4 stycznia obchodzimy Międzynarodowy Dzień Spaghetti

Talerz spaghetti, podany z aromatycznym sosem, to kulinarny symbol Włoch. Długie, makaronowe nitki są składnikiem wielu przepisów, a forma spaghetti sprawia, że dania z tym makaronem prezentują się wyjątkowo ładnie na talerzu. Gdzie i kiedy powstało spaghetti? Z czym je jeść? To dłuuuuga historia!

Historia spaghetti jest nie tylko długa, ale też nieco tajemnicza. Trudno powiedzieć, gdzie i kiedy się zaczęła. Starożytni Rzymianie uważali, że makaron jest darem bogów. Z pewnością w starożytności Grecy i Rzymianie jadali makaron. Istnieją też silne dowody na to, że makaronem zajadali się Chińczycy, i to już 4 tysiące lat temu! Archeolodzy na terenie Chin znaleźli makaron, który pamięta czasy neolitu – cienkie, długie nitki o długości około 500 centymetrów. Można więc powiedzieć, że najstarszy makaron to właśnie spaghetti!

Spaghetti przybyło do Włoch dzięki arabskim podróżnikom. Długi, cienki makaron był łatwy i poręczny do przechowywania podczas długich podróży. W ten sposób spaghetti pojawiło się w Italii około IX wieku.

Inna teoria mówi, że został sprowadzony do Włoch przez podróżnika Marco Polo, który poznał go podczas swojej wyprawy do Chin.

Włoskie **„uno spaghetto" to „sznureczek"** (**spaghetti** to liczba mnoga słowa **spaghetto**), a więc spaghetti to sznureczki☺ - cała tajemnica nazwy długiego makaronu jest więc prosta jak sznurek;) Pierwsza nazwa spaghetti to arabskie określenie „itriyah", które także znaczy „sznurek".

Innym makaronem w postaci długich nitek jest **bucatini**. Bucatini jest grubsze od klasycznego spaghetti, a przez jego środek biegnie dziura – czyli „il buco". Makaron **linguine** jest z kolei trochę szerszy, rozpoznajemy go po przekroju w kształcie płaskiej soczewki. Albo języka, bo to po włosku znaczy „la lingua". Bliskim krewnym tradycyjnego spaghetti jest **spaghetti alla chitarra**. Są to cienkie, długie nitki o kwadratowym przekroju, formowane w gniazda.

Klasyczne spaghetti powstaje z wysokiej jakości **pszenicy durum**.
Spaghetti możemy też kupić też wersji pełnoziarnistej lub bezglutenowej.

JAK UGOTOWAĆ SPAGHETTI?

Przygotowanie spaghetti jest proste jak suchy makaron. Potrzebujemy trochę **więcej niż 1 litr wody na 100 gramów spaghetti**. Makaronu nie trzeba łamać, żeby zmieścił się w garnku, nitki szybko zmiękną i same „wkręcą się" do naczynia. Spaghetti trzeba **gotować od 8 do 12 minut**, a po tym czasie odcedzić, wymieszać z sosem i podawać. Można znaleźć nawet taki, który jest gotowy już po dwóch minutach po wrzuceniu go do wrzącej wody. Ważne – spaghetti z pszenicy durum nie przelewamy zimną wodą, żeby nie wypłukać skrobi z makaronu.

Jak poznać, że spaghetti jest prawidłowo ugotowane? **Dobrze przyrządzone spaghetti jest lekko twarde**, czyli al dente (wł. *na ząb*), nie może być jednak surowe.

Po rozciągnięciu i przełamaniu dobrze ugotowanego makaronu, nitka wydaje charakterystyczny trzask, a w jej przekroju widoczna jest niewielka kropeczka, świadcząca o nieprzegotowaniu. Częstym błędem jest zbyt długi czas gotowania – rozgotowane spaghetti to poważna kulinarna wpadka!

UCZTA WE WŁOSKIM STYLU

Spaghetti carbonara

Spaghetti carbonara. „Carbone" to po włosku węgiel – ale dokładne pochodzenie przepisu nie jest jednoznaczne. Podobno spaghetti carbonara lubili górnicy, dla których czarny pieprz był symbolem węgla. Innym źródłem nazwy może być termin „carbonara" - Włosi w epoce renesansu w ten sposób nazywali szynkę wieprzową. **Carbonara to biały sos – jego składniki to jajka, tarty parmezan, podsmażony boczek, pieprz i sól**, czasem dodaje się do niego śmietanę. Do boczku na patelni trzeba wrzucić ugotowany makaron, a potem sos. Pasta nie może być zbyt gorąca, żeby jajka w sosie się nie ścięły. Gotowe spaghetti carbonara możemy posypać serem, aby było jeszcze bardziej kremowe, lub ziołami, aby podkreślić jego aromat.

