. Frågan är om den gula saffransrätten från Sicilien hade det?

I den nordöstra regionen Veneto började de odla ris på 1500-talet, långt efter araberna på Sicilien och också senare än de franska munkarna i nordväst. De pratar gärna mindre om själva risodlandet och helst mer om ingredienserna när de påstår att de var först med att laga risotto. De menar att risotton föddes i Venedig i början av 1500-talet eftersom köpmännen i den gamla handelsmetropolen handlade mycket med perserna som åt pilaff, som precis som risotto tillagas med lök och buljong. De menar att risotton växte fram som en sorts italiensk pilaff med parmesanost (parmesanen hade italienarna lagrat och rivit ner i maträtter i flera hundra år innan risotton började ställas fram på bordet, när det nu var).





LUCIANOS *ORIGINAL 10*

- Risotto alla Milanese &
- Risotto alla Milanese con l'ossobuco
- Risotto con i piselli e salsiccia
- Risotto ai fiori di zucca
- Risotto Tricolore
- Risotto ai quattro formaggi
- Risotto Primavera
- Risotto ai funghi porcini
- Risotto ai Frutti di Mare
- Risotto al salto
- Arancini di riso

Myten om **Risotto alla Milanese**

En av de allra äldsta risottomytorna handlar om hur Risotto alla Milanese kom till. Historien går tillbaka till 1574 och är hämtad från bygget av den mäktiga Duomo di Milano. Katedralen, som tog tvåhundra år att bygga, lockade hantverkare från hela Europa till Milano. Och ironiskt nog var det inte en italienare som låg bakom Italiens mest mytomspunna risotto, om man nu ska tro legenden.

Historien handlar om den belgiske glasmästaren Valerius från Flandern och hans lärling som var i Milano för att måla mosaikglasrutorna i Katedralen. Lärlingen var känd för att spetsa sin färg med saffran och han målade så vackert med sin exotiska färg att hans arbetskamrater började kalla honom för Lo Zafferano. Hans mästare Valerius var inte lika imponerad och sa till honom att ”snart kommer du väl att ha saffran i ditt ris också”.

Mästarens klagan blev en självuppfylld profetia. När Valerius dotter en dag skulle gifta sig smög lärlingen in i köket, han mutade kocken och hällde saffran i bröllopsmiddagen. På menyn stod en dåtida risotto och lärlingen bar själv ut sitt gula mästerverk till gästerna. Gästerna smakade och utbrast i kör: ”Risus optimus!”. Det var det bästa ris det någonsin ätit. Och så var Risotto alla Milanese född.



RISOTTO ALLA MILANESE

Vi börjar med världens kanske mest kända risotto. Det här är grundreceptet. På nästa uppslag hittar du den tillsammans med kalvlägg.

FYRA PORTIONER: 1 L KYCKLINGBULJONG • 3 MSK OLIVOLJA • 1 SCHALOTTENLÖK • 4 DL CARNAROLIRIS • 1 GRAM SAFFRANSTRÅDAR ELLER SAFFRANPULVER • 1 MSK MASCARPONE • 1 MSK SMÖR • 80 GRAM PARMESAN • SALT
• OM DU VILL KÖRA ORIGINALRECEPTET: 40 GRAM BENMÄRG

Risotto med saffran

Den här vibrerande gula färgfesten är den mest mytomspunna risottorätten av dem alla. ”Det röda guldets” eller ”kryddornas konung” eller kort och gott saffranet, det kan du köpa på två sätt. Du kan välja saffran i pulverform, det ger en bra färg. Eller så väljer du saffranstrådar, det ger en lite sämre färg men mer smak. Originalreceptet innehåller benmärg. Det är inte särskilt vanligt att lägga till på ingredienslistan nu för tiden, men varför inte testa någon gång?

Gör så här

Finhacka schalottenlöken, sätt buljongen på värmning och riv parmesanen.

SOFFRITTO: Fräs löken på medelhög värme i två matskedar olivolja tills den mjuknar. Om du vill köra på originalreceptet fräses du benmargen tillsammans med löken.

TOSTATURA: Hög värmen, håll i riset och rosta det i olivoljan under omrörning i ett par minuter.

