

SPAGHETTI ALLA CARRETTIERE

Una ricetta facile, economica, nutriente e si fa con poco tempo 20/30 minuti.



Incredenti : Acqua, Aglio, Olio, Prezzemolo, Sedano, Sale e Pomodori.

Preparazione:

Per una persona, raddoppiare se si è in due, naturalmente, quadruplicare per quattro persone.

A secondo l'appetito esistente calcoliamo due piatti a testa.

In una pentolina mettere due litri di acqua, mettere sul fornello e mentre incomincia a scaldarsi quindi lollire aggiungere, Oli a piacere, mezzo spicchio

d'Aglio, una fogliolina di Prezzemolo e una di Sedano tritate, poi per colorare un po' aggiungere uno o due pomodori, a secondo la grandezza bastano anche 6 /10 pomodorini tipo ciliegie tagliate a piccoli pezzi, (vedesi nella foto), in mancanza di pomodori freschi quelli scaturati fanno quasi la stessa cosa; tutto questo mentre la pentolina incomincia a bollire.

Nel frattempo prendere un po' di spaghetti/ni; per una persona basta un mazzetto quando se ne prendono nello spazio del dito pollice della persona, vedesi nel piatto in alto a destra; Romperli in un piatto e appena l'acqua e il condimento che si è aggiunto bolle, dargli 3/5 minuti e immergere la pasta, girare in modo che non incolla.

Mentre bolle mettere in un piatto, due cucchiari di formaggio grastugiato, preferibile misto



Romano e Parmigiano perché solo Parmigiano incolla troppo, rompere un uovo ed emalgamare col formaggio vedesi piatto a sinistra della foto. Appena gli spaghetti tritati sono cotti, chiudere il fornello, spostare la pentolina su di un fornello freddo, versare l'uovo col formaggio, girare, versare subito un mestolo di minestrina preparata nel piatto da dove si è tolto l'uovo, girare ed incominciare a mangiare, un mestolino per volta in modo che si raffredda subito.

Se si è ghiotti, un pó di formaggio grattugiato sopra non guasta.

Con questa cucina si mangia alla svelta, si evitano i fast food e costa qualche dollaro appena.

È logico che se nel frigo cé un pazzettino di Formaggio o un Salemennto per farsi un buon bicchiere di Vino la cena è sicuramente completa.



Per cambiare: Inizialmente nell'Acqua mettere anche un mezzonlino di legumi: Come: Ceci, Piselli, Faggioli oppure Patate tagliuzzate in piccoli cubetti, la zuppette varia di gusto da volta in volta e costa lo stesso prezzo; in questo caso diminuire la quantità della pasta.

In questa foto vi sono Spaghetti e Piselli.

Perché si chiama “ Spaghetti alla carrettiera”? Perché i carrettieri al tempo non avevano troppe comodità per cucinare però mangiavano bene lo

stesso.

Antonio Marro.