



PASTASKOLAN

Här får du en översikt över många härliga pastasorter. Några är välkända världen över medan andra är lite mindre kända. I Italien – pastans hemland – så skall inte bara varje region ha minst en egen pastasort, utan även städerna och vissa fall även byarna skall stoltsera med egna sorter. En komplett lista är därför ett omöjligt uppdrag men här listar vi några olika typer av pastasorter och vad de innehåller som förhoppningsvis hjälper dig att upptäcka nya sorter och välja rätt pasta till din nästa måltid.



Pastasorter

Fusilli

Korta pastaskruvar. Skårorna gör att skruvarna är suveräna på att drar åt sig sås. till såser på bas av tomat eller färskosten ricotta samt pesto.

Spaghetti

Denna pastakändis, är rund, lång och smal och binder väl ihop rinniga såser baserade på olja eller grädde men även såser med mindre bitar, till exempel snabb spaghetti bolognese.

Farfalle

Farfalle betyder fjärl på italienska och detta är pastan som ser ut som den heter. Passar till gräddiga såser.

Caserecce

Korta, lite smalare och lätt skruvade pastarör. De har en långsgående skåra och suger därför upp både rinniga och kraftiga såser.

Risoni

De små pastagrynen uppkom ursprungligen som ersättare för ris. Risoni passar bra i soppa, krämig pastasallad, eller som fuskrisotto

Canelloni

Ett kort stort pastarör som passar perfekt att fylla med till exempel ricottaost eller köttfärs och gratinera i ugn.

Lasagne

Lasagne är egentligen namnet på plattorna och inte på rätten. När det står lasagne al forno i menyen betyder det helt enkelt att den tillagats i ugnen. Lasagneplattorna varvas oftast med köttfärsås och béchamelsås och gratineras.

Makaroner

Klassisk böjd pasta i mindre format. Finns i flera olika storlekar/varianten och passar till det mesta.

Gnocci

Den klassiska skålade formen gör att gnocchi fångar upp sås bra och passar till de flesta såser.

Penne

Räfflade pennor på italienska, passar till både rinnigare och lite kraftigare såser som i denna pasta med chunky tomatsås med llinsor.

Strozapreti

Betyder präststrypare på italienska. En av förklaringarna till namnet är att den var så god att glupska präster kunde äta sig till döds på den. Den lätt skruvade pastan har en lite räfflad yta och suger upp även tunnare såser utan bitar, till exempel denna pesto med rucicola.

Bucatini

En tjockare variant av spaghetti med hål i mitten. Pastan passar i princip för alla såser eftersom håligheten i mitten är som gjord för att suga åt sig sås

Pappardelle

Bred lång pasta som alltid görs på ägg. Den passar, precis som andra breda pastasorter, bra för att binda samman finfördelade såser gjorda på grädde eller olja, som pesto. De breda pastabanden passar också bra till lite kraftigare köttsåser som bolognese, kött- eller grönsaksraguer.

Orrechiette

Betyder små öron på italienska. De skålformade pastabitarna serveras traditionellt med en enkel sås på en brocolilikhande grönsak, brödsmlur, ansjovis, vitlök, chili och olivolja. Eller i en somrig pastasallad med ost och kronärtskocka.

Rotelle

Många benämner dem som "små hjul" vilket är översättningen från italienska. Passar bra till medimutjocka såser med mycket smak.

Fettuccine

Långa, platta och lite bredare än tagliatelle. De binder lätt samman finfördelade såser gjorda på grädde eller olja, som pesto.

Tagliatelle

En långsmal bandpasta gjord på ägg. Kocken som skapade pastan ska ha inspirerat av den kungliga 1500-talsskönheten Lucrezia Borgias långa hår. Ska man göra som italienerna så är det den här pastan som köttfärs-såsen bolognese serveras till och inget annat

Rigatoni

En tubformad räfflad pasta släkt med pennen men lite lätt böjd, den kan variera i längd och tjocklek. Liksom pennen funkar den bra till både rinnigare och lite matigare såser, från pesto till olika raguer.

Pipe rigate

Böjd, ihålig och räfflad och som gjord för att dra åt sig alla slags såser med grädde som i krämig pasta med bacon och örter, olivolja eller lite större bitar.