BRODO: I den här risotton används inget vin utan du går direkt på buljongen. Sänk värmen från hög till medel och håll på tre skopor buljong.

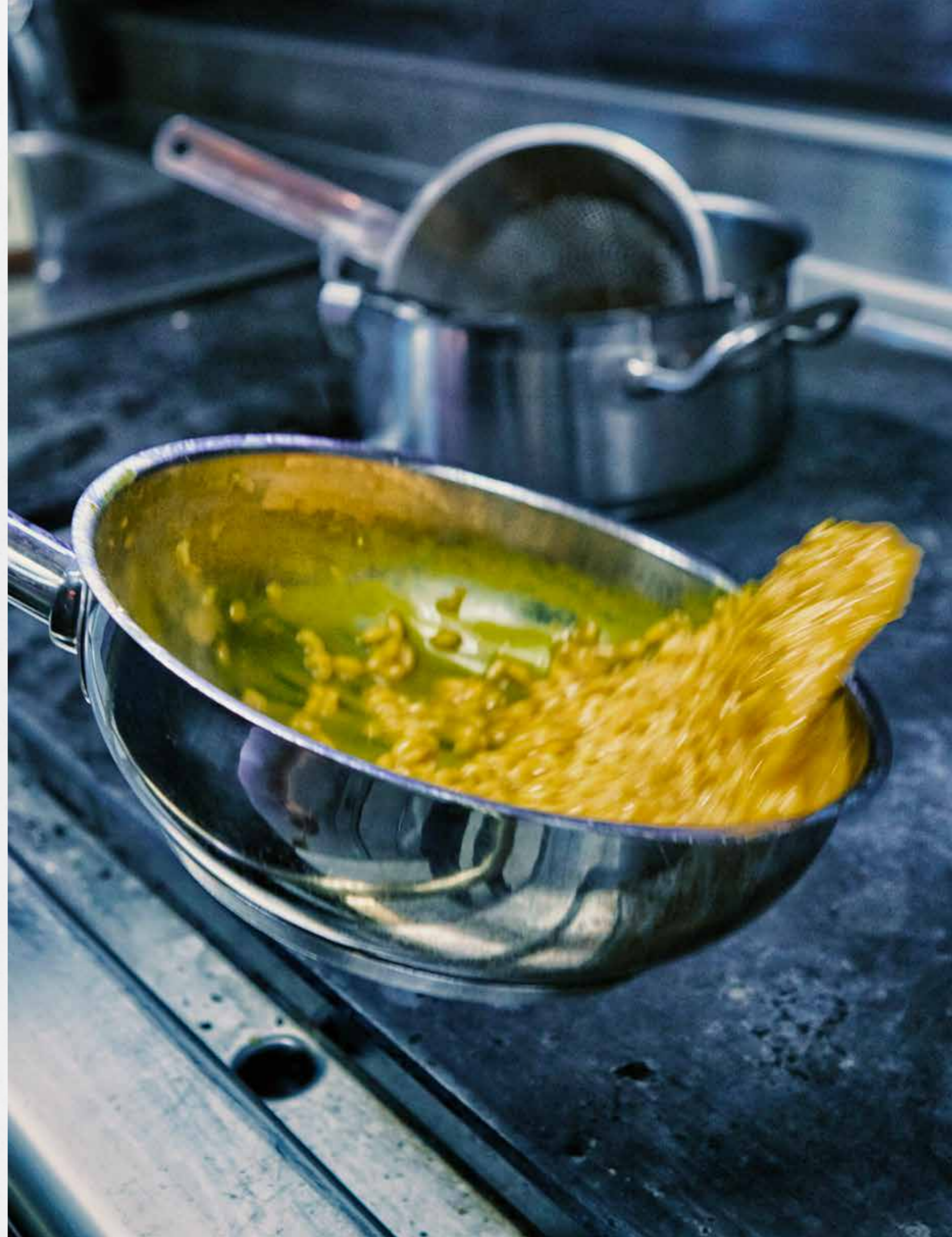
Rör om under tiden, låt buljongen absorberas och fyll sen på med en skopa buljong i taget. Efter tolv minuter sätter du färg på risotton (gör det inte tidigare, saffran blir beskt om det kokar för länge). Blanda saffranstrådarna eller pulvret med en skopa buljong och håll sen ner det i risotton. Rör om ordentligt och fortsätt koka risotton i fyra till sex minuter.

