

SPAGHETTI ALLA CARBONARA

Ingredienti per 4 persone:

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">- 400g di spaghetti- 100g di pancetta- 3 uova- parmigiano reggiano | <ul style="list-style-type: none">- pecorino- 1 spicchio d'aglio- sale e pepe nero- crema |
|---|--|

Tagliate a dadini il guanciale e fatelo soffriggere in un largo tegame unto, unite uno spicchio di aglio schiacciato che leverete quando sarà ben rosolato.

Rompere le uova in un piatto, salate leggermente e sbattere bene. Ponete sul fuoco una pentola con abbondante acqua che salerete a bollore e lessatevi la pasta.

Scolatela un poco al dente e versatela nel tegame dove avete soffritto il guanciale, mescolate.

Levate il recipiente dal fuoco, aggiungete le uova sbattute, un pizzico abbondante di pepe nero, una cucchiata di parmigiano ed una di pecorino.

Rimestate velocemente affinché le uova si trasformino in una crema fluida. Unite quindi il rimanente formaggio, rimettete un attimo sul fuoco, mescolate e servite con piatti caldi (si può anche unire alle uova quattro cucchiata di panna liquida).

SPAGHETTI ALLA CARBONARA

Ingrédients pour 4 personnes:

- | | |
|----------------------|--------------------|
| - 400 g de spaghetti | - pecorino |
| - 100 g de lardons | - 1 gousse d'ail |
| - 3 œufs | - sel, poivre noir |
| - parmesan | - crème liquide |

Couper en petits cubes les lardons et le faire revenir dans une grande poêle graissée, y incorporer la gousse d'ail pressée que vous enlèverez une fois bien grillé.

Casser les œufs dans un plat, saler légèrement et battre énergiquement. Faire bouillir de l'eau, saler et cuire les pâtes.

Egoutter une fois les pâtes cuites al dente et les verser dans la poêle ou vous avez fait revenir les lardons.

Enlever du feu et y ajouter les œufs, poivrer de façon assez abondante, 1 cuillère de parmesan et de pecorino.

Mélanger assez rapidement pour que les œufs se transforment en « crème », Rajouter alors le reste de fromage, remettre un instant sur le feu, mélanger et servir dans des assiettes chaudes (on peut aussi rajouter aux œufs quatre cuillères de crème liquide).

POLLO ALLA CACCIATORA (regione Umbria)

Ingredienti:

- | | |
|---|---|
| <ul style="list-style-type: none">- pollo a pezzi- olio di oliva- salsina di pomodoro- 1 manciata di capperi- 2 acciughe sotto sale | <ul style="list-style-type: none">- 1 spicchio d'aglio- rosmarino- limone- sale e pepe |
|---|---|

Prendere i pezzi di pollo, sistemarli in un recipiente, salatelo, pepatelo e cospargere con un trito di aglio e rosmarino.

Lasciate insaporire il volatile per mezz'ora rigirandolo spesso, poi buttate quel poco di liquido che si sarà formato.

Mettete in un tegame qualche cucchiata di olio, collocatevi i pezzi di pollo, unite un poco di salsina di pomodoro, i capperi, le acciughe e qualche goccia di limone.

Ponete a fuoco e quando il pollo sarà cotto servite la preparazione ben calda.

POULET CHASSEUR (région Ombrie)

Ingrédients:	
- poulet en morceaux - huile d'olive - sauce tomate - 1 poignée de câpres - 2 anchois salés	- 1 gousse d'ail - romarin - citron - sel, poivre

Prendre les morceaux de poulet, les mettre dans un récipient, saler, poivre et saupoudrer avec l'ail et le romarin hachés.

Laisser reposer une demi-heure en retournant souvent, puis jeter le peu de liquide qui se sera formé.

Mettre dans une poêle quelques cuillères d'huile, y incorporer les morceaux de poulet, ajouter un peu de sauce tomate, les câpres, les anchois et quelques gouttes de citron.

Mettre sur le feu. Quand le poulet sera cuit servir très chaud.

CHIACCHERE

Ingredienti:

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">- 1 kg di farina bianca- 100 g di burro- 4 uova- 140 g zucchero semolato- latte- grappa | <ul style="list-style-type: none">- sale- buccia di limone finemente grattugiata- zucchero a velo- olio per friggere |
|--|---|

Mettere la farina a fontana sulla spianatoia con al centro il burro (a temperatura ambiente), le uova, lo zucchero, il sale, il limone finemente grattugiato e se piace un poco di buona grappa.

Impastare gli ingredienti aggiungendo poco alla volta il latte necessario per ottenere una pasta liscia e soda.

Fare riposare per una ventina di minuti poi tirate una sfoglia piuttosto sottile.

Con una rotella dentellata ottenete delle forme a piacere e friggete in olio bollente.

Una volta cotte, ben croccanti e dorate, spolverizzare con zucchero a velo.

BUGNES

Ingrédients:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">- 1 kg de farine blanche- 100 g de beurre- 4 œufs- 140 g de sucre semoule- lait- grappa | <ul style="list-style-type: none">- sel- zeste de citron finement haché- sucre glace- huile à frire |
|--|--|

Mettre la farine en fontaine sur la table avec au centre le beurre (température ambiante) les œufs, le sucre, le sel, le citron et si on aime la grappa.

Former la pâte en ajoutant petit à petit le lait afin d'obtenir une pâte lisse et compacte.

Faire reposer pour 20 minutes environ puis étaler la pâte en une fine pellicule.

Avec une petite roue dentelée faites des formes à souhait et les faire frire dans l'huile bouillante.

Une fois cuites, croustillantes et dorées, les saupoudrer de sucre glace.