



THUIS ITALIAANS · GRATIS GIDS

# De menukaart lezen

zonder te gokken, en zonder te wijzen

Foto: Venetië, Gerda Arendt, CC0

De hele kaart, woord voor woord, met erbij wat er werkelijk op je bord komt.

Ciao,

Een menukaart is geen taaltoets, en toch is het het moment waarop een avond in Italië goed of matig wordt. Je kent de helft van de woorden niet, de ober staat naast je, en dan wijs je maar iets aan. Meestal krijg je iets lekkers, want het is Italië, maar niet wat je had gewild.

Dit boekje leest de kaart van boven naar beneden: de gangen, de bereidingen, het vlees, de vis, de groente, de pasta, en dan de kleine lettertjes waar het geld zit. Achterin staat een blad dat je print of fotografeert.

Eén ding vooraf: je hoeft niet alles te kunnen zeggen. Herkennen is genoeg. Wijzen mag ook, maar dan wel naar het goede gerecht.

**Alessio**

- 1 Hoe de kaart is opgebouwd
- 2 De bereidingen: het woord dat alles bepaalt
- 3 Vlees, vis en groente
- 4 De pasta en de saus
- 5 De kleine lettertjes: coperto, s.q. en het sterretje
- 6 Het spiekbriefje

## DEEL 1

# Hoe de kaart is opgebouwd

*Altijd dezelfde volgorde, van Bolzano tot Palermo.*

|                             |                                                                                                                            |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>antipasti</b>            | voorgerechten<br><i>Vaak het lekkerste deel van de kaart, en het goedkoopste. Twee antipasti samen is een prima avond.</i> |
| <b>primi</b>                | pasta, risotto, soep<br><i>Het eerste gerecht, niet het hoofdgerecht.</i>                                                  |
| <b>secondi</b>              | vlees of vis<br><i>Let op: zonder bijgerecht. Er komt alleen vlees op je bord.</i>                                         |
| <b>contorni</b>             | bijgerechten<br><i>Groente, salade, aardappels. Die bestel je apart, anders krijg je ze niet.</i>                          |
| <b>dolci</b>                | nagerechten                                                                                                                |
| <b>il piatto del giorno</b> | het daggerecht<br><i>Vaak niet gedrukt maar mondeling. Vraag ernaar: het is meestal het beste van de avond.</i>            |
| <b>il menù degustazione</b> | het proefmenu<br><i>Vier tot zeven kleine gangen, keuze van de keuken. Vaste prijs.</i>                                    |
| <b>il menù turistico</b>    | het toeristenmenu<br><i>Vaste prijs, vaste gerechten. Zelden slecht, zelden bijzonder.</i>                                 |

### Je hoeft niet alle gangen te nemen

Antipasto, primo, secondo, contorno en dolce is het complete rijtje, maar bijna niemand eet dat op een doordeweekse avond. Een primo met een salade erbij is een normale maaltijd en niemand kijkt ervan op.

Wat wel opvalt: twee mensen die samen één gerecht delen. Neem dan liever ieder een primo.

### En wat er buiten de gangen op de kaart staat

|                                   |                                                                                                       |
|-----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>pane e coperto</b>             | brood en couvert<br><i>Twee of drie euro per persoon. Zie deel 5.</i>                                 |
| <b>acqua naturale / frizzante</b> | plat / bruisend water<br><i>Water bestel je per fles: op tafel staat geen kraanwater.</i>             |
| <b>vino della casa</b>            | huiswijn<br><i>Per kwart, halve of hele liter, in een karaf. Meestal de beste prijs van de kaart.</i> |
| <b>amaro, digestivo</b>           | kruidenbitter na het eten<br><i>Wordt vaak aangeboden, soms van het huis.</i>                         |

## DEEL 2

# De bereidingen: het woord dat alles bepaalt

Eén woord achter het gerecht zegt of je het lekker gaat vinden.