Linguine

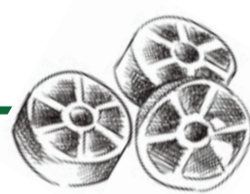
Linguine betyder liten tunga på italienska och är en smal bandpasta. Den serveras traditionellt till olika såser med skaldjur och fisk, till exempel med vongolemusslor.

Vermicelli

Betyder små maskar och är en av många sorters trådpasta, tunn pasta med mycket kort koktid. En klassisk sopppasta.

Tortellini/Ravioli

Fyllda pastaknyten som kan vara både vegetariska eller köttfyllda. Passar bra med tomatsås, pesto eller ostsås.



Pastadeg

Dinkelpasta

Gjord på dinkelvete, en gammal vetesort som innehåller mer protein, mineraler och fibrer än vanligt vete. Nyttan av detta är dock marginell när det kommer till pasta.

Kikärtspasta

Kikärtspasta innehåller enbart kikärtsmjöl och vatten.

Linspasta

Ett glutenfritt och spännande alternativ till vanlig pasta. Eftersom den är gjord på mjöl av linser har den ett lågt GI. Finns även varianter som består av 30% linser och resterande durumvete.

Vit "vanlig" pasta

Vit pasta som det finns finns två olika varianter på. Den med vanligt vetemjöl blandad med durumvete och den med enbart durumvete.

Svart pasta

Svart pasta med bläckfiskbläck passar till ljusare rätter som accentuerar den härliga djupsvarta färgen. Särskilt bra passar den till skaldjur och fisk.

Nudlar

Nudlar är ett snabblagat asiatiskt alternativ till pasta. De finns som både udon-, soba-, ris-, ägg- och glasnudlar. Dessa passar bäst till asiatiska smaker och i soppor.

Fullkornspasta

Innehåller minst 50% fullkorn, men vissa sorter ända upp till 100%.

Bönpasta

Består av 100% bönor och är därmed mycket protein- och fiberrik.

Tri colore pasta

Tricolore har samma färg som den italienska flaggan och är en av de mest populära pastaformerna. Tillsatsen av spenat och tomat i degen kombinerar innovativa färger med en klassisk pastaform, som passar till många olika sorters såser.



Pastans historia

Myten om Marco Polo

Den vanligaste myten om pasta är att Marco Polo 1294 tog den till Europa från Kina. Och han skriver ju verkligen i boken Marco Polos resor om att kineserna lagade olika pastarätter på något som liknade kornmjöl. Men han var inte först. Pasta fanns i Italien före Marco Polo. Den marockanske upptäcktsresanden Muhammad al-Idrisi har berättat om hur han 1154 stötte på pasta på Sicilien i form av mjöl format till långa smala pastatrådar. Det finns också dokument som visar att man på 1200-talet handlade med pasta både där och på Sardinien.

Världens äldsta pastaportion är 4.000 år gammal

Kombinationen mjöl och vatten eller ägg, hopknådad till olika former, färsk eller torkad och sedan kokad och serverad med olika såser eller fyllningar finns världen över. Det äldsta beviset för att människan ätit pasta i tusentals år, och som gör att kineserna verkligen kan göra anspråk på att vara de riktiga pastapionjärerna, är ett fynd vid en utgrävning i nordvästra Kina i början av 2000-talet. Tre meter under markytan hittades en skål med en spaghettiliknande pasta gjord på hirs. Den är enligt forskarna hela 4.000 år gammal.

Förvaring

Torrvaror som exempelvis pasta håller väldigt länge, men för att förlänga hållbareten på pastan bör den förvaras torrt och helst inte för varmt. Om pastan förvaras svalare än rumstemperatur håller den oftast längre än bäst före-datum. Och eftersom att en torrvara inte blir farlig när den blir gammal kan man därför i många fall även använda dessa varor efter bäst-före-datum. Förvara gärna pastan i återförslutningsbara burkar eller återförslut en öppnad påse ordentligt med en klämma så håller de sig ofta bättre längre.



Spana in massor av goda och spännande pastasorter på vår hemsida och lycka till med din matlagning!

KOLONIALVAROR.se

