

# Spaghetti Carbonara mit Blattspinat



- **Küche:** Italienisch
- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Wer kennt sie nicht, die Spaghetti Carbonara, hier zusätzlich lecker mit Blattspinat ergänzt

## Zutaten

- 500 g Spaghetti
- 1,2 kg frischer, junger Blattspinat (Oder 250 g T.K. Blattspinat)
- 100 g durchwachsener Speck
- 2 Knoblauchzehen, gehackt
- 4 Eigelb
- 1/8 l flüssige Sahne
- 50 g geriebener Parmesan vom Stück
- Etwas Olivenöl
- Salz, Pfeffer

## Zubereitungsart

### **Schritt1**

Die Vorbereitungen:

### **Schritt2**

Die Spaghetti in Salzwasser "bissfest" kochen.

### **Schritt3**

Die Eigelbe mit der Sahne und der Hälfte des Parmesans verquirlen.

### **Schritt4**

Den frischen Blattspinat gründlich in reichlich Wasser waschen; und auf einem Küchentuch trocknen.

### **Schritt5**

Der Ansatz:

### **Schritt6**

Den Speck in dünne Streifen schneiden und den Knoblauch fein würfeln. Beides in etwas Olivenöl anbraten, leicht Farbe nehmen lassen. Den vorbereiteten Spinat dazu geben, pfeffern und mit etwas geriebener Muskatnuss würzen.

### **Schritt7**

Bei geschlossenem Deckel kurz 1 - 2 min. dünsten, vom Feuer nehmen..Die Spaghetti abschütten, direkt zum Spinat geben,

### **Schritt8**

unterheben.

### **Schritt9**

Die Eigelbe sowie die Sahne - Parmesanmischung dazu geben, gleichmäßig vermengen.

### **Schritt10**

Anrichtevorschlag:

### **Schritt11**

Die Spaghetti Carbonara portionsweise anrichten und die zweite Hälfte des Parmesans gleichmäßig über jede Portion streuen.

### **Schritt12**

Zusätzlich gebe ich einen frischen, bunten Salat in einer Kräutervinaigrette nach Jahreszeit und Marktangebot.

**Rezeptart:** Nudelrezepte **Tags:** einfach, hausgemacht, pasta, preiswert

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Energie (kcal)720
- Fett (g)28
- KH (g)88
- Eiweiss (g)29
- Ballast (g)8
- Zucker (g)2

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spaghetti-carbonara-mit-blattspinat/>