



Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne...

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne...

Edda Onorato

Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... Edda Onorato

 [Télécharger Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histo ...pdf](#)

 [Lire en ligne Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, his ...pdf](#)

Téléchargez et lisez en ligne Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... Edda Onorato

120 pages

Extrait

MA CUISINE ITALIENNE

Approche

Le secret de la cuisine italienne ? Sa simplicité, sa fraîcheur, sa variété !

C'est presque une philosophie, un art de vivre auquel j'adhère profondément.

Combien de fois, avons-nous dégusté une salade de tomates, des spaghetti ou une focaccia toute simple en souriant ?

Les recettes sont en effet, pour la plupart, essentielles et rapides. Il suffit de penser aux pâtes, aux risotti, à toutes les fritures. Elles sont réellement à portée de main (d'adulte ou même d'enfant). Tout repose quasiment dans le produit et ses associations. C'est une cucina di casa (cuisine de ménagère), pas spécialement technique, que vous pouvez préparer avec des ustensiles de base.

La devise est : «J'ouvre le réfrigérateur, le placard, je reviens du marché... Selon l'inspiration du moment, je mélange trois-quatre ingrédients typiques, quelques herbes aromatiques, et voici un plat aux parfums d'Italie !» J'adore ce côté spontané !

C'est une cuisine de produits frais ; de saison ; aux mille nuances de vert, de rouge, d'orange, les couleurs chaleureuses des fruits et légumes gorgés de soleil ; de poissons presque vivants et luisants... On pourrait même affirmer qu'elle est très végétale. La variété de légumes est infinie et change de région en région. Je ne peux imaginer un repas sans verdure.

L'ingrédient est absolument, intensément, roi. C'est autour des tomates juteuses, du basilic enivrant et de la délicieuse mozzarella de bufflonne qu'est né le fameux trio tomates-mozza-basilic (insalata caprese). Les aubergines ont donné vie à la parmigiana, le riz carnaroli a donné le jour au risotto, les amandes se sont transformées en amaretti... Cette envie de chouchouter un bon produit, rare ou commun, vous la retrouvez tant dans la cucina di casa que dans la cuisine gastronomique. Et puis, bien sûr, il y a le savoir-faire ancestral, souvent artisanal, pour sublimer un bon lait comme dans le Parmigiano ou la viande à travers de la savoureuse charcuterie par exemple.

Finalement, la cucina italiana classique, à base de légumes, de plats simples, rapides et de saison est très moderne, dans l'air du temps.

Caractéristiques

Tradition et authenticité sont les mots-clés de la cuisine italienne. Ainsi, elle est un peu moins perméable à la globalisation, à l'uniformisation.

N' imaginez pas une tradition rigide, immuable, mais plutôt un grand attachement au terroir, un lien presque affectif avec les produits locaux, avec la cuisine de famille, celle de la mamma ou de la nonna... La transmission de la tradition, ces saveurs qui nous font sentir a casa, est assurée par les femmes, la plupart du temps.

La cuisine italienne reste une cuisine vivante, dont les recettes varient de région en région, de ville en ville, de famille en famille, de balcon à balcon. La variété des plats est large, on ne finit jamais de découvrir. Cette richesse est absolument fascinante !

Depuis toujours, les traditions tirent les ficelles de la création gastronomique italienne. En cela, les grands Chefs italiens sont des maîtres : les plats sont revisités, changent de forme, d'aspect, de texture mais à la base, on trouve toujours le respect du goût du produit ou l'idée du terroir. Une soupe de légumineuses, d'origine paysanne, deviendra entre leurs doigts un velouté raffiné avec des langoustines ou du homard ; les

spaghetti à la carbonara se transformeront en ravioli au coeur d'oeuf coulant et émulsion de lard... En somme, même si plus technique, réinventée et allégée, la cuisine italienne gastronomique reste authentique.

Histoire

L'histoire de la cuisine italienne est millénaire. L'Italie a été façonnée par les vestiges gustatifs de son Histoire et des peuples qui y ont séjourné. C'est un pays aux multiples influences, grâce aux différentes cultures qui se sont succédé, à la richesse de certaines villes ou régions, au passage de la route des épices... Vous retrouverez dans les Pouilles des desserts de l'ancienne Grèce, des produits inventés par les Romains, des saveurs sucré-salé d'origine arabe en Sicile, des plats autrichiens en Trentin-Haut-Adige ou slaves dans le Nord-Est... Un drôle de mélange qui pourtant est harmonieux et donne l'impression de voyager très loin tout en restant à l'intérieur de la «botte».

