



Orecchiette alla carbonara

met broccoli en prei



ca. 20min



2 personen

Je zou zeggen: over smaak valt niet te twisten, maar als het op de carbonara aankomt, zijn de meningen verdeeld. Italianen zweren bij een carbonara die puur en alleen uit geklutste eieren, kaas en stukjes pancetta bestaat. Roep het maar niet te hard, want voor deze variant maak je de saus extra creamy met een scheutje room. We serveren de carbonara met extra veel groene groente.

Wat je van ons krijgt

- 1 blokje Italiaanse kaas ⁷
- 1 beker slagroom ⁷
- 1x spekjes
- 2 eieren ³
- 1 prei
- 1x broccoli
- 10g verse peterselie
- 250g orecchiette ¹

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout

Kookgerei

- grote koekenpan
- fijne keukenrasp
- maatbeker
- middelgrote kookpan
- vergiet

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

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 772kcal, vet 33.0g, koolhydraten 87.8g, eiwit 32.7g



1. Groenten voorbereiden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook voor de **pasta** en **broccoli**. Halveer en snijd de **prei** in dunne ringen. Snijd hapklare roosjes van de **broccoli** en snijd de **stam** in dunne plakjes.



2. Broccoli blancheren

Doe het gekookte water met 1tl zout in een middelgrote kookpan en breng het water opnieuw aan de kook. Voeg de **broccoli** toe en kook in 2-3min gaar. Kook de **broccoli** 1-2min langer als je 'm liever iets zachter hebt. Schep de **broccoli** uit de pan en laat uitstomen in een vergiet. Breng het water in de pan opnieuw aan de kook.



3. Pasta koken

Voeg **2/3e van de orecchiette** toe (of meer bij grote trek) zodra het water weer kookt. Kook de **pasta** in 10-11min beetgaar en vang bij het afgieten **150ml kookwater** op. Doe de **pasta** terug in de pan.



4. Saus maken

Klop **1 ei** met de **helft van de slagroom** tot een gladde **sous**. Breng op smaak met peper en zout. Verhit een droge, grote koekenpan op middelhoog vuur en bak de **spekjes** 3-4min totdat ze goudbruin zijn. Voeg de **prei** toe en bak 1-2min mee. Bewaar het **2e ei** en de **rest van de slagroom** voor een ander recept.



5. Topping voorbereiden

Hak de **peterselie** grof en rasp de **kaas** fijn.



6. Pasta serveren

Doe de **broccoli** bij de pan met **spek** en warm in 1-2min op. Doe **groenten** en **spekjes** bij de **pasta** in de pan en voeg de **sous** en **75-100ml kookwater** toe. Roer door en laat 1min zo staan. Roer de **geraspte kaas** door de **pasta** en voeg evt. meer **kookwater** toe. Proef en breng op smaak met peper en zout. Schep de **pasta** op en bestrooi met de **peterselie**.