

L'Authentique Carbonara Romaine : Le Secret de l'Onctuosité Parfaite

Ingrédients pour 4 personnes

- 320g de pâtes (Spaghetti ou Rigatoni)
- 150g de Guanciale (joue de porc séchée)
- 6 jaunes d'œufs frais
- 50g de Pecorino Romano AOP (affiné 5 à 8 mois)
- Poivre noir fraîchement moulu

Préparation du Guanciale

- Couper le guanciale en bâtonnets d'environ 1cm pour préserver sa texture.
- Faire griller les bâtonnets dans une poêle sans ajout de matière grasse (ni huile, ni beurre).
- Cuire jusqu'à ce que le guanciale devienne croustillant et que son gras soit fondu.

Préparation de la 'Crema'

- Dans un bol, battre les 6 jaunes d'œufs avec le Pecorino Romano râpé.
- Ajouter une généreuse quantité de poivre noir fraîchement moulu au mélange.
- Mélanger jusqu'à obtenir une consistance homogène.

Assemblage et Émulsion

- Cuire les pâtes 'al dente' et les égoutter.
- Verser les pâtes directement dans la poêle avec le guanciale (feu éteint ou au minimum) pour les enrober de gras.
- Retirer la poêle du feu pour éviter de cuire l'œuf et obtenir des œufs brouillés.
- Ajouter le mélange œufs-fromage et une petite louche d'eau de cuisson des pâtes riche en amidon.
- Mélanger énergiquement hors du feu pour créer l'émulsion onctueuse caractéristique.

Les 3 Règles d'Or

- Zéro crème fraîche : l'onctuosité provient uniquement de l'émulsion eau de cuisson, gras du guanciale et œufs.

- Respect des ingrédients : le guanciale et le Pecorino Romano sont indispensables pour le goût authentique.
- Maîtrise de la chaleur : l'ajout des œufs doit impérativement se faire hors du feu pour réussir la sauce.