

La pasta alla carbonara è un primo piatto tipico della **cucina romana** che è caratterizzato da una pasta condita con una salsa a base di uova e guanciale rosolato. L'origine della ricetta della pasta alla carbonara è una delle più dibattute e discusse. Le tracce di questo piatto nella cucina romana, prima della seconda guerra mondiale, sono quasi inesistenti. Sull'origine di questo popolarissimo piatto e del perché del suo successo nel secondo dopoguerra esistono differenti teorie. Secondo la prima, quando Roma venne liberata, la penuria alimentare era estrema e una delle risorse erano le razioni militari, distribuite dalle truppe alleate. Di queste facevano parte uova - in polvere - e bacon, che la genialità di qualcuno mescolò insieme per condire la pasta. Per la seconda, sia in Ciociaria, influenzata dalla cucina campana, sia sui monti Abruzzesi erano comuni delle paste condite con prodotti sempre disponibili in campagna: lardo, uova e pecorino. Esistono infatti dei maccheroni cacio e uova tipici del Napoletano e gli stringozzi, ossia maltagliati acqua e farina, conditi con uova e lardo, abruzzesi. Resta comunque difficile risalire alla vera origine della ricetta della pasta alla carbonara, anche se tradizionalmente il formato di pasta più impiegato era quello delle penne. Oggi sono molto più comunemente usati gli spaghetti. Originariamente nella preparazione non era aggiunto il pepe, perché spezia costosa. Oggi si può mettere a proprio piacimento.

### Ingredienti per 4 persone:

**Pasta (spaghetti)** 400 gr  
**Tuorlo** 4  
**Guanciale** 100 gr  
**Pecorino** 100 gr  
**Sale** Quanto basta

### Preparazione:

1 Fate cuocere la pasta in abbondante acqua bollente leggermente salata.  
2 Mettete i tuorli in una ciotola e unite parte del pecorino grattugiato.  
Versate un mestolo di acqua di cottura della pasta per pastorizzare l'uovo.

Versate un'altra parte di pecorino e mescolate bene tutti gli ingredienti: dovrete ottenere una crema.

3 Fate rosolare il guanciale tagliato a strisce in una padella antiaderente.

4 Versate parte del grasso rilasciato dal guanciale sulla salsa di uova e pecorino.

5 Scolate gli spaghetti al dente e mantecateli a freddo nella ciotola con i tuorli e il pecorino. Aggiungete il guanciale mescolato.

Spolverizzate con altro pecorino, mantecate e portate subito a tavola.

