

Spaghetti Carbonara

ZUSÄTZLICHE HILFSMITTEL: Trennfettspray

INFORMATIONEN zu Nährwerten und Kalorien sowie vertiefendes Fachwissen finden Sie hier:



Cherrytomaten mit Pestocreme

Rezept Seite 60 (analog Tomatenwürfel; in Kugelform)

Speckwürfel

Rezept Seite 55

Spaghetti (IDDSI-Stufe 4)

	2 PORT.	10 PORT.
Wasser	300 g	1500 g
Salz	2 g	10 g
Gemüsebrühe, Instant	2,5 g	12,5 g
Meisgrieß (mittel)	30 g	150 g
Hartweizengrieß (fein)	30 g	150 g
Olivendöl	10 g	50 g

ZUBEREITUNG: Wasser, Salz und Gemüsebrühe aufkochen. Meis- und Hartweizengrieß einrieseln lassen, Topf vom Herd ziehen, mit einem Schneebesen verrühren und 10 Minuten quellen lassen. Olivenöl zugeben und anschließend die Masse ca. 3 Minuten kräftig durchmischen, durch ein Passiersieb streichen und auf ein mit Trennfett eingespritztes Blech gießen. Gut mit Frischhaltefolie bedecken und kalt stellen.

ALLERGENE: Gluten (Weizen), Sellene

Sauce Carbonara (IDDSI-Stufe 3)

	2 PORT.	10 PORT.
geräucherter Bauchspeck, gewürfelt	100 g	500 g
Zwiebeln, gewürfelt	30 g	150 g
Vollrahm	200 g	1000 g
Protein resource ¹	10 g	50 g
Instant		
Maltodextrin resource	10 g	50 g
Instant		

ZUBEREITUNG: Bauchspeckwürfel in einer Pfanne auslassen, bis eine leichte Bräunung entsteht. Anschließend überschüssiges Fett abgießen, Zwiebelwürfel zugeben und mäßig ansen. Vollrahm aufgießen und bei mäßiger Hitze auf die Hälfte der Flüssigkeit reduzieren. Protein und Maltodextrin zugeben, die Sauce mixen und durch ein feines Spitzsieb passieren.

ALLERGENE: Milch, Soja¹

Zwiebelwürfel (IDDSI-Stufe 4)

	2 PORT.	10 PORT.
Zwiebeln, gewürfelt	50 g	250 g
Rapsöl (HOLL)	5 g	25 g
Weißwein ¹	50 g	250 g
heller Balsamicoessig ¹	5 g	25 g
Vollrahm	50 g	250 g
Zucker	5 g	25 g
Salz	2 g	10 g
Agar	1,8 g	9 g

ZUBEREITUNG: Zwiebelwürfel bei schwacher Hitze in Rapsöl anschwitzen. Mit Weißwein und Balsamicoessig ablöschen, Vollrahm, Zucker und Salz zugeben und bei mäßiger Hitze auf die Hälfte der Flüssigkeit einkochen. Die Masse mixen und durch ein feines Spitzsieb passieren. Agar in die Zwiebelmasse mixen und einmal aufkochen. Zwiebelmasse auf ein mit Frischhaltefolie ausgelegtes Blech gießen und abgedeckt kalt stellen.

ALLERGENE: Milch, Sulfit¹

Anrichten

Gekühlte Spaghetti-Masse in eine Vermicelles Presse füllen und direkt mittig auf einen Teller spritzen. Den Teller im Ofen mit Frischhaltefolie bedeckt (bei 80 °C Heißluft / 40 % Dampf) regenerieren. Spaghetti mit der Carbonara-Sauce ragnern, Zwiebelmasse in kleine Würfel schneiden und mit den Speckwürfeln über die Sauce streuen, mit den Cherrytomaten garnieren.

Hier finden Sie einen Miniclip zum Thema Spaghetti Carbonara:

