Das Originalrezept für Spaghetti Carbonara mit gebratenen Speck-Würfeln (Pancetta)

Spaghetti Carbonara mit gebratenen Pancetta-Würfeln

Leicht | 2 Portionen | 30 min.



Carbonara ist eine klassische italienische Sauce für Pasta. Cremig und fluffig – und auf jeden Fall ganz ohne Sahne! Wenn du das Gericht nach original italienischem Rezept zubereitest, weißt du sofort, warum der Saucen-Klassiker so beliebt ist.

Alla Carbonara bedeutet übersetzt übrigens „nach Köhler Art“, denn der Legende nach aßen Köhler (ein traditioneller Handwerksberuf zur Holzkohleherstellung) das Pasta-Gericht mit der schmackhaften Ei-Parmesan-Sauce in ihren Arbeitspausen. Es gibt auch andere Erklärungen zur Herkunft der Spaghetti Carbonara – aber ganz ohne Zweifel ist es heute ein bekanntes und beliebtes Gericht in Latium, der Gegend um Rom.

Zutaten

200g Spaghetti

150 g Pancetta

3 Eigelb

40 g Parmesan

1 Knoblauchzehe

Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen

Etwas Olivenöl

Einige Stängel glatte Petersilie (optional)

Schritt 1: Die Vorbereitung

Zuerst den Parmesan mit der Küchenmaschine oder einer Parmesanreibe fein reiben. Nun die Eier vorsichtig aufschlagen und Eiweiß und Eigelb trennen. Das Eiweiß benötigst du für dieses Rezept nicht – am besten du stellst es im Kühlschrank zur Seite. Jetzt verquirlst du das Eigelb mit dem frisch gemahlenen Pfeffer und dem geriebenen Parmesan. Nun die Knoblauchzehen sehr fein hacken.(Optional kannst du einige Petersilienstängel waschen, die Blätter entfernen und auch fein hacken.)

Schritt 2: Die Spaghetti kochen

Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen und die Spaghetti hinzugeben. Die Spaghetti sollten gar, aber noch bissfest – also al dente sein. Zur Probe nimmst du einen einzelnen Spaghetti aus dem Kochwasser und testest, ob er schon gar ist.

Schritt 3: Den Pancetta anbraten

Pancetta ist ein Schweinebauchspeck aus Italien. Er wird gesalzen, luftgetrocknet oder geräuchert. In manchen Regionen wird er auch mit Rosmarin, Fenchel oder Salbei gewürzt. Pancetta enthält viel Fett, deshalb braten oder grillen Italiener ihn gern, und er eignet sich auch gut für die Zubereitung von Saucen. Für original italienische Spaghetti Carbonara ist Pancetta ein Muss. Manchmal ist die Pancetta-Rinde hart. Dann solltest du sie entfernen. Den Rest mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden. Nun gibst du ihn in eine heiße Pfanne, zerlässt somit langsam das Fett und brätst den Pancetta dann kross an.

Schritt 4: Die Spaghetti Carbonara zubereiten

Nun kommen die gekochten Spaghetti zum Pancetta in die Pfanne. Danach gibst du gehackten Knoblauch und die verquirlte Eier-Parmesanmischung und etwa eine Kelle vom Kochwasser der Spaghetti dazu. Alles vorsichtig verrühren, bis die Carbonara die richtige Konsistenz (cremig … molto delicato!) hat.

Schritt 5: Das Finale

Zum Schluss fügst du noch einen beherzten Schuss Olivenöl hinzu. Nicht zu lange auf dem Herd lassen – alle Spaghetti sollten schön cremig umhüllt sein, das Ei sollte aber nicht stocken. Nun drehst du die Spaghetti im Topf mit einer großen Gabel (am besten geht eine große Fleischgabel) in der Sauce und streifst sie anschließend vorsichtig auf den Teller. Nun noch ein bis zwei Esslöffel gebratene Pancetta-Würfel darüber und je nach Gusto etwas gehackte Petersilie. Buon Appetito!

Diese und weitere leckere Rezeptideen findest du auf:
www.orodiparma.de/italienische-rezepte