

EUGENI

DE DIEGO

COCINA

COMO LA

MAMMA

LA ESENCIA DE LA MEJOR COCINA ITALIANA



EUGENI

DE DIEGO

COCINA

COMO LA

MAMMA



Fotografías de Alba Giné
Ilustraciones de Martí Sáiz

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.
La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento. En Grupo Planeta agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirígete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

© Eugeni de Diego, 2024
© del prólogo: Paolo Casagrande
© de las fotografías del interior: Alba Giné
© de las ilustraciones del interior y cubierta: Martí Sáiz
© de la fotografía de la página 14: Carles Allende
Diseño y maquetación: Cèl·lula
Diseño de cubierta: Planeta Arte & Diseño

Primera edición: enero de 2024

© Editorial Planeta, S. A., 2023
Av. Diagonal, 662-664, 08034 Barcelona (España)
Planeta Gastro es marca registrada por Editorial Planeta, S. A.
www.planetadelibros.com

ISBN: 978-84-08-28162-7
Depósito legal: B. 17.526-2023

Impresor: TG Soler
Impreso en España – Printed in Spain

El papel utilizado para la impresión de este libro está calificado como papel ecológico y procede de bosques gestionados de manera sostenible.

ÍNDICE

PRÓLOGO _____ 17

INTRODUCCIÓN _____ 19

**REFLEXIONES
SOBRE LA
GASTRONOMÍA
ITALIANA** _____ 20

**LA GRANDISSIMA
DESPENSA
ITALIANA** _____ 23

Il Formaggio _____ 23

I Salumi _____ 25

*Las hierbas, especias
y frutos secos* _____ 27

Ingredientes especiales _____ 28

Aceites, grasas y vinagres _____ 28

La harina _____ 29

Las conservas de tomate _____ 30

Pasta seca _____ 32

**LA PASTA
«FATTA IN CASA»** _____ 34

Herramientas básicas _____ 34

Masas de pasta _____ 36

Saborizando la masa pasta _____ 38

Otras masas de pasta _____ 40

Rellenos de pasta _____ 42

Formas de pasta _____ 44

Pasta rellena _____ 48

Fondos y salsas base _____ 50

Las salsas básicas _____ 52

**CONSERVACIÓN,
COCCIÓN
Y EMPLATADO
DE LAS PASTAS** _____ 54

**MASAS
FERMENTADAS:
LA PIZZA Y LA
FOCACCIA** _____ 58

RECETAS

Cócteles _____ 63

Antipasti _____ 75

Pastas y gnocchi _____ 121

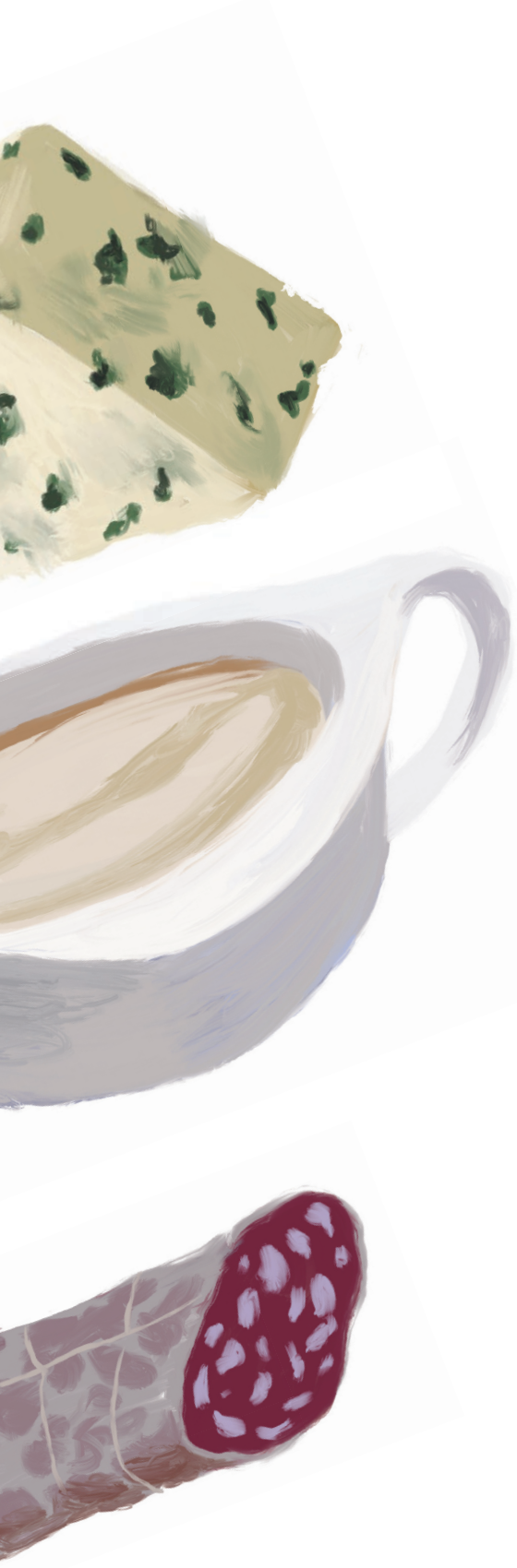
Pizzas y risottos _____ 171

Carnes y pescados _____ 189

Postres _____ 219

AGRADECIMIENTOS
_____ 245

ÍNDICE DE RECETAS
_____ 246



LA GRANDISSIMA DESPENSA ITALIANA

Una buena despensa no se caracteriza por tener muchos alimentos, sino por tener lo necesario para realizar las elaboraciones y captar la esencia de la gastronomía que estamos cocinando. En este apartado encontrarás algunos de los productos indispensables para la elaboración de las recetas que propongo.

IL FORMAGGIO LOS QUESOS FRESCOS

LA MOZZARELLA

Es un queso que tradicionalmente se elaboraba a partir de leche cruda de búfala, y cuyo consumo se debía hacer al día siguiente o bien al cabo de una semana si estaba en salmuera. Hoy en día se ha extendido la producción y la encontramos elaborada de leche de vaca o bien de cabra. Los tipos que encontramos más fácilmente en el mercado son:

