



Pasta alla carbonara

met gegrilde groene asperges



ca. 25min



2 personen

In tegenstelling tot zijn witte broertje hoef je de groene asperge niet te schillen. Handig als je niet zoveel tijd hebt. Groene asperges kun je koken, maar wanneer je ze grilt blijven ze lekker knapperig. Perfect in combinatie met deze rijke pasta alla carbonara. Deze pasta wordt oorspronkelijk zonder room gemaakt. De volle smaak krijgt dit gerecht van de zoutige kaas en losgeklopte eieren die je door de pasta roert.

Wat je van ons krijgt

- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 10g verse peterselie
- 1 courgette
- 250g torchiette ¹
- 1x spekjes
- 250g groene asperges
- 2 blokjes Italiaanse kaas ⁷
- 2 eieren ³

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grillpan of koekenpan
- vergiet
- fijne keukenrasp
- middelgrote koekenpan

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Kooktip

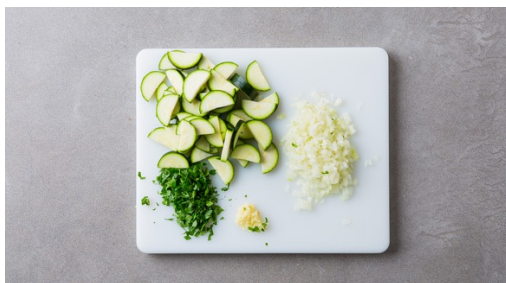
Zorg ervoor dat je de eieren mengt met de zojuist gekookte, afgegoten en nog hete pasta. Door de hitte van de pasta worden de eieren geeraard.

Allergenen

gluten (1), eieren (3), melk (7). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

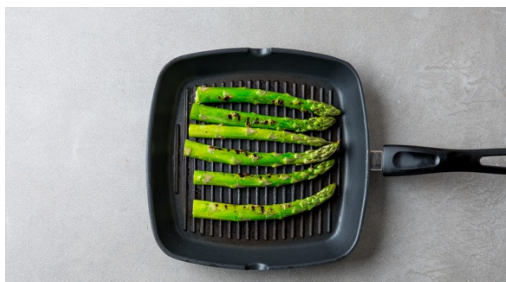
Voedingswaarde per portie

calorieën 773kcal, vet 34.6g, koolhydraten 74.8g, eiwit 37.6g



1. Ingrediënten voorbereiden

Breng ruim gezouten water in een middelgrote kookpan aan de kook. Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn. Hak de **peterselie** fijn. Snijd de **courgette** in de lengte doormidden en dan in plakjes.



4. Asperges grillen

Verwijder de houterige uiteinden van de **asperges** (dit is ca. 2-3cm) en hussel de **asperges** om met 1el olijfolie en een snuf zout en peper. Verhit een grillpan of grote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **asperges** 6-8min totdat ze gaar zijn en mooie grillstrepen hebben. Rol ze af en toe om.



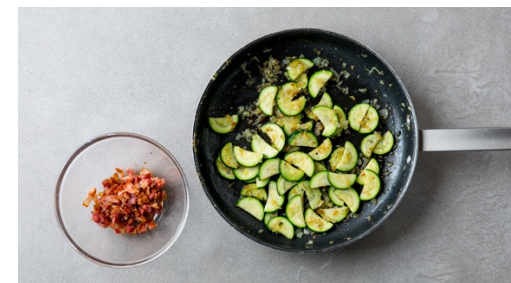
2. Pasta koken

Voeg **2/3e van de torchiette** toe (gebruik **alle pasta** bij grote trek) zodra het water kookt en kook de **pasta** in 7-9min beetgaar. Vang bij het afgieten een **kop kookwater** op en doe de **pasta**, evt. gemengd met een scheutje olijfolie, terug in de pan.



5. Saus voorbereiden

Rasp de **kaas** fijn. Kluts de **eieren** los en roer er de **kaas**, **helft van de peterselie**, **2-3el kookwater**, 1/4tl zout en een flinke snuf peper door.



3. Spek en groente bakken

Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur. Bak de **spekjes** 4-5min tot ze krokant zijn en schep ze dan in een kommetje. Verhit de koekenpan opnieuw op middelhoog vuur en bak de **ui** in het spekvet in 2-3min glazig. Voeg de **knoflook** en **courgette** met een snuf peper en zout toe. Zet het vuur middellaag en bak 5-8min tot de **courgette** goudbruin en gaar is.



6. Carbonara maken

Roer eerst de **saus** door de **pasta** (**zie tip, links**) en voeg dan de **spekjes**, **ui** en **courgette** toe. Meng goed en verdun de **saus** evt. met een scheutje **kookwater**. Proef en breng de **pasta** op smaak met peper en zout. Schep de **pasta** op en leg de **asperges** erbovenop. Bestrooi met de **rest van de peterselie** en versgemalen peper naar smaak.