

www.amatriciana.org

www.amatriciana.eu



Breve storia dell'Amatriciana.

L'**Amatriciana** viene da **Amatrice**, paese celebre, appunto, per questa sua meraviglia gastronomica e per i suoi cuochi, conquistatori di Roma.



Quando questo piatto è nato, Amatrice geograficamente era Abruzzo.

Si dice che fosse il pasto principale dei pastori che allora erano numerosissimi, per la sua semplicità e rapidità di preparazione. Originariamente era senza il pomodoro e si chiamava "**Gricia**", poi con la scoperta dell'**America** da parte di **Cristoforo Colombo** che importò in Europa il pomodoro, furono aggiunti i pomodori e divenne "**Amatriciana**".

L'Amatriciana cambiò casacca poi quando la creazione della provincia di Rieti, voluta dal cavalier Mussolini, provocò una ridefinizione dei confini tra tre regioni limitrofe.

In ogni caso, riassunto perfetto della cucina dei territori interni del centro Italia, adorata praticamente da tutti (persino la regina Elisabetta, in una visita italiana, rimase estremamente colpita da questo piatto), protagonista ormai da tantissimi anni di una festa di piazza famosissima, che si svolge ad **Amatrice** tutti gli anni ad agosto.

Brief history

Nowadays **Amatriciana** pasta is one of the most famous and traditional Roman dishes; its name comes from **Amatrice**, a village next to Rome.

When this recipe was born, Amatrice was actually in the Abruzzo region;

Amatriciana was the main course of the poor shepherds, very simple, quick to prepare and appetising.

Originally this dish was called "Gricia" and it was without tomatoes.

Only after the discovery of America by Cristoforo Colombo, it took the name of "Amatriciana" dressed with tomatoes.

During the leadership of Mister Mussolini, who changed the borders of three central Italian regions, Amatriciana became symbol of central Italian land, beloved practically by everybody.

Even "Queen Elizabeth", during a visit in Italy, was extremely delighted by this dish.

To celebrate it, every year, in August, both in Amatrice and in Rome, there is a great festivity in a famous square.

Ingredienti per gli spaghetti all'Amatriciana

Gli ingredienti impiegati per la realizzazione della Salsa all'Amatriciana sono il guanciale amatriciano stagionato (inserito nell'elenco dei prodotti tradizionali del Lazio), l'olio extravergine di oliva, pomodoro maturo, sale, e formaggio pecorino grattugiato preferibilmente Pecorino di Amatrice, prodotto inserito nell'elenco dei Prodotti tradizionali della Regione Lazio.

Questi semplici ingredienti opportunamente miscelati, rendono la salsa all'amatriciana un piatto dal gusto delicato e unico, per questo motivo non va aggiunto o tolto nulla.

Ingredienti per 4 persone.

» 500g di Pasta	Spaghetti o Bucatini.
» 100g di Guanciale	Di maiale ben grasso tagliato spesso.
» 500g di Pomodori	S. Marzano ben maturi o pelati in scatola.
» 100g di Pecorino	Non troppo saporito.
» Un cucchiaino di olio d'oliva extravergine	Di ottima qualità
» 1/2 bicchiere di Vino	Bianco secco.
» Peperoncino	Non abbondare.
» Sale	Quanto basta.

Ingredients spaghetti to the Amatriciana

This dish is made with simple, natural and nutritious ingredients, it has a dainty and appetizing taste; to make it properly, never substitute, add or take off some ingredients.

Servers 4.

» 500g (1lb 3/2 oz) Pasta	Spaghetti or Bucatini.
» 100g (3 1/2 oz) Guanciale	fat pork cheek cut in thick cubes.
» 500g (1lb 3/2 oz) Tomato sauce	fresh or tinned S. Marzano tomatoes.
» 100g (3 1/2 oz) grated Pecorino cheese	not too salty (from Amatrice).
» 1 spoon Extra Virgin Olive Oil	Extra Virgin.
» 1/2 glass of white dry wine	White.
» Chilli a bit	(not too much).
» Salt	as needed.