- **Bufalina**, elaborado a partir de leche de búfala, y el más conocido es la ETG di Bufala Campana.
- **Fior di latte**, elaborada a partir de leche de vaca.
- **Caprina**, elaborada a partir de leche de cabra.
- **Ciliegina** y **bocconcino**, generalmente elaborados a partir de leche de vaca pasteurizada. Son bolitas pequeñas de mozzarella.
- **Nodini**, son los trozos de cuajada de mozzarella anudados, con textura elástica y menor porcentaje de humedad.
- La **mozzarella para pizza** contiene menor cantidad de humedad, textura más firme y permite que se funda sin soltar líquido.

LA BURRATA

Es un queso cuyo cremoso interior está envuelto en pasta hilada (pasta filata) y cerrado con un nudo.

LA STRACCIATELLA

Es la parte cremosa del interior de la burrata, y no es más que la cuajada mezclada con la nata o la crema de leche, y posee una textura untable y cremosa. Se utiliza normalmente para untar.



LA RICOTTA

Es un queso fresco, poco prensado, de pasta blanca y de origen siciliano. Este queso se hacía tradicionalmente para aprovechar el suero obtenido de la producción de otros quesos. Según el origen de la leche podemos encontrar ricotas de búfala, de cabra, de oveja, aunque la más conocida es la de la leche de vaca. Según el tipo de ricota se puede utilizar tanto en recetas dulces como saladas.



EL MASCARPONE

Tiene un sabor neutro y una textura muy cremosa. Técnicamente no es un queso, sino un subproducto lácteo, obtenido a partir de la nata extraída de la leche durante la producción del parmesano. Se puede utilizar en recetas dulces y saladas, y es la base para preparar el tiramisú.

LA SCAMORZA

Es un queso de pasta semidura y textura semielástica, cuyo sabor es muy similar al de la mozzarella; sin embargo, el proceso de secado al aire o incluso ahumado le confiere un sabor y una textura particular, se puede encontrar fresco o curado.



LOS QUESOS CURADOS Y MADURADOS

EL TALEGGIO

Es un queso proveniente del Val Taleggio, en la provincia de Bérgamo, elaborado a partir de leche de vaca. Como características principales encontramos la pasta blanda, con un sabor ligeramente ácido a consecuencia del añejamiento de un mínimo de 25 días al que es sometido. Es el queso ideal, gracias a su textura elástica, para fondues y gratinados.

EL PROVOLONE VALPADANA

Es un queso semiduro de leche de vaca proveniente del norte de Italia. Posee una textura firme gracias al curado de un mínimo de 4 meses. Sin embargo, tiene una alta capacidad fundente.

EL ASIAGO

Es un queso de leche de vaca o cabra de la región de Véneto de pasta compacta y textura granulosa. Según su curación, que puede ir de los 8 a los 36 meses, el queso tiene un sabor picante que se va acentuando conforme va madurando. Es ideal para comer solo, en bocadillos, en ensaladas o bien rallado encima de la pasta.





