**“COME IL CACIO SUI MACCHERONI”**

**UNA GUIDA DI AIDEPI PER ABBINARE AD OGNI FORMATO IL “SUO” CONDIMENTO**

*Con la Carbonara Rigatoni o Spaghetti. Con i sughi di mare vanno preferiti i formati più lisci. E guai ad abbinare gli Ziti con un aglio olio e peperoncino. La trafila fa la differenza? Certo, ma solo in funzione del condimento scelto.*

*L’hanno definitiva architettura per la bocca e infatti di pasta ne esistono oltre 300 formati. Ognuno racconta una storia, ognuno si lega a un condimento d’elezione. Una guida di AIDEPI aiuta ad orientarsi nel perfetto matrimonio del gusto.*

La pasta per gli italiani è cosa seria. Siamo leader mondiali di produzione (3,2 milioni di tonnellate) e consumo (24 kg a testa) di pasta. Ogni regione, ogni campanile ha la sua ricetta simbolo, ogni italiano ha il suo preferito tra gli oltre **300 formati di pasta censiti da AIDEPI, l’Associazione delle Industrie del Dolce e della Pasta Italiane**. Ma al di là di alcune nozioni di base, non tutti sanno che certi formati danno il meglio di sé con determinati tipi di sugo e non con altri. E che esistono regole precise per l’abbinamento. Una **guida di AIDEPI aiuta ad orientarsi nel perfetto matrimonio del gusto**. E a fare la differenza nel gioco di prestigio della ricetta perfetta.

**Regola numero uno: nella pasta la forma è sostanza.** È stata chiamata architettura per la bocca e non a caso. Perché non solo Spaghetti, penne, Fusilli e Rigatoni hanno un diverso comportamento in cottura, ma ci sono anche sottili differenze di sapore e palatabilità quando la mastichiamo. Un solo elemento, anche piccolo, cambia tutto: la curvatura di un formato, un profumo nel sugo, tempi e modi di cottura (classica, ripassata in padella o risottata, reidratata), perfino il modo di servirla nel piatto.

**dal pacchero seduto al nerbo dello spaghetto, ecco come i pastai valutano la pasta perfetta**

I pastai italiani sottopongono i formati all’**equivalente** **automobilistico di veri e propri “crash test”** per verificare aspetto, tenuta in cottura, resistenza alla masticazione, ma anche aspetto e “solidità” del formato. E naturalmente, la funzionalità dell’abbinamento con la salsa. **Su ogni formato uscito dalle macchine si fanno prove di (extra)cottura:** quanto tempo passa tra la cottura al dente e quando la pasta si scuoce del tutto? Più a lungo la pasta resterà buona anche se dimenticata sui fornelli, tanto più è adatta ad essere messa in commercio. E lo spaghetto, quanto tiene il nerbo anche quando è all’onda? Ci sono specifici parametri e la valutazione ha molto a che fare con la sensibilità, l’esperienza e il DNA di noi italiani. Quello stesso “quid” che ci predispone geneticamente ad arrotolare correttamente gli Spaghetti, che da secoli tutti provano a imitare con alterne fortune.

Un classico **replicabile anche a casa è la prova di assaggio della pasta in bianco**, senza sale e senza condimento - al massimo con un filo d’olio d’oliva. Nel caso del Pacchero, per esempio, si controlla anche quanto la pasta mantiene la sua forma dopo la cottura. E’ fessurata? Si “siede” su se stessa appiattendosi? E quando la mastichiamo, la sua consistenza è uniforme o è troppo morbida all’esterno e cruda all’interno? E quanto sa di grano? Il **grande Gualtiero Marchesi inventa a inizio Millennio un piatto iconico come “Quattro paste”**, un vero e proprio viaggio alla radice dell’ID pastario: quattro formati diversi al centro del piatto, conditi allo stesso modo, solo con un filo d’olio e formaggio grattugiato, per un piatto da leggere con la bocca prima che con gli occhi al fine di apprezzarne differenze di cottura, consistenza e sapore. **Un'altra prova è quella del vetrino:** si prende lo spaghetto e lo si schiaccia all’interno di un vetrino. Il punto di cottura ideale si raggiunge quando la parte interna bianca, l’”anima”, sparisce.

**Felicetti: “pasta alimento globale, versatile anche negli abbinamenti”.**

Secondo **Riccardo Felicetti, Presidente dei Pastai italiani di AIDEPI,** , “*la pasta è una e molteplice. In Italia siamo i custodi della tradizione, ma non rinunciamo a cambiare le carte in tavola e sperimentazioni e stravolgimenti si richiamano, per affinità o contrasto o reinterpretazione, al nostro patrimonio alimentare. Abbiamo le nostre preferenze, a volte ci misuriamo con paste e formati che devono essere cotti con grandissima attenzione, forse più di quella che necessita il riso. Per noi la pasta è quello che per Proust è la Madeleine, forse per questo ci arrabbiamo così tanto quando la vediamo maltrattata all’estero. Eppure proprio questa sua versatilità e la capacità di adattarsi a ingredienti diversi in combinazioni infinite fanno della pasta un alimento moderno e globale. Con questa guida abbiamo voluto suggerire ai più grandi esperti di pasta alcuni consigli per gustarla al meglio. E ricordando le ricette più famose e l’evoluzione dell’arte pastaria, ci piacerebbe far arrivare in punta di forchetta l’impegno e la maestria di noi pastai per creare il formato perfetto. Con la speranza che in ogni parte del mondo tutti possono trovare la loro pasta preferita, l’abbinamento del cuore, il loro… cacio sui maccheroni*.”

