

Spaghetti alla Carbonara



Les pâtes à la carbonara! Qui ne connaît pas cette recette capable de déclencher une vraie guerre entre « puristes » et innovateurs, entre ceux qui proclament avoir la *vraie recette* et ceux qui la réfutent. Selon la **Coldiretti** (Confederazione nazionale coltivatori diretti / organisation syndicale des travailleurs agricoles autonomes), les jeunes (15/35 ans) placent la carbonara devant les lasagnes et les spaghettis à la sauce tomate...

L'association des industriels des pâtes italiennes, l'Unione Italiana Food, ainsi que l'IPO - International Pasta Organisation - ont décidé de lancer le « Carbonara Day », évènement virtuel qui, chaque 6 avril, invite le monde à partager recettes et opinions sur l'éternel débat entre tradition et innovation.

Il s'agit d'une « *opportunité de laisser s'exprimer la fantaisie, tout en tentant de respecter les codes traditionnels* » a expliqué **Riccardo Felicetti**, président de l'Unione Italian Food.

Un respect des codes traditionnels car c'est le plat le plus galvaudé au monde !!

Carbonara al pomodoro, il New York Times agita web e social



Les origines de la recette

Son origine n'a jamais pu être correctement établie ; de nombreuses légendes existent, deux histoires prétendent détenir la vérité sur la création de la carbonara, à vous de choisir celle qui vous conviendra le mieux !

-1 : Les alliés américains :



Selon cette anecdote à la fin de la 2nde Guerre Mondiale, en 1944, les Américains ont débarqué en Italie pour libérer le pays ainsi que le reste de l'Europe. A leur arrivée, les soldats alliés stationnés entre le Latium, le Molise et la Campanie ont pu goûter les pâtes typiques « *Cacio et pepe* » pâtes que l'on achetait dans la rue et que l'on dégustait à la main ; elles étaient juste agrémentées d'un peu de pecorino et de poivre. Un plat pas très apprécié par les soldats qui décidèrent d'y rajouter ce qui se trouvait dans leurs rations: des jaunes d'œufs déshydratés et du bacon. Le plat gagne en goût et satiété. Deux ans plus tard, cette version américaine est servie dans les restaurants. Cependant, beaucoup contestent cette histoire. Pour eux, les américains ont été nourris avec les produits rudimentaires qui étaient disponibles à l'époque, dans les villages alentours. C'étaient des pâtes, des œufs, du lard et du fromage tout simplement. Pour eux le plat existait déjà avant leur arrivée.

CareBonara | Les Origines de la Carbonara — Un court-métrage réalisé par Barilla sur la carbonara et les alliés américains :

<https://www.youtube.com/watch?v=fEAEJDcJFc8>

-2 : I carbonari :

A l'origine : des ouvriers qui travaillaient à l'extraction du charbon dans les montagnes des Apennins passaient de longues périodes en forêt et mangeaient des pâtes à l'œuf au lard et au fromage, pour leur vertu nourrissante. Mais les résidus de charbon de bois leur faisaient perdre le goût et ils rajoutaient des quantités de poivre noir afin d'en rehausser la saveur, ce qui donnait au plat un aspect charbonneux.



La recette pour 4 personnes

Joue de porc (Guanciale), fromage Pecorino Romano, oeufs, sel et poivre...

Il suffit de ces 5 ingrédients pour créer un plat de pâtes unique et inimitable qui continue à conquérir les palais du monde entier.



400gr de Spaghetti ou de rigatoni



RIGATONI



4 jaunes d'oeuf



- 250gr de joue de porc **guanciale** qui est un morceau de viande séchée (non fumée), issue des joues ou des bajoues du cochon. Sa consistance est plus dure et délicate que celle des lardons et le goût est beaucoup plus fort et plus caractéristique car il est préparé en frottant la joue de cochon avec du sel, du sucre, des épices, des condiments tels que le poivre, le thym, le fenouil et parfois même de l'ail.



- 150 gr de **pecorino romano!** Ce plat trouve son origine dans les régions montagneuses de l'Italie centrale (le Latium et les Abruzzes) où l'usage du fromage de brebis est très répandu, alors que le parmesan est très peu utilisé.



- Poivre noir. Le poivre ne doit pas manquer. L'intitulé Carbonara (charbonnière) semblerait en fait provenir de la couleur noire des tâches que la généreuse pincée de poivre fraîchement broyé crée dans la sauce.



- Les ingrédients interdit : Oignon, ail, herbes de Provence et **crème fraîche** !



Préparation



cuisson).

Faire cuire les pâtes al dente (réserver 1 verre d'eau de



Tailler le guanciale en morceaux et le faire fondre dans une poêle, en démarrage à froid et à sec. Réserver les morceaux et la graisse fondue séparément.



Dans un cul-de-poule, battre les jaunes d'œufs, ajouter 6 à 7 tours de moulin à poivre, et le pecorino finement râpé. Fouetter le tout jusqu'à obtenir une consistance crémeuse. Ajouter progressivement la graisse de guanciale tiédie.



Dans la poêle sur feu très doux, verser les pâtes, la sauce, les morceaux de guanciale, ajouter quelques cuillerées de l'eau de cuisson et mêler rapidement et vigoureusement le tout pour obtenir *la mantecatura* (lien entre les pâtes). Il faut que cela aille très vite, et que cela chauffe très peu, de sorte que l'œuf commence à peine à coaguler. Les pâtes carbonara ne doivent pas être cuites, sinon elles deviennent une omelette avec des spaghettis.



Servir aussitôt, en ajoutant éventuellement encore un peu de poivre et du pecorino.



Buon appetito !!