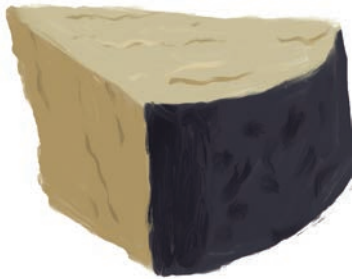
EL GORGONZOLA

Es un queso azul, de pasta cremosa y untuosa. Existen dos tipos: el dulce, cuyo añejamiento es de 50 días, y el picante, cuyo añejamiento es superior a los 80 días. Por su sabor tan particular es empleado generalmente en risottos, en la pizza o como final de comida acompañado de frutas.



EL PARMIGIANO REGGIANO

Es quizás el queso más reconocido y versátil de Italia. Es un queso de vaca, de pasta dura y cuyas maduraciones van de un mínimo de 12 meses a un máximo de 36 meses, aunque es cierto que hay especialidades cuyas maduraciones pueden llegar a ser de hasta 120 meses. Para ser considerado D.O.P. debe ser realizado en las zonas de Parma, Reggio Emilia, Módena, Bolonia y Mantua.

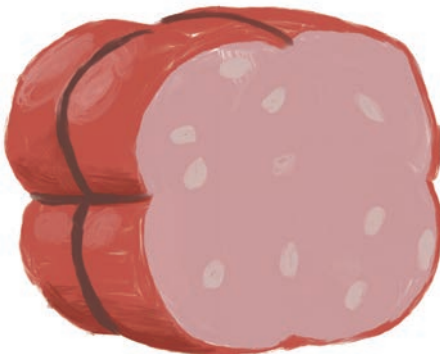


EL GRANA PADANO

Es un queso de leche de vaca de pasta dura madurado por un mínimo de 12 meses y un máximo de 18 meses, y cuyo sabor es ligeramente más suave que el parmesano. Se hace en el norte de Italia, concretamente en la zona del Valle del Po.

EL PECORINO ROMANO

Es un queso de la región de Lacio (Toscana), elaborado a partir de leche de oveja y cuya maduración varía entre los 5 y 8 meses, con un sabor más potente que el del queso parmesano.



I SALUMI

LA MORTADELA

Es uno de los embutidos más reconocidos de Italia, siendo la más famosa la de la región de Bolonia. Está elaborada a partir de carne especiada de cerdo y trocitos de grasa de papada de cerdo (lardelli).

EL SALAMI

Es uno de los embutidos con más tipologías en Italia. Se elabora a partir de una mezcla de carne de vaca y de cerdo y se sazona, generalmente con ajo, pimentón y sal, se embute y se le da forma cilíndrica y alargada, para posteriormente ser curado al aire. Como dato curioso, existen distintos niveles de calificación según el contenido de carne de cerdo.





LA PANCETTA

Se hace de la barriga del cerdo, que se cura con sal, hierbas y especias durante varios días. Luego se corta en lonchas finas y se puede cocinar de muchas maneras diferentes.

EL PROSCIUTTO

Se elabora a partir de las patas traseras del cerdo. El curado se realiza con la cobertura de sal marina, donde se extrae toda la humedad a la carne y así se pueda conservar por varios meses. Algunos tipos:

- El **prosciutto di Parma** se elabora exclusivamente a partir de cerdos de razas tradicionales cuidadosamente seleccionadas y criados en 11 regiones de Italia. Todo el proceso, desde la salazón hasta la curación, debe realizarse en la provincia de Parma, donde el aire y el clima confieren a la carne un sabor único. El logotipo se reconoce por el sello de una corona dorada con el nombre de «Parma» en su interior.
- El **prosciutto di San Daniele** se elabora en la provincia de Údine. El proceso de maduración de este jamón dura al menos 13 meses y se caracteriza por su forma de prensado, que le otorga una peculiar forma de guitarra.
- El **prosciutto di Carpegna** es un jamón con una curación mínima de 13 meses, y proviene de la provincia de Pesaro y Urbino, cerca de la República de San Marino.
- El **prosciutto di Cuneo**, a diferencia de otros jamones, puede incluir en su proceso de curado con otros muy diferentes ingredientes, como el vinagre y la pimienta. Proviene de la provincia de Cuneo, de la provincia de Asti y de 54 municipios de la zona sur de la provincia de Turín.
- El **prosciutto Veneto Berico-Euganeo** es un jamón que se masajea con sal para que se impregne en el pernil y la duración del proceso de curación sea menor, en este caso de 10 meses. Proviene de las regiones de Vicenza, Padua y Verona.
- El **prosciutto Toscano** proviene de la zona de la Toscana, y es aromatizado con pimienta, ajo y hierbas aromáticas como el lentisco, el mirto y el enebro.
- El **prosciutto crudo di Módena** se elabora con la salazón, el reposo, el lavado y el sazonado durante al menos 14 meses. Se elabora en Módena, Bolonia y Reggio Emilia, en la región de Emilia-Romaña.
- El **jambon de Bosses** es un jamón crudo aderezado con hierbas de la montaña y curado a 1.600 metros de altura durante al menos 12 meses. El resultado es un jamón rojo oscuro, aromático y con un sabor ligeramente salado, con un gusto algo dulce.



