

*Gli editoriali.*

## La storia della Carbonara dalle origini fino a oggi

In occasione del Carbonara Day, ripercorriamo la storia della Carbonara, dalle tante ipotesi sulle sue origini, fino alle varianti esistenti oggi nel mondo.

Oggi la **pasta alla Carbonara** è una delle ricette più famose al mondo. Proviamo a ricostruire la sua storia, raccontando quali sono le teorie più note e le ipotesi più accreditate.

### Come è nata la Carbonara?

Quella della Carbonara è una storia dalle origini incerte. Esistono diverse teorie a riguardo, supportate da testimonianze e racconti che sono stati tramandati, fino ad assumere quasi i caratteri di una leggenda. Scopriamo quali sono le ipotesi più accreditate.

### La storia della ricetta originale della Carbonara

Per scoprire come è nata la pasta alla Carbonara, bisogna tornare indietro addirittura al **1881**, quando **Francesco Palma** pubblicò un trattato di cucina napoletana intitolato “**Il Principe dei cuochi**”. In questo libro viene descritta la ricetta dei **Maccheroni con cacio e uova**, un primo piatto condito con uova, formaggio, strutto, sale e pepe. Secondo l’ipotesi napoletana, dunque, la ricetta originale della Carbonara deriverebbe proprio da quella scritta da Palma, anche se, in realtà, nella lista degli ingredienti mancherebbe il guanciale. La parte grassa, però, era comunque presente grazie all’utilizzo dello strutto.



Secondo un'altra ipotesi, invece, la storia della Carbonara sarebbe iniziata in **Abruzzo** dove, nell'**Aquilano**, i **carbonai** erano soliti preparare la "**pasta cacio e uova**", un piatto simile a quello napoletano, da portare con loro e consumare durante il lavoro. Secondo questa teoria, il nome della ricetta della pasta alla Carbonara deriverebbe, dunque, proprio dai carbonai abruzzesi.

### **Le ipotesi del Secondo Dopoguerra: l'intervento degli Americani**

La teoria più accreditata sulla nascita della pasta alla Carbonara come la conosciamo noi oggi risale al **Secondo Dopoguerra** e vede come protagonisti i **soldati americani**. Secondo una prima ipotesi, alcuni militari statunitensi assaggiarono la pasta abruzzese dei carbonai e, seguendo i loro gusti personali, vi aggiunsero delle **fettine di bacon**, un ingrediente portato nel territorio italiano proprio dalle truppe alleate. Una seconda ipotesi racconta invece di un soldato americano che a Napoli ebbe l'idea di condire un piatto di spaghetti con **uova in polvere, panna liquida e bacon**, prodotti che facevano parte delle **razioni alimentari dei militari**.

La terza e ultima ipotesi è quella del racconto di **Renato Gualandi**, un giovane **cuoco** di origine bolognese che, nel **settembre del 1944**, fu incaricato di **preparare il pranzo** per le truppe in occasione dell'incontro tra la **Quinta Armata americana** e l'**Ottava Armata inglese**, tenutosi a **Riccione**. Sembra che, proprio per andare incontro ai gusti degli alleati, Gualandi preparò un piatto di pasta simile a quella che poi sarebbe diventata ufficialmente la Carbonara. In seguito, il giovane divenne il **cuoco ufficiale delle truppe alleate** e per questa ragione le seguì a **Roma**, dove restò dal settembre del 1944 all'aprile del 1945. Fu proprio in quel periodo che creò la vera e propria ricetta della **pasta con uova, formaggio e pancetta**. Per questa ragione, quello della Carbonara sarebbe poi diventato **uno dei piatti simbolo della Capitale e della cucina del Lazio**.

Alla base di tutti questi racconti ci sarebbero comunque alcune testimonianze storiche secondo le quali, nel periodo della Seconda Guerra Mondiale e in quello immediatamente successivo, il cibo scarseggiava e tra le poche risorse a disposizione della popolazione c'erano proprio le **razioni alimentari distribuite dagli alleati**. Come anticipato, tra questi prodotti, c'erano anche **uova in polvere e bacon**. L'unione tra questi ingredienti e gli ingredienti locali, ovvero la **pasta** e il **formaggio**, avrebbe quindi dato origine alla ricetta della Carbonara.

### **La pasta alla Carbonara oggi**

Negli anni successivi alla guerra, la preparazione della pasta alla Carbonara è stata messa a punto diventando quella che conosciamo oggi. Gli ingredienti ufficiali sono **uova, pecorino romano, guanciale e pepe nero**. La ricetta è un'icona della cucina italiana ed è famosa in tutto il mondo: questa sua notorietà all'estero, però, l'ha fatta diventare anche **la ricetta italiana più "falsificata"** della storia. Molti, infatti, utilizzano il **formaggio grana** al posto del pecorino, oppure la **pancetta** al posto del guanciale, o ancora aggiungono la **panna alle uova** per rendere il piatto più cremoso, oppure utilizzano la **cipolla** anche se la ricetta ufficiale non la prevede. Esistono poi tantissime **varianti**: dalla **carbonara di pesce**, dove il **salmone** sostituisce le uova

o i **gamberetti** sostituiscono il guanciale, oppure la carbonara con gli **asparagi** o con i **carciofi** uniti al guanciale, o ancora la carbonara di **zucchine** per i vegetariani.

## **Il Carbonara Day**

In virtù del fatto che questo piatto è conosciuto e amato all'estero, nel **2017 l'Unione Italiana Food e International Pasta Organization** hanno istituito il **Carbonara Day** il **6 aprile** con lo scopo di celebrare la ricetta e promuovere la cucina italiana nel mondo. Oggi questa ricorrenza viene festeggiata non solo in Italia ma anche in altri Paesi e si sta diffondendo sempre di più, anche grazie ai **social network**, dove chef, food bloggers e appassionati di cucina celebrano questa ricetta condividendo foto e video dei loro piatti di pasta. Per partecipare ai festeggiamenti, dunque, non resta che mettersi ai fornelli, cimentarsi con la propria Carbonara e condividere sul web i risultati!

[www.bennet.com](http://www.bennet.com)