

Spaghetti Carbonara Vegi

Italien (für 4 Personen)

Zutaten:

- 700g Spaghetti Nr. 5
- 120g getrocknete Tomaten
- 100g Parmesankäse
- 5 Eier
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Vorbereitung:

- Die Dörrotomaten in Längsstreifen schneiden. Falls sie nicht in Öl eingelegt waren, mit etwas Olivenöl einreiben und eine Zeit einweichen lassen.
- Die Zwiebel in feine Streifen schneiden.
- Den Knoblauch klein schneiden.
- Die Eier in einer Schale mit einer Gabel verquirlen.
- Parmesankäse reiben und mit den Eiern gut mischen. Mit reichlich Pfeffer würzen.

Zubereitung:

- Die Spaghetti in einer grossen Pfanne im Salzwasser mit einem Schuss Öl al dente kochen und gut abtropfen. 1dl Kochwasser beiseitestellen und abkühlen lassen. Die Spaghetti zusammen mit etwas Öl wieder in die Pfanne geben.
- Parallel dazu die Zwiebeln in der Bratpfanne im Öl kurz dünsten. Die Dörrotomaten und den Knoblauch zugeben und knapp 10 Minuten sachte mitbraten (nicht zu heiss).
- Das lauwarme Kochwasser in die Ei-Käse-Mischung geben und dann zusammen mit den Tomaten und Zwiebeln in die heissen Spaghetti in der Pfanne unterrühren.
- In eine vorgewärmte Schale geben und sofort heiss servieren. Auf dem Teller Reibkäse darüber streuen.

Tipp:

- Im Öl eingelegte getrocknete Tomaten sind wohl geeigneter als trockene, weil letztere dazu neigen, beim Braten anzubrennen.
- Die getrockneten Tomaten, Zwiebel und Knoblauch ersetzen den sonst üblichen Speck.
- Wichtig ist, dass die Ei-Masse nicht gerinnt, sondern an den Spaghetti klebt.