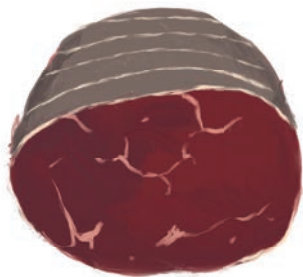
EL SPECK

Es un jamón de cerdo deshuesado, sazonado y ahumado, que se somete a un proceso de maduración de alrededor de 22 semanas.



EL GUANCIALE

Es la carne de la cara y la papada del cerdo, sazonada con sal, pimienta, ajos y hierbas aromáticas, y curada durante varios meses. Es la base para los famosos espaguetis carbonara.



LA BRESAOLA

Es una chacina con muy poco contenido graso y color rojo intenso, elaborada de la carne de las patas traseras de las terneras, y proveniente del norte de Italia.



EL LARDO DI COLONNATA

Es el tocino blanco proveniente de la espalda del cerdo, recubierto de especias (clavo, perejil, salvia, romero y pimienta, entre otros) y curado durante un mínimo de 6 meses.

LA 'NDUJA CALABRESA

Es un embutido elaborado a partir de una pasta de diferentes partes de la grasa del cerdo, que se sala y se añade pimentón rojo dulce y pimentón o chile picante, y posteriormente se embute en el intestino grueso del cerdo y se ahúma con leña. El tiempo de curación es de entre 3 y 5 meses.

LA COPPA

Es un embutido muy infiltrado en grasa elaborado a partir de la carne del cabecero de lomo de cerdo y secado durante un mínimo de 6 meses.

LAS HIERBAS Y ESPECIAS Y LOS FRUTOS SECOS

HIERBAS FRESCAS	Salvia, romero, tomillo, orégano, albahaca
------------------------	--

ESPECIAS	Pimienta negra, comino, pimentón rojo, pimentón picante, ajo, nuez moscada, pepperoncino, mirtilo, enebro, mejorana, orégano, romero, tomillo, hinojo, cilantro
-----------------	---

FRUTOS SECOS	Piñones, almendras, pistachos, avellanas
---------------------	--

INGREDIENTES ESPECIALES

TARTUFO BIANCO D'ALBA



La trufa blanca, proveniente de la zona del Piamonte, en especial de las regiones de Alba y Asti, es uno de los manjares más codiciados de Italia. Debido a su escasez, el precio del kilo puede alcanzar los seis mil euros.

Dejando a lado el valor económico, podemos decir que su peculiaridad radica en su potente e intenso aroma que dota a los platos de matices aromáticos muy particulares que algunos expertos denominan como mezcla de olores de queso fermentado, gas metano y ajo con tintes picantes.

Su aroma marida muy bien con aquellos platos con componentes grasos, lácteos, frutos secos (avellanas y nueces) y huevos, con lo cual grandes cocineros proponen utilizarlas en recetas como pasta blanca, risotto, e incluso postres como la pannacotta.

LA BOTTARGA



La Bottarga, el oro sardo, explicada de manera muy sencilla son huevas de pescado secadas en salazón de sal marina. Tradicionalmente era un alimento de pescadores, aunque hoy en día se ha transformado en un alimento de lujo. La bottarga a la que nos referimos es la Bottarga di Mugine de la región de Cerdeña, que se elabora con huevas de mújol, aunque, cabe destacar que también las podemos encontrar en otras zonas de Italia como Sicilia, elaboradas con las huevas de atún o de pez espada.

Este ingrediente se utiliza como potenciador de sabor, ya que contiene un sabor umami muy particular y marida muy bien con platos de mariscos, huevos, queso fresco, limón y avellana.