**ad ogni salsa il suo formato di pasta: abbinamenti classici che funzionano e nuovi esperimenti**

**Alcuni abbinamenti vengono da soli**, o meglio, sono figli di tradizione e consuetudini secolari. Tra le coppie fisse, **gli Spaghetti sono con aglio olio e peperoncino** o con il sugo al **pomodoro**, le **Trofie con il pesto**, le **Tagliatelle con il ragù alla bolognese**, gli **Ziti con la salsa genovese**. Altre sono coppie più aperte: come la **Carbonara** che la tradizione vorrebbe con lo spaghetto, ma sempre più spesso si concede scappatelle con Rigatoni e mezze maniche.

Ma come orientarsi con gli abbinamenti più quotidiani o creativi? Sono **quattro i parametri da tenere d'occhio: la trafila, il formato, la capacità di contenere sughi e l'intensità al palato**. Perché, in base al formato (rigato, liscio, bucato, spesso o sottile), l’esperienza gustativa è differente ed è necessario comportarsi in maniera adeguata. Anche la texture è funzionale: da una **trafila in teflon** si ottiene una pasta più liscia e dal colore più giallo, da quelle **in bronzo** una pasta appare più chiara e ruvida. All'assaggio, la pasta trafilata al bronzo risulta più omogenea mentre quella trafilata al teflon ha il cuore più croccante. Ciascuna di esse si accompagna meglio ad alcuni condimenti piuttosto che ad altri. **Insomma, al netto del gusto personale, non esiste una pasta più buona e una meno buona.** Semmai la stessa pasta può essere più o meno funzionale a un dato condimento. Per esempio, guardando alla pasta lunga, un sugo robusto come quello alla Carbonara, non è adatto ai finissimi Capelli d’angelo. Analogamente, un formato importante come gli Ziti non ha alcuna possibilità con le consistenze leggere e eteree di un aglio, olio e peperoncino.

In genere, i **formati più “gentili” (come le Farfalle) si abbinano meglio con condimenti leggeri e freschi**, come una pasta fredda con le verdure. **Formati più strutturati (Tortiglioni o Bucatini), sposano salse robuste**, vedi ragù di carne o Amatriciana. Formati grandi, come Paccheri e Ziti, sono ideali per condimenti che sappiano unire eleganza e consistenza, mentre le mezze maniche sono una pasta più “quotidiana” e versatile, adatta a sughi pratici e veloci ma anche alla struttura di una Carbonara. E ancora, la superficie porosa o rigata cattura meglio i sughi più sciolti, mentre **una texture più liscia è perfetta con sughi più “avvolgenti”**. La larghezza di Tagliatelle e Pappardelle tende a “spalmarsi” sulla lingua e quindi chiama un sugo saporito (come il ragù di cinghiale). Mentre le Conchiglie raccolgono, come in uno scrigno, i sughi leggeri al loro interno.

**ECCO COME ABBINARE I FORMATI DI PASTA PIÙ POPOLARI SECONDO GLI ESPERTI DI AIDEPI**

**PASTA LUNGA:**

**Bucatini**: amatriciana. gricia, sughi strutturati con pomodoro e formaggi

**Bavette**: sughi semplici di pesce, pesto alla genovese

**Capellini**: minestre

**Fusilli**: con ragù alla napoletana, sughi di carne, ricotta.

**Lasagne**: sughi ricchi di carne, formaggi e verdure

**Maccheroncini**: ragù alla napoletana, sughi di carne.

**Rigatoni**: sughi corposi, ragù di carne, verdure, salsiccia. adatti anche a timballi al forno, con sughi di carne

**Spaghetti**: serviti asciutti, con filetto di pomodoro, sughi all’olio, sughi di pesce, carbonara,

**Ziti**: serviti asciutti, in timballo o spezzati con ragù alla napoletana o sughi di carne.

**PASTA CORTA:**

**Conchiglie**: con salsa di pomodoro, sughi semplici, sughi di carne.

**Farfalle**: sughi semplici all’olio, paste fredde estive

**Mezze** **maniche rigate**: pomodoro fresco o sughi semplici al burro, carbonara

**Orecchiette**: cime di rapa, sughi al pomodoro e ricotta.

**Pasta** **mista**: in brodo, brodo, minestroni, zuppe, la pasta e fagioli.

**Penne** **lisce**: sughi leggeri di pesce e verdure, pasta fredda

**Paccheri**: ragù di pesce, sughi corposi di verdure

**Trofie**: lessate con fagiolini e patate e poi condite con il classico pesto alla genovese