

L'atelier MJC N°16

Coloriage du jour 1



Coloriage du jour 2



Jeu du jour

Observe la grande image et colorie les objets demandés.



La recette du jour : carbonara à l'italienne



Ingrédients pour 4 pers. :

400 gr de spaghetti • 300 gr de pancetta • 4 oeufs • parmesan • huile d'olive • beurre

Préparation :

Faites cuire les spaghetti un peu moins que la durée conseillé (al dente), car nous les ferons recuire par la suite.

Coupez les tranches de pancetta et une ou deux gousses d'ail (si vous aimez l'ail). Mettez ensuite le tout dans une poêle avec de l'huile d'olive et un peu de beurre (pour ajouter du fondant et de l'onctuosité). Laissez bien saisir la pancetta.

Pendant ce temps, dans un cul de poule mélanger les oeufs. Pour obtenir une bonne texture, faites 50/50 : laissez la moitié de vos oeufs entiers et gardez que les jaunes de l'autre moitié. Incorporez le parmesan râpé, salez et poivrez.

Une fois la pancetta bien saisi, rajoutez les spaghetti à l'aide d'une pince et une ou deux louches d'eau de cuisson dans la poêle. Mélangez bien et laissez cuire quelques instants.

Une fois le jus de cuisson évaporé, retirez la poêle du feu et laissez refroidir quelques instants. Ajoutez la sauce à base d'oeufs et de parmesan. Attention si la poêle est trop chaude cela risque de faire une omelette.