

Spaghetti alla carbonara – Criminal Minds



Criminal Minds

In *Proof* (seconda puntata della settima stagione) l'agente **David Rossi**, su suggerimento di **Hotch**, invita tutto il team a casa sua per una cooking lesson abbinata ad una cena. Con sottofondo della meravigliosa *Mambo italiano* di **Dean Martin** il nostro **Rossi** elargisce consigli su come si preparano i famosissimi spaghetti alla carbonara. Noi amiamo Rossi, però diciamolo in alcuni passaggi la sua ricetta è poco ortodossa...

La **Pasta alla carbonara**, è un gustosissimo primo piatto di pasta condita con una salsa a base di uova, pancetta (o guanciale) rosolata e formaggio grattugiato (pecorino).

Breve storia della pasta alla carbonara

E' tipica della cucina romana, ma le sue origine sono molto discusse.

Prima della seconda guerra ci sono pochissime tracce di questo piatto.

Alcune teorie ritenevano fosse una pietanza mangiata dagli iscritti alla carboneria o che il suo nome fosse dovuto alla pioggia di pepe che copre la pasta come polvere di carbone.

Quella più accreditata racconta che le truppe americani di stanza nella Penisola nel 1944 avrebbero aggiunto alla pasta italiana (cacio e pepe) gli ingredienti della 'Razione K' in dotazione ai soldati (uova in polvere e bacon). La tesi è supportata da *Marco Guarnaschelli Gotti*, curatore della **Grande Enciclopedia della Gastronomia**.



Varie versioni della ricetta

La ricetta viene esportata in America e in altri paesi e diventa uno dei piatti più popolari e reinterpretati all'estero. Le versioni più curiose: in Inghilterra è preparata con le zucchine, in Cina e Malesia col pollo.

Il 6 aprile è stato organizzato dai pastai di AIDEPI (Associazione delle Industrie del Dolce e della Pasta Italiane) e IPO (International Pasta Organisation) il **CarbonaraDay** un evento che unisce gli appassionati di tutto il mondo di questo conosciutissimo piatto. L'anno scorso il #CarbonaraDay ha avuto oltre 29mila interazioni social e ha coinvolto 83 milioni di persone in tutto il mondo.

Ingredienti per 4 persone



Spaghetti 380 gr

Guanciale di maiale o pancetta 150 gr

Uova 4

Pecorino romano 100 gr

Sale q.b.

Pepe q.b.

Cuocete gli spaghetti in acqua bollente e salata per il tempo indicato sulla confezione.





Nel frattempo, tagliate il guanciale (o pancetta) a listarelle e fatelo soffriggere in una padella.



Sbattete le uova con il pecorino in una terrina: aggiungete due cucchiaini di acqua di cottura degli spaghetti e una macinata di pepe nero.



Scolate gli spaghetti al dente.

Versate gli spaghetti nella padella col guanciaiale e mescolate bene.

Togliete la padella da fuoco e aggiungete le uova sbattute: mescolate bene e aggiungete un cucchiaino dell'acqua di cottura per un risultato cremoso.

Spolverate con Pecorino grattugiato e una macinata abbondante di pepe nero.

Servite immediatamente.

Consigli

- Potete usare solo il tuorlo dell'uovo
- Potete sostituire il pecorino con il parmigiano o grana