MANTECATURA: Lucianos Milanese-trick är att använda mascarpone till mantecatura. Ställ av kastrullen och tillsätt mascarpone, en matsked olivolja, smör och parmesan. Rör om ordentligt och smaka av med salt.

RIPOSO: Lägg på locket och låt risotton vila ett par minuter. Avsluta med att röra om igen, lägg upp och servera.

VIN TILL RISOTTO ALLA MILANESE:

Det mousserande Franciacorta, ofta kallad den italienska champagnen.



RISOTTO ALLA MILANESE

con l'ossobuco

Om det hade gått att prata om det italienska köket som om det vore ett enda kök, då hade det här varit en stark kandidat till nationalrätt.

TOMATSÅSEN: 2 MSK OLIVOLJA • 1 VITLÖKSKLYFTA • 700 GRAM KÖRSBÄRSTOMATER
KALVKÖTTET: 5 DL KYCKLINGBULJONG • 1 DL VETEMJÖL • 4 SKIVOR KALVLÄGG • 4 MSK RAPSOLJA
• 2 MSK OLIVOLJA • 1 GUL LÖK • 2 MORÖTTER • 2 STÄNGER SELLERI • 1 KVIST FÄRSK ROSMARIN
• 3 DL TOMATSÅS • 1 MSK TOMATPURÉ • 5 DL KÖTTBULJONG • 1 LAGERBLAD • SALT
GREMOLATAN: 3 MSK FINHACKAD PERSILJA • 1 STOR VITLÖKSKLYFTA • 1 CITRON

Risotto Milanese med kalvlägg

Det här är en kick ass-risotto. Ursäkta engelskan, men Risotto alla Milanese Ossobuco är en klassiker värd superlativer på alla möjliga språk. Ordet ossobuco betyder ben med hål i, och det syftar på själva kalvlägget som är huvudingrediensen i detta långkok toppat med gremolata (persilja, vitlök och citron).

Gör så här

Börja med tomatsåsen. Fräs en hel vitlöksklyfta i olivolja, i ett par minuter i en mellanstor kastrull. När vitlöken börjar ta färg, häll i tomaterna. Låt det småputtra i en timme. Så mycket av vätskan som möjligt ska avdunsta, så att tomatsmaken koncentreras. Mixa den sen med en hushålls- eller stavmixer. Och till sist häller du tomatsåsen genom ett durkslag för att sila bort tomatskal och frön.

Glöm inte: låt köttet stå rumstempererat i minst en halvtimme. Ställ ugnen på 170 och värm buljongen.

Nu till köttet: Grovhacka lök, morot och selleri och ställ det åt sidan. Salta och peppra köttet och pudra det i vetemjålet. Hetta upp fyra matskedar rapsolja i en tjockbottnad stekpanna eller gjutjärnspanna och

bryn kalvköttet på båda sidor på hög värme. När köttet är brynt lägger du det i en ugnform.

Ta fram en ren stekpanna: fräs löken, moroten, sellerin och rosmarinen i två matskedar olivolja på medelhög värme. När grönsakerna mjuknat, tillsätt en matsked tomatpuré. Fräst ytterligare två minuter. Tillsätt sen tomatsåsen, lagerbladet och buljongen. Låt det koka upp och sjuda i fem minuter. Smaka av med salt och peppar och häll sen det över köttet i ugnformen. Se till att köttet precis är täckt med sås och buljong och ställ resten åt sidan, du kan komma att behöva fylla på.

Ställ din ossobuco i ugnen, på 170 grader i två timmar. Sen vänder du på köttet och tillsätter mer sås och buljong om det behövs. Låt köttet stå i ugnen tills det är mörkt och faller isär om du drar i det med en gaffel. Totalt tar det tre-fyra timmar.

GREMOLATAN: Finhacka persiljan, vitlösklyftan och finhacka eller riv skalet av en citron. Rör ihop ordentligt.

När köttet är mörkt placerar du det tillsammans lite av såsen över en bädd av Risotto alla Milanese. Strö gremolatan över. Och njut av en av Italiens stoltaste klassiker.