

# Recetas tradicionales de Italia

Antipasti

## Ingredientes

---

Para 4 personas

Berenjena grande .....	1
Aceite de oliva virgen extra .....	120 ml
Apio .....	2
Cebolla .....	1
Pimiento amarillo .....	0.5
Pimiento rojo .....	0.5
Pimiento verde italiano .....	0.5
Tomate .....	400 g
Vinagre .....	30 ml
Azúcar al gusto	
Aceitunas .....	125 g
Alcaparras 3 cucharadas	
Anchoas al gusto (opcionales)	
Sal	

Dificultad: Fácil

Tiempo total .....	1 h 5 m
Elaboración .....	20 m
Cocción .....	45 m
Reposo .....	3 h

## Procedimientos:

Cortamos en dados la berenjena y la ponemos con una cucharada de sal a drenar una hora encima de un papel de cocina o un colador. Secamos con más papel y la reservamos. Picamos en trozos iguales el resto de las hortalizas.

En una cazuela calentamos un poco de aceite de oliva y salteamos la berenjena seis minutos. La retiramos a una fuente, bajamos el fuego y añadimos un poco más de aceite. Salteamos el apio y retiramos. Añadimos otra cucharada de aceite y agregamos los pimientos con una pizca de sal y los cocinamos seis minutos, pasándolos de nuevo a la fuente.

Cortamos en dados la berenjena y la ponemos con una cucharada de sal a drenar una hora encima de un papel de cocina o un colador. Secamos con más papel y la reservamos. Picamos en trozos iguales el resto de las hortalizas.

En una cazuela calentamos un poco de aceite de oliva y salteamos la berenjena seis minutos. La retiramos a una fuente, bajamos el fuego y añadimos un poco más de aceite. Salteamos el apio y retiramos. Añadimos otra cucharada de aceite y agregamos los pimientos con una pizca de sal y los cocinamos seis minutos, pasándolos de nuevo a la fuente.

## Pizza carbonara

# Ingredientes

---

### Para 4 personas

Masa de pizza casera o refrigerada

Nata líquida para cocinar ..... **100 ml**

Bacon ..... **200 g**

Queso Mozzarella 1 bola

Sal una pizca para el bacon

Champiñones laminados ..... **4**

Pimienta negra molida al gusto

Queso rallado para pizza (variado) 100 g

# Cómo hacer Pizza carbonara

---

**Dificultad: Fácil**

**Tiempo total** ..... **30 m**

Elaboración ..... **15 m**

Cocción ..... **15 m**

## Procedimientos:

Comenzamos preparando la masa de pizza. Para hacer la salsa carbonara, comenzamos cortando el bacon en tiras muy finas y las salteamos en una sartén hasta que comiencen a soltar su grasa. Las reservamos que ya se terminarán de cocinar en el horno. En la grasa que hayan soltado, salteamos los champiñones laminados vuelta y vuelta, reservándolos también.

Después añadimos la nata líquida y 50 g de queso rallado en hilos -cualquier mezcla que nos guste- y la reducimos hasta que empieza a fundirse el queso. Extendemos la masa o base de la pizza, ponemos tres o cuatro cucharadas soperas de la salsa de nata y queso sobre ella y la extendemos bien con el dorso de una cuchara. Después añadimos la mozzarella desmigada en trocitos, los taquitos de bacon y champiñones y el resto del queso rallado en hilos.

Añadimos un poco más de la salsa carbonara que hemos elaborado, -repartiéndolos por toda la superficie de la pizza-, espolvoreamos con abundante pimienta negra y la horneamos en horno a 230º durante unos 15 minutos hasta que los bordes de la pizza comiencen a tostarse.

Espaguetis a la carbonara

## Ingredientes

---

**Para 4 personas**

Yemas de huevo ..... 3

Huevo ..... 1

Panceta (Mejor si es  
Guanciale) ..... 100 g

Queso Pecorino ..... 50 g

Pimienta negra molida al gusto

Sal

Agua

Espaguetis ..... 320 g

## Cómo hacer espaguetis a la carbonara mejor que ningún restaurante

---

**Dificultad: Fácil**

**Tiempo total** ..... 12 m

**Cocción** ..... 12 m

## Procedimientos:

Corta la panceta o el guanciale salteado en trocitos de pequeño tamaño y fríe esos trocitos hasta que comiencen a dorarse

bate las 3 yemas de huevo con el huevo y el queso pecorino recién rallado hasta hacer una mezcla algo espesa. Dale unos toques de pimienta negra a esa mezcla. Entre tanto, pon la pasta a cocer en agua abundante con sal, y sácala cuando falten un par de minutos para que esté al dente.

En la sartén donde habíamos reservado la panceta o el guanciale salteado, agregaremos la pasta escurrida a la que añadimos la mezcla de huevos, queso y pimienta, mezclando bien. Agregamos también un cucharón del agua de cocción de la pasta.

Removemos mientras se van integrando los distintos ingredientes y se va haciendo una especie de salsa al cuajar ligeramente el huevo con el caldo caliente de la cocción. Servimos espolvoreando de un poco más de pecorino rallado y dando un par de vueltas más de pimienta molida.