Pasta, ecco i condimenti ideali per ogni formato: la guida Aidepi

mezze-maniche-carbonara-fd736273

Una **guida per abbinare a ogni pasta il condimento ideale**. L'ha realizzata **Aidepi**, l'Associazione delle Industrie del Dolce e della Pasta Italiane, per aiutare gli italiani - che ogni anno consumano in media **24 chilogrammi di pasta a testa** - a portare in tavola nel migliore dei modi gli **oltre 300 formati** proposti dai pastifici del nostro Paese, per un totale di **3,2 milioni di tonnellate prodotte**.

Se infatti nella pasta la forma è sostanza, **determinati formati danno il meglio con certi tipi di sugo e non con altri**: ogni abbinamento segue regole precise, illustrate nel vademecum di Aidepi per trovare il perfetto matrimonio del gusto.

"La pasta è una e molteplice", spiega **Riccardo Felicetti**, presidente dei Pastai; "In Italia siamo custodi della tradizione, il buono del cacio sui maccheroni e delle trofie col pesto, ma non rinunciamo a ricerca e sperimentazioni. Per noi la pasta è come la Madeleine per Proust, ogni italiano ha in mente una pasta preferita ma l'evoluzione dell'arte pastaria sta proprio nel valorizzare questa versatilità e capacità di adattarsi a ingredienti diversi, in combinazioni che fanno della pasta un alimento moderno e globale. Con la guida i suggerimenti per gustarla al meglio, in punta di forchetta".

Di seguito, in sintesi, **gli abbinamenti ideali per i formati di pasta più diffusi in Italia**, secondo gli esperti di Aidepi.

Gli abbinamenti della pasta lunga
Bucatini: amatriciana. gricia, sughi strutturati con pomodoro e formaggi.
Bavette: sughi semplici di pesce, pesto alla genovese.
Capellini: minestre.
Fusilli: con ragù alla napoletana, sughi di carne, ricotta.
Lasagne: sughi ricchi di carne, formaggi e verdure.
Maccheroncini: ragù alla napoletana, sughi di carne.

Rigatoni: sughi corposi, ragù di carne, verdure, salsiccia. adatti anche a timballi al forno, con sughi di carne.
Spaghetti: serviti asciutti, con filetto di pomodoro, sughi all’olio, sughi di pesce, carbonara.
Ziti: serviti asciutti, in timballo o spezzati con ragù alla napoletana o sughi di carne.

Gli abbinamenti della pasta corta

Conchiglie: con salsa di pomodoro, sughi semplici, sughi di carne.
Farfalle: sughi semplici all’olio, paste fredde estive.
Mezze maniche rigate: pomodoro fresco o sughi semplici al burro, carbonara.
Orecchiette: cime di rapa, sughi al pomodoro e ricotta.
Pasta mista: in brodo, brodo, minestroni, zuppe, la pasta e fagioli.
Penne lisce: sughi leggeri di pesce e verdure, pasta fredda.
Paccheri: ragù di pesce, sughi corposi di verdure.
Trofie: lessate con fagiolini e patate e poi condite con il classico pesto alla genovese.