| OP DE KAART                          | WAT ER GEBEURT             | WAT JE KRIJGT                                                                         |
|--------------------------------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>alla griglia</b>                  | op de grill                | Puur, weinig vet, met citroen ernaast.                                                |
| <b>al forno</b>                      | uit de oven                | Vaak met korstje, soms met kaas eroverheen.                                           |
| <b>fritto</b>                        | gefrituurd                 | Licht beslag, wordt heet geserveerd. <i>Fritto misto</i> is een schaal met van alles. |
| <b>in umido</b>                      | gestoofd in saus           | Zacht vlees in een lange saus, met brood erbij.                                       |
| <b>brasato</b>                       | langzaam gesmoord in wijn  | Winterse klassieker, valt uit elkaar.                                                 |
| <b>arrosto</b>                       | gebraden                   | Aan één stuk gegaard, in plakken gesneden.                                            |
| <b>al vapore</b>                     | gestoomd                   | Vooraf bij vis en groente.                                                            |
| <b>bollito</b>                       | gekookt                    | Klassiek met sauzen ernaast, zoals <i>salsa verde</i> .                               |
| <b>saltato / in padella</b>          | in de pan gebakken         | Snel, met knoflook en olie.                                                           |
| <b>gratinato</b>                     | gegratineerd               | Met paneermeel en olie onder de grill.                                                |
| <b>ripieno</b>                       | gevuld                     | Groente of pasta met een vulling.                                                     |
| <b>crudo</b>                         | rauw                       | Bij vis: <i>crudo di mare</i> . Bij ham: <i>prosciutto crudo</i> .                    |
| <b>sott'olio / sott'aceto</b>        | in olie / in azijn         | Ingelegde groente bij de antipasti.                                                   |
| <b>al sangue / media / ben cotta</b> | rood / medium / doorbakken | De vraag die je bij vlees terugkrijgt.                                                |

### Twee woorden die op elkaar lijken en niet hetzelfde zijn

*Alla griglia* is op de grill. *Alla piastra* is op de bakplaat: net zo mager, maar zonder rookje.

En *ai ferri* betekent hetzelfde als *alla griglia*, alleen in een ouder Italiaans. Op de kaart van een trattoria zie je het nog vaak.

# Vlees, vis en groente

De woorden die het verschil maken tussen wat je wilt en wat je krijgt.

## Vlees

|                  |                |                  |                   |
|------------------|----------------|------------------|-------------------|
| <b>manzo</b>     | rundvlees      | <b>vitello</b>   | kalfsvlees        |
| <b>maiale</b>    | varkensvlees   | <b>agnello</b>   | lamsvlees         |
| <b>pollo</b>     | kip            | <b>tacchino</b>  | kalkoen           |
| <b>coniglio</b>  | konijn         | <b>cinghiale</b> | wild zwijn        |
| <b>salsiccia</b> | verse worst    | <b>tagliata</b>  | in plakken, rosé  |
| <b>cotoletta</b> | gepaneerde lap | <b>involtini</b> | gevulde rolletjes |

## Vis en schaaldieren

|                       |                         |                          |                            |
|-----------------------|-------------------------|--------------------------|----------------------------|
| <b>branzino</b>       | zeebaars                | <b>orata</b>             | goudbrasem                 |
| <b>baccalà</b>        | gezouten kabeljauw      | <b>tonno</b>             | tonijn                     |
| <b>vongole</b>        | venusschelpen           | <b>cozze</b>             | mosselen                   |
| <b>gamberi</b>        | garnalen                | <b>scampi</b>            | langoustines               |
| <b>polpo</b>          | octopus                 | <b>seppia / calamari</b> | inktvis                    |
| <b>frutti di mare</b> | schaal- en schelpdieren | <b>pesce azzurro</b>     | blauwe vis, zoals sardines |

## Groente

|                   |                           |                  |                           |
|-------------------|---------------------------|------------------|---------------------------|
| <b>melanzane</b>  | aubergine                 | <b>zucchine</b>  | courgette                 |
| <b>carciofi</b>   | artisjokken               | <b>funghi</b>    | paddenstoelen             |
| <b>radicchio</b>  | rode cichorei             | <b>cicoria</b>   | gekookte cichorei, bitter |
| <b>puntarelle</b> | Romeinse cichoriescheuten | <b>fagiolini</b> | sperziebonen              |
| <b>peperoni</b>   | paprika's                 | <b>rucola</b>    | rucola                    |

### Peperoni is geen salami

Op een Italiaanse kaart zijn *peperoni* paprika's. De pizza met salami die in Amerika *pepperoni* heet, bestaat in Italië niet: die heet *pizza al salame piccante* of gewoon *diavola*.

## DEEL 4

# De pasta en de saus

De naam van de saus zegt waar het gerecht vandaan komt, en wat erin zit.

| OP DE KAART                      | WAT ERIN ZIT                               | WAAR VANDAAN             |
|----------------------------------|--------------------------------------------|--------------------------|
| <b>al pomodoro</b>               | tomaat, basilicum, olie                    | overal                   |
| <b>al ragù</b>                   | langzaam gestoofd gehakt met tomaat        | Bologna                  |
| <b>all'amatriciana</b>           | guanciale (wangspek), tomaat, pecorino     | Amatrice, Lazio          |
| <b>alla carbonara</b>            | ei, guanciale, pecorino, peper. Geen room. | Rome                     |
| <b>cacio e pepe</b>              | pecorino en zwarte peper, meer niet        | Rome                     |
| <b>alla gricia</b>               | guanciale en pecorino, zonder ei           | Lazio                    |
| <b>alla norma</b>                | aubergine, tomaat, ricotta salata          | Catania, Sicilië         |
| <b>al pesto</b>                  | basilicum, pijnboompitten, pecorino, olie  | Genua                    |
| <b>ai frutti di mare</b>         | schelpdieren, knoflook, peterselie         | de kust                  |
| <b>alle vongole</b>              | venusschelpen, witte wijn, knoflook        | Napels                   |
| <b>in brodo</b>                  | in bouillon, meestal gevulde pasta         | Emilia                   |
| <b>aglio, olio e peperoncino</b> | knoflook, olie, pepertje                   | overal, laat op de avond |

## En de vorm van de pasta

|                                 |                                                                       |
|---------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|
| <b>penne, rigatoni</b>          | korte buisjes, houden dikke saus vast                                 |
| <b>orecchiette</b>              | oortjes uit Puglia, met cime di rapa                                  |
| <b>trofie</b>                   | gedraaid, uit Ligurië, bij pesto                                      |
| <b>pici</b>                     | dikke draden uit Toscane, met de hand gerold                          |
| <b>tagliatelle, pappardelle</b> | brede linten, bij ragù en wild                                        |
| <b>ravioli, tortellini</b>      | gevuld<br><i>Di magro is ricotta en spinazie, di carne met vlees.</i> |

### Eén regel die altijd klopt

Bestel de pasta van de streek waar je bent. Trofie in Genua, orecchiette in Bari, pici in Siena: dat is niet folklore, dat is wat de keuken elke dag maakt en dus het beste kan.

## De kleine lettertjes

Onderaan de kaart, in kleine letters. Hier zit het enige echte prijsrisico.

|                                |                                                                                                                                                         |
|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>coperto</b>                 | couvert, twee of drie euro per persoon<br><i>Brood, bestek, bediening. Geen fooi en geen oplichterij: het staat altijd op de kaart.</i>                 |
| <b>servizio 10%</b>            | bedieningsgeld<br><i>Komt vooral voor in toeristische steden en bij grote gezelschappen. Staat het erbij, dan hoef je verder niets achter te laten.</i> |
| <b>s.q. (secondo quantità)</b> | prijs naar gewicht<br><i>Bij verse vis. Vraag altijd: quanto viene più o meno?, hoeveel wordt het ongeveer?</i>                                         |
| <b>€ 8 / etto</b>              | per honderd gram<br><i>Een zeebaars van 400 gram kost dan 32 euro. Dit is de rekening die mensen verrast.</i>                                           |
| <b>prodotto surgelato *</b>    | diepgevroren product<br><i>Het sterretje verwijst naar een regel onderaan. Het is niet erg, het moet alleen vermeld worden.</i>                         |
| <b>a seconda del mercato</b>   | afhankelijk van de markt<br><i>Hetzelfde idee als s.q.</i>                                                                                              |
| <b>allergeni</b>               | allergenen<br><i>Sinds jaren verplicht op de kaart, vaak met nummers of letters bij het gerecht.</i>                                                    |

### SECONDI DI PESCE

|                                      |            |
|--------------------------------------|------------|
| <b>Branzino al forno con patate</b>  | € 9 / etto |
| <b>Fritto misto dell'Adriatico *</b> | € 18       |
| <b>Spaghetti alle vongole</b>        | € 15       |
| <b>Pesce del giorno</b>              | s.q.       |

Vier regels, en je weet nu alles: de zeebaars kost 9 euro per ons en dus zo'n 36 euro, het sterretje bij de fritto zegt dat er iets ingevroren is geweest, de spaghetti is een vaste prijs, en bij pesce del giorno vraag je hoeveel het ongeveer wordt voordat je ja zegt.

### De enige vraag die je echt nodig hebt

*Quanto viene più o meno? Hoeveel wordt het ongeveer? Vraag dit altijd bij s.q. en bij vis per etto. Niemand vindt het ongeleefd, en het scheelt je de enige onaangename verrassing van de avond.*

# Het spiekbriefje

Print deze bladzijde of maak er een foto van. Dit is het enige dat je aan tafel nodig hebt.