ACEITES, GRASAS Y VINAGRES



- El **aceite de oliva** en Italia es, al igual que en otros países bañados por el Mediterráneo, la grasa utilizada principalmente, siendo este país el segundo mayor productor mundial tras España, y es una parte muy importante de la cultura.
- La **mantequilla**: la influencia francesa en Italia hace que el consumo en la zona norte del país de este lácteo sea mayor. Se utiliza en las elaboraciones de repostería como el tan afamado panettone o la básica pasta frola, pero también para ligar las salsas en recetas de pasta o risotto.
- El **aceto balsámico di Módena** se elabora en la zona de Módena con el mosto de las uvas de las variedades lambrusco y trebbiano,

cocido durante 8 a 10 horas para luego pasarlo a barricas de maceración durante un mínimo de 6 años.

- El **aceto balsámico tradizionale di Reggio Emilia** se elabora en la zona de Reggio Emilia, bajo el mismo proceso que el de Módena, sin embargo, el mosto utilizado es el de lambrusco, trebbiano y cabernet sauvignon.

LA HARINA

En el mercado encontramos diversos tipos de preparados para pizzas, pastas, polentas... pero qué tipo de harina es indispensable para realizar las recetas de la cocina italiana, ¿cuáles son imprescindibles? En este apartado de la despensa pretendo darte una pequeña guía sobre las harinas y sus aplicaciones.



TIPO DE HARINA	CARACTERÍSTICAS	ELABORACIÓN
HARINA 00 FUERZA W (90-130)	Muy refinada y contiene una alta calidad en gluten. Esto permite que la masa posea humedad, elasticidad y resistencia.	Pastas sin huevo / pastas al huevo / pastas rellenas / pastas con alto contenido en humedad
HARINA MANITOBA DE TRIGO TIERNO 0	Harina de trigo ideal para masas que requieran largas fermentaciones. Elaborada a partir de variedades de trigo con alto contenido en proteína.	Pizza con larga fermentación / pizzas crujientes / panettone / colomba
SÉMOLA DE TRIGO DURO	Gran poder de absorción de líquidos.	Pasta fresca o seca
RIMACINATA	Sémola de trigo duro que se somete a un posterior refinado y remolido. Esta reducción del tamaño de las partículas permite tener una mayor facilidad de trabajo de la masa y una hidratación más rápida.	Pan Pugliese, focaccia y pasta
HARINA DE MAÍZ	De color amarillo intenso y homogéneo. Existe la versión instantánea, que básicamente es la harina de maíz precocida para acortar tiempos de cocción de la polenta.	Polenta

LAS CONSERVAS DE TOMATE

El tomate, aparte de la pasta, es uno de los productos más utilizados de la cocina italiana. Suelen tener menos agua y se prestan mejor a ser conservados. Son tomates tipo pera y la variedad más conocida es la de San Marzano. En este apartado queremos destacar las distintas conservas bases que encontramos en el mercado y que de esta manera sepas cuál y cómo has de utilizar en cada caso.

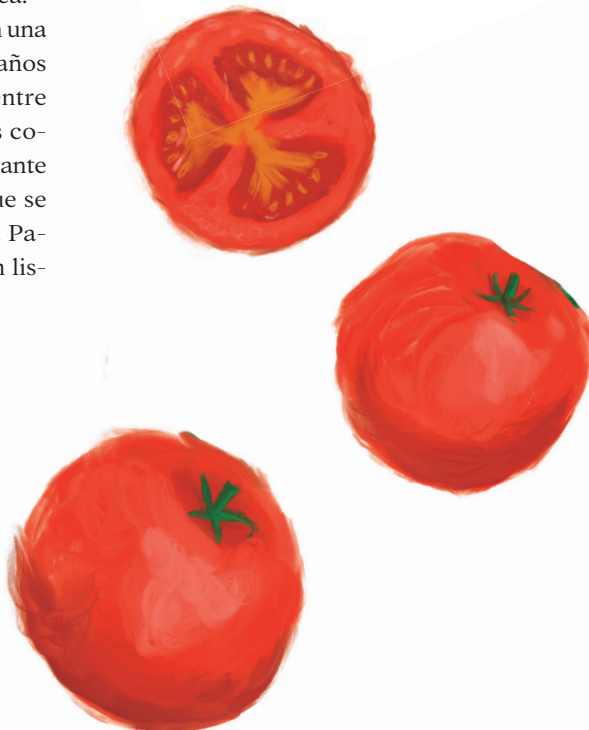
TIPO	CARACTERÍSTICAS	UTILIZACIÓN
POMODORO PELATI	Conserva de tomate crudo, pelado, entero y en su jugo.	Base para salsas de tomate
POLPA DI POMODORO (TRITURADO)	Conserva de tomate crudo, pelado y triturado que se tamiza para quitar las semillas. Se pueden encontrar tropezones.	Bases para salsas de tomate
PASSATTA DI POMODORO	Conserva de tomate pelado, triturado y colado que posteriormente se hierve para eliminar parte del agua, se embotella y esteriliza. Este tomate no es necesariamente del tipo San Marzano, pues se utilizan también otros tipos de tomates maduros.	Pasta pizza, para salsa de tomate
CONCENTRATO DI POMODORO	Es el tomate concentrado por evaporación a 65 °C en tanques de acero inoxidable. Para conseguir 1 kilogramo es necesario 7 kg de tomates frescos.	Potenciador de sabor

