



POLETTO

ITALIENS KÜCHE

Sternköchin Cornelia Poletto zeigt in unserer Serie, wie die leckersten Rezepte aus Bella Italia garantiert gelingen. Zum Sammeln und Genießen!



Einfach ausschneiden und sammeln

FOLGE **84**

Linguine

mit Spargel-Carbonara und Tiroler Speck





Cornelia Poletto schneidet die Spargelenden großzügig ab



Die Eigelb-Käse-Mischung wird unter die Linguine gemischt

Linguine

mit Spargel-Carbonara und Tiroler Speck

SCHWIERIGKEITSGRAD: mittel

ZUBEREITUNGSZEIT: ca. 45 Minuten

Zutaten (für 4 Portionen):

Für die Carbonara: 400 g grüner Spargel, Meersalz, 2 Schalotten, 1 Knoblauchzehe, 120 g Tiroler Speck (in ca. 3 mm dicken Scheiben), 6 Eigelb, schwarzer Pfeffer aus der Mühle, je 50 g Pecorino- und Parmesankäse, 2–3 Stiele glatte Petersilie, 20 g Butter.

Außerdem: 400 g Linguine (flache Spaghetti), Meersalz, einige glatte Petersilienblättchen zum Garnieren.

1 Die grünen Spargelstangen waschen, portionsweise auf einem Brett nebeneinanderlegen und die Enden großzügig abschneiden. Anschließend die Stangen in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, Spitzenganz lassen. In kochendem gesalzenem Wasser ca. 3 Minuten bissfest garen, in eiskaltem Wasser abschrecken und abtropfen lassen.

2 Die Linguine in einem großen breiten Topf in reichlich gesalzenem Wasser bissfest kochen.

3 Inzwischen die Schalotten und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. Den Tiroler Speck in Streifen schneiden.

4 Die Eigelbe in einer Schüssel verschlagen. Mit etwas Meersalz und reichlich Pfeffer würzen. Pecorino- und Parmesankäse fein reiben. Unter die verschlagenen Eigelbe rühren. Die Petersilienblättchen von den Stängeln zupfen, fein schneiden und zugeben.

5 Tiroler Speckstreifen in heißer Butter in einer großen Pfanne mit hohem Rand kurz anbraten. Die Linguine abgießen, kurz abtropfen lassen, dabei ca. $\frac{1}{8}$ l Kochwasser auffangen. Linguine und Spargel zum Speck geben. Circa 100 ml Kochwasser unter die Eigelb-Käse-Mischung rühren, diese zu den Linguine gießen, dabei alles schnell und gründlich vermischen. Nicht mehr erhitzen. Nach Wunsch noch etwas heißes Kochwasser zufügen. Mit Meersalz und Pfeffer abschmecken und auf vier vorgewärmten Tellern verteilen. Mit Petersilienblättchen garnieren und sofort servieren.

Pro Portion: ca. 800 kcal, 37 g Eiweiß, 37 g Fett, 71 g Kohlenhydrate

Haben Sie ein Rezept aus unserer Serie mit Cornelia Poletto (www.cornelia-poletto.de) verpasst? Unter www.fuersie.de/poletto können Sie alle bisher erschienenen Folgen herunterladen.

Polettos Wein-Tipp



Hierzu empfiehlt Cornelia Polettos Sommelier Dirk Pauleweit einen Weißwein aus dem Piemont: „Der 2009 Roero Arneis DOCG Bricco delle Ciliegi ist ausdrucksstark und kräftig sowie trocken und elegant, mit außergewöhnlich feiner Frucht, einer erfrischenden Säure und einem angenehmen Nachhall.“ Für ca. 9,90 Euro pro Flasche zu bestellen über fam@poletto.de oder Tel. 0 40/4 80 21 59.