## DIT STAAT OP DE KAART

**antipasti** · **primi** · **secondi** voor · pasta · vlees of vis  
**contorni** · **dolci** bijgerechten · nagerechten  
**alla griglia** · **ai ferri** van de grill  
**al forno** · **arrosto** uit de oven · gebraden  
**fritto** · **in padella** gefrituurd · uit de pan  
**in umido** · **brasato** gestoofd · gesmoord  
**al vapore** · **bollito** gestoomd · gekookt  
**ripieno** · **gratinato** gevuld · gegratineerd  
**crudo** · **sott'olio** rauw · in olie  
**manzo** · **vitello** · **maiale** rund · kalf · varken  
**agnello** · **coniglio** · **cinghiale** lam · konijn · wild zwijn  
**branzino** · **orata** · **baccalà** zeebaars · brasem · kabeljauw  
**vongole** · **cozze** · **gamberi** venusschelpen · mosselen · garnalen  
**melanzane** · **carciofi** · **funghi** aubergine · artisjok · paddenstoel  
**peperoni** paprika's, geen salami

## DIT MOET JE WETEN

**coperto** couvert, 2 tot 3 euro p.p.  
**servizio** bediening, meestal 10%  
**s.q.** prijs naar gewicht: vraag ernaar  
**€ / etto** per 100 gram, niet per portie  
 \* diepgevroren geweest  
**piatto del giorno** vraag ernaar, vaak het beste  
**vino della casa** huiswijn per karaf, goede prijs  
**acqua naturale / frizzante** plat / bruisend, altijd per fles  
**al ragù** · **all'amatriciana** gehakt · guanciale en pecorino  
**cacio e pepe** · **alla gricia** kaas en peper · zonder ei  
**alla norma** · **al pesto** aubergine · basilicum  
**alle vongole** · **ai frutti di mare** schelpen · zeevruchten  
**Quanto viene più o meno?** hoeveel wordt het ongeveer?  
**Che cosa ci consiglia?** wat raadt u ons aan?  
**Ci fa il conto, per favore?** mogen we de rekening?

## Wat je nu nog mist

Je kunt de kaart nu lezen. Wat daarna komt is het gesprek: de vragen die de ober stelt voordat je iets hebt kunnen zeggen, en het antwoord dat je terugkrijgt. Dat is een ander boekje, en het staat gratis op mijn site.

En daaronder ligt het echte werk: het oor. Woorden herkennen wanneer iemand ze in één adem uitspreekt, met de keuken achter zich en drie tafels tegelijk. Dat leer je alleen door te luisteren, in kleine stukjes, vaak.

### De gids over het gesprek aan tafel

Reserveren, de drie vaste vragen, bestellen met *vorrei*, *prendo* of *per me*, allergieën melden en de rekening vragen. Acht pagina's, ook gratis en zonder e-mailadres.

→ [thuisitaliaans.com/ciaotutti/restaurant](https://thuisitaliaans.com/ciaotutti/restaurant)

### Oefen verder met de app: Ti

Mijn app om Italiaans te leren van A1 tot C2: alle uitleg in het Nederlands, een echte cursus langs de ERK-niveaus, luisteren, dialogen en spelletjes. De halve leerlijn is gratis, zonder account.



Zoek op **amo Italiaans**

### Of doe het samen

Ik geef Italiaanse les tussen Ede en Amsterdam en online. We oefenen de gesprekken die je op reis echt voert, inclusief het lastige deel: het antwoord dat je terugkrijgt.

→ [Vraag een gratis proefles aan](#)

## Buon appetito!

**Alessio** is Italiaan en geeft Italiaanse les, tussen Ede en Amsterdam en online. Op [thuisitaliaans.com](https://thuisitaliaans.com) schrijft hij over de taal zoals die echt gesproken wordt.

Dit boekje hoort bij zijn artikelen over Italiaans op reis. Je vindt het altijd terug op [thuisitaliaans.com/taste-italy/menukaart](https://thuisitaliaans.com/taste-italy/menukaart).

© 2018–2026 Alessio · [thuisitaliaans.com](https://thuisitaliaans.com) · Stuur dit boekje gerust door en print het zo vaak je wilt, ook voor je eigen les. Wijzigen of verkopen mag niet, en noem er altijd de bron bij: CC BY-NC-ND 4.0.