Si te animas a preparar tu propia conserva de tomate te propongo la siguiente receta base que podrás versionar como mejor te parezca. Lo más importante es que los ingredientes sean frescos y de gran calidad.

CONSERVA DE TOMATE

- 2 frascos de vidrio de 300 ml con rosca y resistentes al calor
- 10 tomates tipo San Marzano
- c/s aceite de oliva

1. Esteriliza los frascos de vidrio y sus tapas.
2. Escalda y pela los tomates y apriétalos ligeramente para que pierdan el exceso de agua.
3. Acomódalos en el frasco de vidrio presionando ligeramente para evitar que quede aire dentro. Repite la operación hasta que el frasco esté lleno.
4. Presiona ligeramente para eliminar el aire y añade aceite de oliva hasta cubrir. Enrosca.
5. Introducimos los botes en una olla grande junto con paños (para que no se rocen entre sí), añadimos agua y los cocemos al baño María durante media hora. Dejamos que se enfríen dentro del agua. Pasado ese tiempo, estarán listos para guardar.



PASTA SECA

En las estanterías de los supermercados y tiendas especializadas en productos italianos se encuentran gran variedad de tipos de pastas secas, que son aquellas que son sometidas a un proceso de secado para conservarlas, y que para poder ser consumidas deben pasar por un proceso de rehidratación.

Cabe destacar también en este apartado que existe un tipo de pasta cortada «al bronz» (con moldes de bronce) que permite que la pasta tenga una textura más rugosa, ya que al momento de cocerse liberan más almidón y favorecen que las salsas y/o condimentos penetren mejor, intensificando el sabor del resultado final.

En general, las pastas largas son ideales para aquellas elaboraciones cuyas salsas llevan grasas como la mantequilla o queso, y las pastas rugosas o «rigatta» son ideales para salsas con «tropezones», ya que se adhieren mejor a la superficie y al interior. En este apartado no hablaré sobre todos los tipos, pero sí de los más populares, y explicaré una pequeña guía sobre los tiempos de cocción y posibles utilizaciones para la misma.



TIPO	NOMBRES	TIEMPO DE COCCIÓN*	UTILIZACIÓN
PASTA CORTA RIGGATA (ESTRIADA/RUGOSA)	Penne	11 minutos	Salsas jugosas de carne o vegetales
	Rigatoni	13 minutos	Ragús de carne y pastas al horno
	Maccheroni	9 minutos	Cualquier tipo de salsas
	Elicoidale	12 minutos	Salsas líquidas
	Mezze Maniche	13 minutos	Carbonara, amatriciana, cacio e pepe
PASTA CORTA LISA	Trofie	10 minutos	Pesto
	Paccheri	12 minutos	Salsas caldosas
	Gramigna	11 minutos	Pastas con salsa de carnes
	Fussili	10 minutos	Verduras y salsas clásicas
	Farfalle	14 minutos	Pastas frías, salsas ligeras
OTRAS PASTAS	Tubettini	8 minutos	Sopas
	Stelline	7 minutos	Preparados infantiles
	Orzo	5 minutos	Potajes y sopas
	Mafalda	9 minutos	Salsas cremosas, salsas de carne
PASTA LARGA	Spaghetti	10 minutos	Salsas de queso, tomate, carbonara
	Spaghettoni	6 minutos	Salsas ligeras
	Fussili	14 minutos	Todo tipo de salsas
	Cappellini	4 minutos	Ideal para servir en caldos y salsas ligeras
	Bucatini	9 minutos	Salsas de queso, carbonara, amatriciana
	Linguini	11 minutos	Cualquier tipo de salsas
	Fetuccini	10 minutos	Para salsas cremosas
	Pappardelle	12 minutos	Ragú

* Los tiempos de cocción son orientativos, dependerá del productor si la pasta requiere más o menos tiempo de cocción.