ESECUZIONE

Sbollentate per pochi secondi i pomodori in acqua in ebollizione quindi passateli sotto l'acqua fredda, pelateli e tagliateli a filettini, privandoli dei semi.

Se utilizzate i pelati, sminuzzateli prima con le mani sfilacciandoli.

Tagliate il guanciale a mattoncini e mettetelo in una padella preferibilmente di ferro con l'olio e poco peperoncino.

Fate rosolare a fuoco vivace per qualche minuto fino a quando il guanciale avrà preso colore.

Bagnate con il vino e, non appena è sfumato, togliete dalla padella i pezzetti di guanciale e teneteli da parte possibilmente in caldo.

Mettete nel fondo di cottura i pomodori, poco sale e fateli cuocere a fuoco vivace per qualche minuto.

Rimettete in padella il guanciale, dopo un altro minuto di fuoco il sugo è pronto.

Nel frattempo avrete messo a cuocere la pasta, scolatela al dente e versatela in un recipiente possibilmente preriscaldato.

Spolverate la pasta con la metà del pecorino e versateci sopra la salsa ben calda.

Mescolate bene e servite la pasta ben calda passando a parte il resto del pecorino.

Recipe spaghetti Amatriciana style

DIRECTIONS

Peel, seed and cut the tomatoes into thin slices; to make easier the peeling, put them before in boiling water and then in cold water.

If you are using tinned tomatoes, follow the same directions.

Cut guanciale into thick cubes and put them in an iron frying pan with oil and a bit of chilli; keep on cooking on a high flame for a few minutes till it becomes lightly browned.

Add a little wine and when it is dry off, remove guanciale cubes, set them aside and keep them warm.

Cook tomatoes, with a bit of salt, on a high flame for a few minutes and then add the browned guanciale; in a while the sauce will be done.

Meanwhile boil the pasta "al dente" and put it in a heated bowl; first of all put on it half of the grated pecorino, add the tomato sauce, stir it again, top the left pecorino cheese and serve immediately.

La padella

La tradizione Amatriciana, vuole che la padella sia rigorosamente di ferro, di quelle che si arrugginivano.

Sappiamo che oggi nelle nostre case è difficile trovare una padella di quel tipo, quindi si potrà usare anche una padella di quelle moderne possibilmente d'acciaio o le antiaderenti.

Eseguito la ricetta in modo corretto si otterrà ugualmente un ottimo risultato.



Frying pan

To follow the traditional recipe, we should use an iron frying pan. Nowadays, it could be difficult to find it, so we could use a non-stick pan; by the way, a wonderful result will be certainly obtained.

Il Pomodoro

Il pomodoro originario del Sud e Centro America fu introdotto in Europa da CRISTOFORO COLOMBO di ritorno dai suoi viaggi di esplorazione dalle Americhe.



Introdotta inizialmente in Spagna si diffuse rapidamente in tutto il bacino mediterraneo.

A lungo fu considerata una pianta velenosa e nel 1544 il monaco erborista Pietro Matthioli la studiò e la classificò come pianta rara e ornamentale da orto botanico.

Verso la metà dell'800 si diffuse e venne apprezzata per i suoi frutti succosi, utili e prelibati come condimenti nella cucina.

Da allora è entrato a far parte in maniera massiccia dell'alimentazione dei paesi mediterranei, in particolare in Italia dove è diventato l'alimento predominante nella cucina di tutte le regioni.

Si presuppone che per quanto riguarda l'AMATRICIANA l'introduzione del pomodoro sia avvenuta verso la fine del 700 trasformando il piatto originario chiamato "GRICIA".

Il pomodoro utilizzato per l'amatriciana tradizionalmente è il San Marzano e deve essere ben maturo.

La preparazione del pomodoro per l'Amatriciana è molto semplice, consiste nel sbollentare per pochi secondi il pomodoro intero in acqua bollente, togliere le pelli, tagliarlo a striscioline privandolo dei semi, così preparato è pronto per completare il nostro piatto.

Oggi il pomodoro San Marzano si può trovare sui banchi del mercato tutto l'anno, ma in emergenza si può sostituire con dei buoni pelati in scatola, che taglieremo ugualmente in striscioline privandoli dei semi, si otterrà ugualmente un ottimo risultato.

Tomato

Tomato is native of South and Central America; only after the discovery of those lands, Cristoforo Colombo, brought seeds back to Europe.

So tomato first was introduced into Spain and then quickly it spread all over the Mediterranean Basin.

For a long time it was considered poisonous; in 1544, Pietro Mattioli, an herbalist monk, classified it as a rare, beautiful and ornamental plant, not to be eaten.

Towards the half of the nineteenth century ,throughout Southern Europe, it was accepted as a food for its juicy and delicious taste.

Especially Italian people started using it in everyday dining, in a lot of different, simple and delightful dishes.

As far as Amatriciana pasta, tomato sauce was introduced at the end of the seventeen century and that determined a new recipe and a new name for the "old Gricia".

To follow the recipe properly, it has to be used ripe and fresh tomato.

The secret to obtain a delicious tomato sauce is very simple: boil tomatoes for a few seconds, without cutting, and then peel, seed and cut them into thin strips.

Nowadays we can easily find S. Marzano tomatoes all year round; nevertheless a delicious result can be obtained with tinned tomatoes too.

Olio extravergine di oliva

L'olio nell'amatriciana va usato con parsimonia, la dose consigliata si riduce ad un cucchiaino da cucina, viene utilizzato per far rosolare il guanciale amatriciano.

Ciò nonostante, la piccola quantità di olio adoperata non va trascurata la qualità.



Nella ricetta dell'amatriciana che eseguivano i pastori, veniva usato prevalentemente olio extravergine di oliva della vicina Sabina, terra di passaggio e di pascolo per le greggi di pecore che d'inverno venivano portati più a valle verso Roma.

L'olivo è stato coltivato in Sabina da millenni, tracce dell'uso dell'oliva risalgono al VI°-VII° secolo ac. Il clima temperato e l'esposizione a sud della zona creano le condizioni ideali per la coltivazione dell'olivo, mentre la natura collinare del territorio

rende impraticabili i metodi moderni di agricoltura intensiva.

Così gli oliveti rimangono ancora proprietà di famiglie locali, quasi tutti in piccoli appezzamenti, e la raccolta delle olive viene fatta a mano.

Essendo una pianta di natura rustica, l'olivo si presta bene alla coltivazione biologica.

Olive Oil

In the **Amatriciana** recipe oil is a very essential ingredient; we have to use only a spoon to brown Amatriciano guanciale.

In spite of the little quantity, the main thing it is to use a high quality olive oil.

The shepherds, in their Amatriciana pasta, used mostly Sabina extra virgin olive oil, for it is more delicate in flavour than the other ones.

Sabina was a passage and grazing land next to Amatrice; during the winter flocks of sheep were led through it, down towards Rome.

Pecorino di Amatrice

Per rispettare i sapori della tradizione l'amatriciana, ha inevitabilmente bisogno del pecorino.

Il pecorino da usare per l'amatriciana è il **pecorino di Amatrice**, meno saporito e stagionato di quello romano.

I produttori usano immergere la pasta in una leggera salamoia, che ne fa un prodotto meno piccante e aspro.

La stagionatura del pecorino di Amatrice va dai tre ai sei mesi.

Le forme sono, rispetto al pecorino romano, più piccole: raramente superano i due chilogrammi.

E' un formaggio gustoso da mangiare anche a tavola, ormai è raro trovare produzioni artigianali. Oggi le forme di pecorino amatriciano si trovano nei negozi molto forniti o in quelli specializzati di prodotti amatriciani ma sono produzioni industriali.



Pecorino Cheese

Pecorino cheese is one of the main ingredients for "Amatriciana" pasta.

In order to obtain a delicious and traditional taste it is necessary to use pecorino from Amatrice; for its way of processing, it is quite different from the roman cheese.

The farmers, after pasteurization and heating of cow's milk, use to coagulate the obtained liquid with sheep or goat rennet, and let it to mature for 3-6 months in a light brine.

In this way the cheese has a taste less bitter and salty than the roman one.

The shape is different too; pecorino from Amatrice is smaller than the roman cheese, rarely it weighs more than 2 Kg.

Il guanciale di Amatrice

Cibo preferito dai pastori transumanti Abruzzesi per la sua facilità di conservazione e trasporto e per il notevole apporto calorico, il guanciale era, originariamente, assieme al pecorino, l'unico condimento per la pasta che veniva chiamata "**GRICIA**".



Alla fine del 700 con l'aggiunta del pomodoro, è divenuta famosa con il nome di "**AMATRICIANA**".

Si prepara con il lardo venato di magro, abilmente ricavato dalla guancia del maiale, tagliata secondo la tradizionale forma triangolare.

Per rendere il guanciale amatriciano saporito al punto giusto e leggermente piccante, la lavorazione dura almeno tre mesi, prevede salatura, impepatura, e stagionatura, importante l'affumicatura a legna che lo rende inimitabile.

Al momento di tagliare il guanciale si deve presentare molto compatto, con colorito bianco per la parte grassa e rosso vivo per la magra.

The guanciale of Amatrice

For the transhumant Abruzzese shepherds, guanciale was very useful and important; during their wandering through the mountains and their leading the flock to pasture, they had the necessity to take with them only highly nourishing foods, easy to preserve and to transport.

For this reason, at the beginning, guanciale and pecorino cheese, were the only and main ingredients of pasta known as **Gricia**.

Only at the end of the seventeen century, after the discovery of America, tomatoes arrived to Europe, so the tomato sauce was added as ingredient to this recipe, known as "**Amatriciana**" pasta. Only at the end of the seventeen century, after the discovery of America, tomatoes arrived to Europe, so the tomato sauce was added as ingredient to this recipe, known as "**Amatriciana**" pasta.

La pasta gli "spaghetti"

La pasta altro alimento con origini antichissime, facile da trasportare, mantenere e veloce da preparare, per queste ed altre qualità venne scelta dai pastori come piatto principale dei loro pasti.

Condita prima alla gricia e poi all'amatriciana era un piatto molto energetico e saporito.

Per l'amatriciana i pastori usavano gli spaghetti, che presumibilmente in quel periodo era l'unico tipo di pasta facilmente reperibile.

Da tempi antichissimi fino ai primi dell'900 nei paesi la pasta era prodotta artigianalmente dalle massaie, poi venduta sfusa a peso.

Nei nostri tempi, per tradizione la pasta è diventata un alimento insostituibile per la nostra alimentazione.



Oggi esistono in commercio, migliaia di tipi diversi di pasta per forma, qualità e prezzo, ma per ottenere un buon piatto di amatriciana occorrono solamente dei buoni **spaghetti**.

Pasta "Spaghetti"

Pasta is an ancient food, tasty, easy to transport, to preserve and quick to cook.

For all these reasons and for its high nutritional power, it was chosen by the shepherds of this area, who used it as a main course.

At the beginning it wasn't dressed with tomatoes sauce and was simply called "alla Gricia"; with the introduction of tomatoes, the name of the recipe changed into "**Amatriciana**".

Both of the two recipes are very energetic, delicious and cheap.

Probably the shepherds used as pasta Spaghetti and not Bucatini, because in that time it was easier to find them.

Da www.amatriciana.org il primo sito dei famosi spaghetti all'amatriciana.....

-

WWW.AMATRICANA.ORG

WWW.AMATRICANA.EU

