



FOTO: SHUTTERSTOCK

Ricotta, een verhaal apart

Strikt genomen is ricotta geen kaas. Want ricotta wordt gemaakt van kaaswei en niet direct van melk. Wat is de achtergrond hiervan? Hoe wordt ricotta geproduceerd? En hoe wordt ricotta gebruikt?

BARBARA HART, ZUIVELTECHNOLOG BARLACTICA

Om het product ricotta beter te begrijpen, eerst iets over melk en kaaswei. Melk is een complex geheel van verschillende componenten, zoals vetten, eiwitten en mineralen. Bij de kaasbereiding gaat bijna al het melkvet over in de kaas. Voor het melkeiwit is dit niet het geval. Alleen de caseïne (kaasstof) gaat over in de kaas. De rest, ongeveer 20 procent van het melkeiwit, wordt gevormd door wei- of serumeiwitten. Die blijven opgelost in de wei en komen niet in de kaas terecht. Het eiwitgehalte van kaaswei ligt rond 0,6% en is afhankelijk van het eiwitgehalte van de uitgangsmelk en de keuzes in het productieproces. Bij de Goudse kaasbereiding bijvoorbeeld, wordt de wei verdund door de toevoeging van waswater. Kaaswei bevat dus nog behoorlijk wat eiwit en daarnaast lactose, mineralen en andere opgeloste stoffen. Dat maakt wei een voedzaam bijproduct met veel mogelijkheden.

Weiverwerking

Bij de industriële kaasbereiding wordt de wei grootschalig verwerkt tot weipoeders, eiwitrijke poeders en bijzondere mengsels van koolhydraten. Deze producten vinden hun weg in zuigelingenvoeding, sport- en dieetvoeding en tal van andere levensmiddelen. Bij kleinschalige kaasproductie is het efficiënt verwerken van de wei lastig. Het gaat om grote volumes met relatief lage gehalten. Daarom wordt wei vaak gebruikt als veevoer. Een klein aantal boerderijzuivelbereiders verwerkt Goudse kaaswei tot frisdranken en desserts.

Opnieuw koken

Bij niet-Goudse kaastypen kan de wei meer eiwit en soms ook vet bevatten. Dan kan het interessant zijn de wei verder te verwerken. Zo wordt in Italië 'ricotta' gemaakt van kaaswei. Ricotta betekent 'opnieuw gekookt'. De wei wordt verhit tot ze zachtjes kookt. Bij deze temperatuur worden de wei-eiwitten onoplosbaar en vlokken ze uit. Ze komen bovendrijven en worden afgeschepd en verzameld in mandjes of zeeffjes. Hierin lekt de ricotta uit. Vervolgens wordt ze verpakt en gekoeld. Afhankelijk van de verpakkingswijze is de houdbaarheid enkele dagen tot enkele weken. De structuur van ricotta is een beetje korrelig. De smaak is licht, zacht en mild. Bovendien smaakt ricotta minder zuur en fris dan verse kaas of kwark. Soms wordt voor het koken een klein deel zure melk of room toegevoegd aan de wei, waardoor de ricotta een vollere en iets romiger smaak krijgt.

Varianten

Oorspronkelijk werd ricotta gemaakt van de wei van schapenkaas, maar er zijn ook varianten van wei van buffel- en koekaas. Daarnaast zijn er gerijpte versies van ricotta bekend. Bijvoorbeeld 'ricotta salata', dit is gezouten ricotta. De verse ricotta wordt gemengd met zout, vervolgens licht geperst en rijpt dan twee tot drie maanden. De kaas is hard en kruimelig van structuur en wordt gebruikt om over pasta's en andere gerechten te raspen. Een ander voorbeeld is 'ricotta affumicata', gerookte ricotta. Deze ricotta is nog wel zacht van structuur en bevat vrij veel vocht. Door het roken wordt de houdbaarheid aanzienlijk verlengd (tot enkele maanden), maar de smaak verandert natuurlijk ook sterk.

Breed toepasbaar

Ricotta kan gegeten worden als snack of tussendoortje, bijvoorbeeld met wat honing, fruit of jam. Maar meestal wordt ricotta verwerkt in gerechten. Dat kunnen zowel koude als warme gerechten zijn, want ricotta is goed bestand tegen verhitting. Dat is niet zo vreemd, want juist door de verhitting zijn de wei-eiwitten afgescheiden en verzameld. Opnieuw verhitten heeft geen invloed op de structuur en het mondgevoel. Er is dus geen kans op schiften of ontmenging. Ricotta wordt vaak gecombineerd met groene kruiden, zoals basilicum en bieslook of met bladgroenten, zoals spinazie en snijbiet. Sommige bladgroenten geven een stroef mondgevoel, maar het samenspel met ricotta zorgt voor een romig, glad en aangename mondgevoel. Zo is de combinatie ricotta-spinazie een klassieker in pastaschotels als lasagna, tortellini en ravioli. Maar ook in desserts en gebak kan ricotta gebruikt worden, bijvoorbeeld in 'cheesecake' en in de beroemde Siciliaanse 'cannoli'. Dit zijn gefrituurde deegrolletjes met een vulling van ricotta en honing.

Wetgeving

In de definitie van kaas (Warenwetbesluit Zuivel) staat onder meer dat kaas wordt gemaakt door melk te strekken en er wei aan te onttrekken. In de nieuwe definitie, die waarschijnlijk begin 2016 in werking treedt, wordt daar onder andere nog aan toegevoegd dat de verhouding wei-eiwit/caseïne niet hoger mag zijn dan bij melk. Ricotta wordt niet gemaakt van melk en bovendien is de verhouding wei-eiwit/caseïne hoger dan die bij melk. Daarom is ricotta dus strikt genomen geen kaas. Maar de smaak, voedingswaarde en toepassingsmogelijkheden van ricotta zijn er zeker niet minder om. 🍴



FOTO'S: BARBARA HART



- 1 Onoplosbaar eiwit komt bovendrijven.
- 2 Eiwitvlokken worden afgeschepd.
- 3 Ricotta staat uit te lekken.