LA PASTA «FATTA IN CASA»

¿Quién no ha intentado alguna vez hacer pasta en casa? Para empezar, es fundamental hacerse con las herramientas claves para poder elaborar una variedad de formas y tipos de pasta.

PARA PASTA

RODILLO ITALIANO	Rodillo largo especializado para estirar la pasta. Reconocida por tener una bola a un lado.
-------------------------	---

LAMINADORA	Máquina para estirar la pasta, trae números del 1-10 demostrando los grosores. Dependiendo de tu máquina, el 1 es el más pequeño y el 10 es el más grande.
-------------------	--

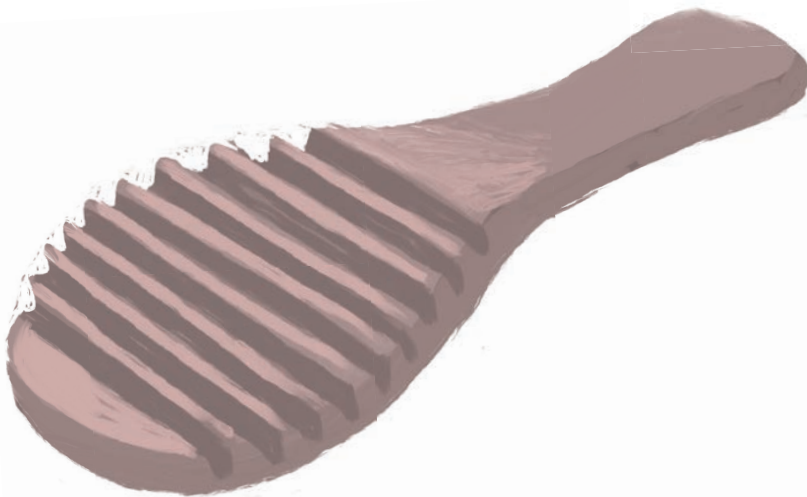
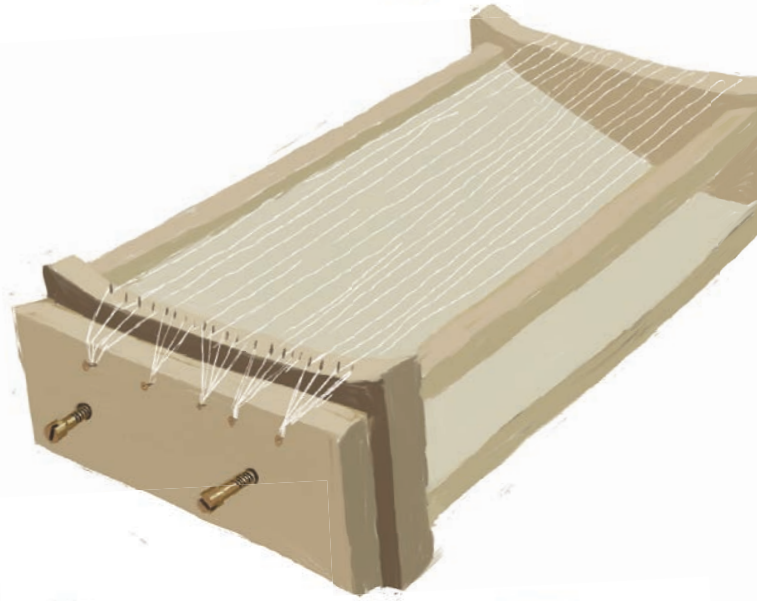
RASQUETA DE COCINA	Raspador de mesas que te permite incorporar los ingredientes al empezar a formar la pasta.
---------------------------	--

MOLDES CORTAPASTAS Y TREFILAS	Moldes para poder cortar la pasta en círculos usados para formar tortelinis y pastas rellenas de este tipo. Las trefilas son los moldes cortadores de pasta que se adaptan a las máquinas para dar forma de espaguetis, macarrones, rigatonis, etc.
--------------------------------------	---

CHITARRA	Caja de madera que posee unas cuerdas metálicas para poder cortar la pasta en forma de espaguetis.
-----------------	--

TABLA ESTRIADA	Tabla con marcas que se utiliza para dar textura a la pasta corta.
-----------------------	--

CORTA-RAVIOLIS	El cortarraviolis es una cuchilla circular que te permite cortar los ravioles y otras pastas rellenas con más facilidad.
-----------------------	--



MASAS DE PASTA

A la hora de realizar las masas de pasta hay que tomar en cuenta varios aspectos:

¿MASA CON HUEVO O SIN HUEVO?

