

Il piatto tipico della cucina romana ha origini antiche. I pastori dell'agro si portavano nella bisaccia cacio, pepe e spaghetti essiccati

La **Cacio e pepe a Roma** è un'istituzione. È come il **Colosseo**, la terrazza del Pincio, un sonetto del Belli. Racchiude in sé tutta l'anima popolana di una città votata alla grandezza, alla maestosità ma che non dimentica mai la semplicità dei suoi rioni, la genuinità delle sue disordinate borgate. Come tutte le cose romane, anche la Cacio e pepe vive di controversie e interpretazioni. **Tonnarelli**, rigatoni, spaghetti anzi no, mezze maniche. Sono **decine e decine le versioni**, dichiaratamente rivisitate o che si dicono essere l'originale, che si possono trovare in città. Tutte, però, hanno una cosa in comune sono la "**mejo**" che potete mangiare a Roma.

La storia è "burina"

La storia di questo piatto simbolo della romanità nasce tra i pascoli durante la transumanza. Durante i lunghi spostamenti del gregge, i **pastori dell'agro romano riempivano la bisaccia** di alimenti calorici e a lunga conservazione. Tra i **pomodori secchi** e il **guanciale di maiale** essiccato trovavano spazio anche qualche fetta di **cacio pecorino**, un sacchetto di **pepe nero** in grani e una buona quantità di **spaghetti essiccati** preparati a mano con acqua, sale e farina. C'è una ragione se venivano scelti proprio questi alimenti ultimi tre alimenti. Il pepe nero stimola direttamente i recettori del calore e aiutava i pastori a proteggersi dal freddo, il **pecorino** stagionato si conserva a lungo e la pasta garantiva il giusto apporto di carboidrati e calorie. Questo **piatto**, che negli anni si è diffuso dalla **campagna laziale fino ai monti abruzzesi e umbri**, ci ha messo poco a fare il salto e a trasformarsi da pasto frugale a piatto tipico delle osterie romane. Secondo la tradizione, gli osti di allora si premuravano di servire una Cacio e pepe "secca" in modo di favorire il business. Il piatto, infatti, doveva "**intorzare**", come si dice in romano, in modo che i clienti avessero bisogno del **vino per mandar giù la pasta**, così più Cacio e pepe mangiavano più vino bevevano.

Quale tipo di pasta usare

La Cacio e pepe della tradizione, come abbiamo visto, prevede l'utilizzo degli **spaghetti** ma negli anni quasi tutte le tipologie di pasta sono state accostate a questo condimento. Molto comuni sono le versioni fatte con **rigatoni** e **tonnarelli** o la **pasta all'uovo**, ma ultimamente ha preso piede anche l'utilizzo di **tagliolini** e **spaghetti alla chitarra** in nome di una maggiore cremosità del piatto. I puristi, però, sostengono che i **tonnarelli**, ma il discorso vale anche per la pasta all'uovo, siano **troppo porosi** e per questo non adatti perché assorbirebbero troppo il condimento.

Il segreto è la cremina

Il **segreto** della Cacio e pepe sta tanto negli ingredienti quanto nell'**abilità del cuoco** nel prepararla.

Fondamentale per questo piatto tipico della cucina povera romana è la **mantecatura degli ingredienti** per ottenere la famigerata **cremina**. Il giusto equilibrio tra formaggio e acqua di cottura è tutt'altro che semplice. Per far sì che gli ingredienti amalgamandosi formino una crema, è necessario aggiungere la giusta quantità di acqua di cottura alternandola al pecorino per ottenere una buona consistenza. In molti sostengono che il modo migliore sia terminare la cottura della Cacio e pepe in padella così da permettere agli spaghetti di liberare tutto l'**amido** fondamentale per amalgamare il condimento.



Ricordate che la ricetta originale non prevede l'uso di olio, burro o panna per fare la crema.