

MAKARNA – PARMA

Bu hafta sizlerle güzel bir lezzet yolculuğuna çıkıyorum. İtalya'nın Parma kentindeyiz. Konu makarna olunca dünyanın öbür ucuna gidebilecek de olsam Parma başlıbaşına her anlamda bir makarna kenti... Burada bir makarna müzesi kurulmuş. Müzede, en ilkel el aletlerinden, günümüze kadar olan üretim ekipmanları kronolojik bir sırayla yerleştirilmiş. Hatta sadece üretmek için değil makarna pişirmek için kullanılacak kap - kacak, süzgeçler, raflarda yerini almış. Müze binası klasik İtalyan mimarisinin özelliklerini taşıyan taş bir yapı. Tavanlar ahşap ve pek çok yerine iştah açıcı spagetti sarkıtılmış. Oradan çıktığınızda istisnasız makarna yemek istiyorsunuz.

Makarna kenti olur da makarnanın okulu olmaz mı?

Academia Barilla Parma'da kurulan ve İtalyan mutfağını mercek altına alan bir okul. Bünyesinde konusunda uzman pek çok profesyonel şef eğitimler veriyor. Eğitim süreleri, seçilecek bransa göre değişebiliyor. Ama profesyonel bir şef olmasanız da, kısa süreli ve hobi amaçlı temel bir eğitim alabiliyorsunuz.

Her yıl olduğu gibi bu yıl da akademi tarafından the 2014 Pasta World Champion'u yani "makarna şampiyonası" yapıldı. Birinci olan şef Lucca Torricelli, nefis bir istakozlu makarna tarifiyle yarışmayı kazandı. Ben de bol bol makarna tadımı yaparak, tariflerimi zenginleştirme fırsatı buldum.

Parma'nın diğer bir özelliği de nefis "parmigiano" peyniri. Her şeyde olduğu gibi parmigianonun da farklı lezzet ve kaliteye sahip çeşitleri bulunuyor. Peynirin kalitesi sütün, dolayısı ile ineklerin beslenmesiyle doğrudan alakalı. Po ovasının güneyinde bulunan ve sadece ota beslenen ineklerin sütü en kaliteli peyniri üretmek için ideal. Ayrıca Parma jambonunu da unutmamak gerek. Dünyanın en lezzetli jambonlarından sayılıyor kendisi...

Sizlere daha önce anlatmış ve yazmış olsam da, makarnayla ilgili tekrar etmek istediğim sağlık detayları var. Öncelikle makarnamızı az haşlamamız, İtalyan değimiyle "al dente" pişirmemiz gerekiyor. Bu yediğimiz makarnanın hızla şekere dönüşümünü engelliyor ve bizi uzun süre tok tutuyor. Kan şekerinin hızla yükselmesi sağlıklı olmadığından 8 – 9 dakika haşlanmış bir makarna doymak açısından ideal bir besin diyebilirim.

Berekeltli bir bölgede kurulan Parma, yerleşim için yüzyıllardan beri tercih edilmiş. Yüzlerce yıllık binalar, kiliseler, opera binası, tipik dar İtalyan sokakları sizi zamanda güzel bir yolculuğa çıkartıyor. Hatta şehirden biraz uzaklaştığınızda, yemyeşil ovaların içinde konumlanan, restoranlarda, manzara eşliğinde nefis yemekler yiyebiliyorsunuz.