Depende de la masa base de pasta. Si lo que buscamos es que sea de larga duración entonces haremos la pasta sin huevo.

TIPO DE HARINA QUE DEBEMOS UTILIZAR

La masa de pasta es una que no tiene ningún tipo de fermentación, pero sí usa el gluten para poder formar una fuerza que permite dejar estirar y moldear. Se recomienda el uso de harinas como la 00, pero es preferible una combinación de la 00 y la sémola. Si no tienes sémola o 00 únicamente cambia la cantidad de una y la reemplazas por la que tengas.

AMASADO

El amasado es uno de los pasos más importantes, ya que permite que el gluten dentro de la masa se pueda activar correctamente y obtener una masa sedosa. Para poder hacerlo correctamente tienes que poner la masa en una mesa limpia o en una tabla. Pon una mano encima de la masa y la estiras empujando hacia abajo y adelante, asegurándote de romper la masa. Después, con la otra mano, la doblas en sí misma y le das una vuelta de 45°, y a continuación vuelve a estirla empujando para abajo y adelante. Tienes que hacer esto durante unos 15 o 20 minutos hasta obtener una masa bien formada. Para saber si ya puedes parar de amasar debes poder tocar la masa y, cuando ceses de hundirla, que esta rebote y se vuelve a poner normal.

EL ESTIRADO

a) **Con rodillo:** debes coger la pasta y hacerla un poco plana con las manos, casi haciendo un círculo. Pon el rodillo en el centro y ve empujando del centro hacia afuera. La forma en la que coges el rodillo es clave, debes tenerla en tu mano como si tuvieras un pájaro y no apretar con fuerza, al amasar la fuerza viene del peso de tus manos. Ve amasándola poco a poco y girándola 45° cada 10-15 pasadas con el rodillo hasta obtener el grosor que desees.

b) **Máquina de pasta:** esta opción es mucho más fácil que amasar con el rodillo. Primero se recomienda porcionar la masa en partes más manejables como en cuartos, de ahí lo aplanas un poco con las manos y lo pones en la máquina en el tamaño más grande (debe estar numerado de 0-10, dependiendo de tu máquina el 10 es el más grande o puede ser el 0). Pásalo 2 veces por la más grande y ve disminuyendo el tamaño poco a poco, pasándolo 2 veces en cada número hasta llegar al grosor deseado.

MASA DE PASTA (SIN HUEVO)

Para esta elaboración se recomienda el uso de la sémola, ya que le va a dar más gusto y permitirá que obtenga ese color amarillo característico de la masa de pasta.

Para 4 personas

- 100 g de harina 00
- 160 g de harina sémola fina
- 120 ml de agua
- c/s de sal

1. Mezcla la harina 00 y la sémola fina. Disponla en la mesa y haz un agujero en el medio, como si de un volcán se tratase.
2. Disuelve la sal en el agua y añádela al centro del volcán. Mezcla con ayuda de un tenedor para que se integre en la harina.
3. Una vez incorporado, amasa con las manos durante unos minutos hasta que la masa sea lisa y homogénea.
4. Déjala reposar tapada con papel film durante 30 minutos antes de proceder a estirar y dar forma. Mientras más tiempo la dejes reposar, más se rehidrata y es más fácil estirla.

MASA DE PASTA (CON HUEVO)

El huevo añade color y sabor a las masas de pasta. En este caso se recomienda el uso de harina 00, aunque se puede utilizar al igual que en la masa sin huevo la harina de sémola.

Para 4 personas

- 100 g de harina 00
- 160 g de harina sémola fina
- 2 huevos
- 30 ml de agua
- c/s de sal

1. Mezcla la harina 00 y la sémola fina. Disponla en la mesa y haz un agujero en el medio, como si de un volcán se tratase.
2. Disuelve la sal en el agua y añádela al centro del volcán.
3. Mezcla con ayuda de un tenedor para que se integre en la harina.
4. Una vez incorporado, amasa con las manos durante unos minutos hasta que la masa sea lisa y homogénea.
5. Déjala reposar tapada con papel film durante 30 minutos antes de proceder a estirar y dar forma. Mientras más tiempo la dejes reposar, más se rehidrata y es más fácil estirla.

