



Volete preparare un buon piatto di spaghetti ?

QUASI a tutti piace gustare un fumante piatto di spaghetti. Ma sapevate che questa pasta alimentare di forma cilindrica si chiama così perché è lunga e sottile come uno spago?

Ma come si cucinano gli spaghetti? Ho trovato importanti suggerimenti da una cuoca esperta di nome Giulia

A parte il condimento che scegliete di usare, è importante non scuocere gli spaghetti. A tal fine bolliteli in acqua salata scolateli prima che siano troppo teneri. Per essere buoni devono essere leggermente duri, "al dente". È proprio per questo che gli spaghetti di migliore qualità non devono essere fatti con farina di grano comune, ma di grano duro. Bollirli al giusto punto di cottura è uno dei segreti per preparare un gustoso piatto di spaghetti".

Possibile che sia tanto difficile bollire della pasta?. Giulia aggiunge: "Non è così difficile. Ma ricordate che per essere veramente gustosi gli spaghetti non devono essere scotti". Ecco alcuni suggerimenti di Giulia.

Suggerimenti di Giulia

Ogni 100 grammi di pasta dovete mettere a bollire all'incirca 1 litro di acqua salata con 5 grammi (un cucchiaino) di sale grosso. Lasciate che l'acqua bolla per due minuti e poi mettete in pentola gli spaghetti cominciando subito a girarli con una paletta o una forchetta per evitare che si attacchino. L'acqua smetterà momentaneamente di bollire. Per favore, non coprite la pentola col coperchio.

Quando l'acqua riprende a bollire, abbassate la fiamma. L'acqua deve bollire solo leggermente. Ogni tanto date una mescolata. Il tempo di cottura dipende dai vari tipi di pasta, più grossa o più sottile. Dipende anche dall'altitudine, dato che alle maggiori altitudini l'acqua bolle a temperature più basse. A volte sulla confezione sono indicati i minuti di cottura. In ogni caso, tenete d'occhio la

pasta mentre cuoce e soprattutto *assaggiatela!*

Quando mescolando la pasta sentite che sta ammorbidendosi, è tempo di tirar fuori uno spaghetti. Posatelo su un piatto per lasciarlo raffreddare un po' e per non scottarvi la lingua quando lo assaggiate. Se è ancora troppo duro, lasciate che la pasta cuocia ancora. Ma se è abbastanza morbido ma non troppo, è al dente. Allora è tempo di togliere la pentola dal fuoco e di scolare immediatamente gli spaghetti con un colapasta. Altrimenti, rimanendo nell'acqua calda, potrebbero scuocersi.

"Tutto qui? Sembra facilissimo preparare un buon piatto di pasta.

"Ci vuole dell'altro per preparare un piatto appetitoso", replica Giulia. "Un altro segreto per preparare un buon piatto di spaghetti è il condimento. Gli spaghetti sono ottimi al pomodoro, cioè conditi con

una salsa di pelati cotti in un po' di olio d'oliva e con aglio o cipolla tritati, oppure al burro e parmigiano, cioè conditi con burro e formaggio grattugiato. Ma vorrei darvi due ricette molto gustose”.

Le ricette di Giulia

Spaghetti alla carbonara

Dosi e ingredienti per quattro persone

? 300-400 grammi di spaghetti

? 120 grammi di pancetta affumicata magra

? 50 grammi di burro

? 4 tuorli d'uovo

? 40 grammi di formaggio grattugiato, parmigiano o grana

? Sale e pepe a piacere

Poco prima di buttare giù gli spaghetti:

1. Tagliate la pancetta a cubetti di 3-4 millimetri.

2. Fondete a fuoco lento il burro in una padella.

3. Rosolate la pancetta nel burro.

4. Aggiungete un po' di pepe e sale. Per evitare che la pancetta si secchi mescolate spesso; quando è rosolata al punto giusto toglietela dal fuoco.

5. In una zuppiera sbattete i quattro tuorli insieme al formaggio grattugiato.

6. Versate le uova sbattute insieme al formaggio nella padella dove c'è la pancetta. Fate cuocere a fuoco lento per un minuto o poco più. Fate attenzione che le uova rimangano fluide.

7. Non appena gli spaghetti sono cotti al dente si scolano. Metteteli poi nel piatto di portata e mescolateli con il condimento



preparato. Ed ecco, sono pronti per essere serviti fumanti.

“Io non so se i carbonari mangiavano gli spaghetti in questo modo”, dice Giulia, “ma posso assicurarvi che sono squisiti. Avete sentito parlare dei carbonari?”

Erano membri di un'associazione segreta di rivoluzionari del XIX secolo. È possibile che il nome di questa ricetta derivi da loro, o forse dai più prosaici venditori di carbone. In effetti non sappiamo come ebbe origine. Forse si tratta di un nome fantasioso, scelto per fare colpo”.

Pesto alla genovese

Dosi e ingredienti per 4 persone

? 50 grammi di foglie di basilico fresco e piccolo

? 1 bicchiere d'olio d'oliva

? 2 spicchi d'aglio

? 30 grammi di pinoli

? 50 grammi di parmigiano e/o di pecorino grattugiato

? un pizzico di sale

1. Lavate il basilico in acqua fredda una o, se necessario, più volte, poi asciugate bene con un panno pulito. (È importante non prendere le foglie di basilico da piante grosse perché non darebbero il gusto desiderato).

2. Pelate e tagliate a fettine l'aglio e mettetelo in un mortaio insieme al basilico. Riduceteli in poltiglia col pestello, cioè pestandoli contro il fondo e le pareti del mortaio. (Se non avete un mortaio, potete ottenere lo stesso risultato utilizzando un frullatore).

3. Aggiungete gradualmente il formaggio grattugiato, l'olio e i pinoli. Mentre aggiungete questi ingredienti, dovete continuare a mescolare e pestare fintanto che riuscite ad avere una salsa cremosa di un bel colore verde. Se vedete che è troppo densa, aggiungete un altro po' d'olio d'oliva.

4. Aggiungete un pizzico di sale. Assaggiate il pesto per regolare la quantità di sale che varia a seconda del tipo di formaggio usato. Non si deve cuocere. Il pesto è una salsa fredda!

5. Appena avete cotto al dente gli spaghetti, scolateli e metteteli nel piatto di portata. Mentre sono ancora caldi versatevi sopra il pesto e mescolate il tutto molto bene. Ora il piatto è pronto.

Pensate di sperimentare queste ricette? In tal caso.... buon appetito ! (Una mamma)