Spaghetti bolognese

Spaghetti bolognese – włoski klasyk**.** Przepis na oryginalny sos boloński jest zastrzeżony, więc „prawdziwy" zjemy tylko w Bolonii. Wbrew pozorom, popularna teza o pochodzeniu spaghetti bolognese ma swoich zagorzałych zwolenników i przeciwników. Dla ułatwienia przyjmijmy, że ojczyzną potrawy jest Bolonia. Bolognese **jest czerwonym sosem. Składają się na niego mielone mięso wołowe, pomidorowa passata, włoski boczek, seler naciowy, marchew, cebula, mleko sól, pieprze, wytrawne wino oraz oliwa.** Sos boloński doczekał się wielu wariacji – do „polskiej" wersji trafiają czosnek, oregano i bazylia. Sos bolognese często podaje się ze spaghetti, jednak nazwa potrawy jest trochę myląca. Zwyczajowo powinien być dodatkiem do tagliatelle, czyli makaronu w formie wstążek.

Spaghetti alla putanesca z założenia jest proste i szybkie do zrobienia. Przepis zawiera **typowe dla włoskiej kuchni składniki – pomidorki koktajlowe, bazylia, parmezan, zielone oliwki, papryczka chili i anchois**, razem z makaronem tworzą lekkie danie, które samo w sobie nie jest zbyt pożywne, ale dobrze smakuje z sałatką lub kawałkiem mięsa albo ryby. Spaghetti alla putanesca ma oryginalny, wyrazisty, słono-ostry smak. Jak powstał przepis? Popularna jest historia o włoskim szefie kuchni, który w środku nocy musiał przygotować dla gości szybkie danie i po prostu połączył składniki, które miał „pod ręką".

Spaghetti aglio e olio

Spaghetti aglio e olio to jedno z najprostszych dań na świecie. Na oliwie podsmaża się pokrojone w plasterki **ząbki czosnku** i posiekaną **papryczkę chili**, dodaje ugotowany makaron i krótko podgrzewa. Danie podaje się posypane natką pietruszki i startym parmezanem – jego sekretem jest **dobrej jakości oliwa**.

Pasta cacio a pepe

Włoska kuchnia lubi prostotę. Tylko tutaj mógł powstać przepis na **pasta cacio a pepe, czyli makaron z serem i pieprzem**. Sos z masła, świeżo zmielonego pieprzu oraz startych serów Grana Padana i Pecorino doskonale komponuje się z **makaronem bucatini**. Dla miłośników prostoty i pomidorów: **spaghetti napoli – sos robi się z czerwonych pomidorów, czosnku, bazylii i oliwy**. Spaghetti napoli smakuje doskonale posypane włoskim, żółtym serem lub z kulkami mozarelli.

Spaghetti jest znakomite z sosami, ale smakuje doskonale podane nawet tylko z pesto i odrobiną sera. **Proste składniki, doskonały makaron i dobre towarzystwo to najlepszy przepis na ucztę we włoskim stylu!**

SPAGHETTI – CIEKAWOSTKI

* Cienkie spaghetti podawane z sosem pomidorowym postało w Neapolu dopiero od XIX wieku. Wcześniej sos podawano z tłustymi mięsami, takimi jak bekon, szynka czy kiełbasa.
* Włosi nigdy nie jedzą spaghetti łyżką i widelcem. To amerykański zwyczaj. We Włoszech po prostu zakręca się widelcem w naczyniu, nawijając makaron.
* W 2000 roku w amerykańskich sklepach spożywczych sprzedano ponad 6 miliona kg spaghetti. Ktoś obliczył, że gdyby te wszystkie paczki z makaronem były ustawione w jednej linii, mogłyby okrążyć Ziemię dziewięć razy!

**Źródła: Wikipedia, blog Chili24.pl, blog sadurski.com*

Kochani, Waszym zadaniem na dziś niech będzie rodzinne ugotowanie makaronu z wybranym sosem. Nie gotujcie sami - koniecznie zaangażujcie do tego zadania Dorosłych – garnki i patelnie są gorące!!! Zasiądźcie razem do stołu, dużo rozmawiajcie, cieszcie się dobrym towarzystwem, ucztujcie dziś we włoskim stylu!:)

Życzymy Wam miłego dnia
- wychowawcy świetlicy