

**CACIO E PEPE** 1 porzione**INGREDIENTI**

- 80 grammi di pasta di semola
- 40 grammi di pecorino
- pepe nero qb
- acqua qb

**COME PREPARARE LA RICETTA**

- 1° In una pentola porta a bollore l'acqua. Tosta il pepe per qualche minuto e versalo in una ciotola, aggiungendo i 40g di pecorino precedentemente grattugiati.
- 2° Prima che l'acqua bolla prelevane un pò e mischiala con quella a temperatura ambiente In un bicchiere (affinché il pecorino non crei grumi ti consiglio di non versarci acqua troppo calda).
- 3° Inizia a versare acqua a filo sul pecorino creando una crema (attenzione a non versarne troppa). Una volta cotta la pasta amalgama il tutto a fuoco spento e servi. Buon appetito!
- 4° Inizia a versare acqua a filo sul pecorino creando una crema (attenzione a non versarne troppa). Una volta cotta la pasta amalgama il tutto a fuoco spento e servi. Buon appetito!

**INFORMAZIONI NUTRIZIONALI**

	PER 100 g	PER PORZIONE (246 g)	% AR
ENERGIA	181 kcal	444 kcal	22 %
PROTEINE	8 g	19 g	38 %
CARBOIDRATI	27 g	67 g	26 %
ZUCCHERI	1 g	3 g	3 %
LIPIDI	5 g	13 g	19 %
GRASSI SATURI	3 g	7 g	35 %
FIBRE ALIMENTARI	1 g	2 g	9 %
SODIO	296 mg	727 mg	30 %