



Spargel Carbonara

mit Schinkenspeck und Parmesan

Zutaten für 4 Personen:

100 g WOLF Thüringer Schinkenspeck

600 g Spargel

Saft von ½ Zitrone

100 g Parmesan

4 Eier (Gr. M)

400 g Nudeln (z.B. Penne)

1 EL Olivenöl

Zucker

Salz & Pfeffer

So wird's gemacht:

1. Spargel waschen, schälen und holzige Enden abschneiden. Spargelschalen und -enden in ca. 3 l Salzwasser mit 1 TL Zucker und Zitronensaft aufkochen. Ca. 10 Minuten köcheln.

2. Inzwischen Käse fein reiben. Eier in einer großen Schüssel verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hälfte des geriebenen Käse unterrühren. Spargelstangen in mundgerechte Stücke schneiden.

3. Spargelschalen abgießen, dabei den Fond auffangen. Spargelfond wieder aufkochen. Spargel und Nudeln zusammen im Fond 8–10 Minuten garen.

4. Speck in kleine Würfel schneiden. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Speck darin knusprig braten. Nudeln und Spargel abgießen, wieder in den Topf geben. Mit Schinkenspeck mischen, dann sofort den Ei-Käse-Mix gut untermischen.

5. Nudel-Spargel-Carbonara auf Tellern anrichten, evtl. nochmals mit Pfeffer würzen. Mit restlichem Parmesan bestreuen.

Lasst es euch schmecken!

Noch mehr leckere Rezepte gibt's auf wolf-essgenuss.de/blog

Gutes Essen – Gute Freunde – Gutes Leben