La cuisine italienne a gardé une âme double : des plats très frugaux, volontairement roboratifs, d'origine paysanne comme les soupes, la polenta, le pain ; des viandes moins nobles tels le poulet ou le lapin ; des desserts à base de pain et de fruits... Et d'autre part, des recettes somptueuses de l'aristocratie (qui avait d'ailleurs souvent à son service des cuisiniers français) : les timbales à base de riz, de viande ; l'utilisation des amandes, du sucre et d'épices... denrées rares et chères.

Même si opposés, ces deux mondes ont toujours dialogué. En effet, un type de cuisine influençait l'autre : les plats de la noblesse s'inspiraient de ceux des paysans mais y ajoutaient des produits précieux comme les épices, le sucre ou le chocolat (dans les plats salés) et vice-versa. Aujourd'hui, sauf quelques rares exceptions, les deux cuisines coexistent ; elles font partie du patrimoine italien.

Ces changements, ces influences, au cours des siècles, ont forgé une identité culinaire très forte que les Italiens défendent jalousement. Même des ingrédients à l'origine exotique comme les agrumes, les aubergines ou les tomates sont devenus des symboles nationaux. Au point que l'on a l'impression de déguster des sauces tomate depuis la nuit des temps. Bon voyage gourmand ! Présentation de l'éditeur

Ce livre de cuisine est un voyage au coeur des saveurs et des couleurs de l'Italie. Généreuse, parfumée et intensément gourmande, l'Italie d'Edda Onorato est une ode aux produits de saison, aux différents terroirs du pays et à la cuisine de famille, simple et goûteuse. Avec fraîcheur et au détour de souvenirs personnels, d'anecdotes culturelles et historiques sur les produits ou les recettes, Edda Onorato s'empare des classiques italiens et vous livre tous les secrets de sa délicieuse cuisine... L'Italie du placard et ses produits incontournables Les techniques des recettes de base : pasta, risotto, pizza, focaccia fatti in casa... Les astuces pour préparer la vraie sauce tomate, le pesto, la pâte à gnocchi et à ravioli Le repas italien authentique, de l'antipasto au café, avec des plats typiques ou revisités : crostini, arancini, spaghetti, couscous, parmigiana... Les desserts 100% italiens : tiramisù, granita, cassata... Les différents types de café et les mignardises qui l'accompagnent Un livre gai et personnel pour découvrir l'univers culinaire d'une Italienne ! Biographie de l'auteur

Je m'appelle Edda Onorato Pelosi, j'ai 34 ans, je suis née à Rome et vis depuis 6 ans à Paris avec mon mari (italien ;-). D'origine italienne (mon père) et française (ma mère), je baigne depuis toute petite dans ces deux cultures auxquelles je suis très attachée. Gourmande et curieuse depuis toujours, c'est tout naturellement que j'ai commencé à me passionner de cuisine. Elle fait vraiment partie de ma vie. La magie est toujours là. Ensuite, avec le blog, sont nées deux autres grandes passions : l'écriture et la photographie. En passant, par défi personnel et parce que j'adore le raffinement de la pâtisserie française, il y a quelques mois, j'ai passé un CAP de pâtisserie...mais bon je n'ai pas ouvert de pâtisserie ni changé mon approche ;-)) Ma cuisine? Simple, fraîche et de saison avec un grand faible pour les fruits et légumes. Elle est inspirée par mes origines italiennes, la cuisine généreuse de mes grand-mères, le marché, le placard, les voyages, les livres de cuisine mais aussi mes découvertes au quotidien. J'aime les textures, les saveurs et les parfums d'un plat mais aussi tout ce qu'il évoque: les souvenirs, les gestes ancestraux, l'histoire d'un produit...

Download and Read Online Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... Edda Onorato #P03SA2Q4RO5

Lire Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... par Edda Onorato pour ebook en ligneUn déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... par Edda Onorato Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... par Edda Onorato à lire en ligne.Online Un déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... par Edda Onorato ebook Téléchargement PDFUn déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... par Edda Onorato DocUn déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... par Edda Onorato MobipocketUn déjeuner de soleil en Italie : Recettes, histoires et parfums de ma cuisine italienne... par Edda Onorato EPub
P03SA2Q4RO5P03SA2Q4RO5P03SA2Q4RO5