

**Kochen**

**Martin Gehrlein**

**Dienstag, 12.03.2024**

**Spaghetti Carbonara mit Bärlauch**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

- 1 Bund Bärlauch (ca. 100 g)
- 4 Eier (Größe M)
- 60 g Parmesan
- 40 g Pecorino
- 1 Biozitrone
- 200 g Speck, durchwachsen (in 0,5 cm dicken Scheiben, oder Guanciale, siehe Tipp)
- 1 EL Olivenöl
- etwas Salz
- etwas Pfeffer
- 500 g Spaghetti, Linguine oder Penne



**Zubereitung:**

1. Bärlauch abbrausen, trockenschleudern und grob schneiden.
2. Bärlauch und Eier mit einem Schneidstab fein pürieren und in eine große Schüssel geben.
3. Parmesan und Pecorino fein reiben und unter die Bärlauch-Eier rühren.
4. Zitrone heiß abbrausen, trocknen und 1-2 TL Schale fein abreiben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen.
5. Zitronenschale und Saft unter die Bärlauch-Eier rühren.
6. Speck quer in feine Streifen schneiden.
7. Olivenöl in eine große Pfanne geben und erhitzen. Speck darin bei mittlerer Hitze knusprig braten. Pfanne von der Kochstelle nehmen und beiseitestellen.
8. Inzwischen reichlich Salzwasser in einem großen Topf geben und aufkochen. Nudeln darin nach Packungsanweisung bissfest kochen.
9. Etwa 1-2 kleine Schöpfkellen Nudelwasser abschöpfen und beiseitestellen. Nudeln abgießen.
10. Nudeln sofort in die Schüssel zu den Bärlauch-Eiern geben und nicht zu stark rühren, sodass eine cremige Verbindung entsteht. Ist die Nudel-Ei-Masse nicht cremig genug, nach und nach noch etwas von dem Nudelwasser unterrühren.
11. Speck ebenfalls vorsichtig unterheben. Mit (wenig Salz) und Pfeffer würzen.
12. Carbonara auf vorgewärmten Tellern anrichten und sofort servieren

**Tipp:** Wer möchte kann auch nur die Eigelbe verwenden. Dann das übrige Eiweiß entweder einfrieren oder für Bauernfrühstück, Omelett oder Rührei verwenden. Guanciale ist ein italienischer, luftgetrockneter Speck aus der Schweinebacke. Er wird traditionell in Würfel oder Streifen geschnitten und als Zutat z. B. Spaghetti Carbonara oder Amatriciana verwendet.