Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Espaguetis a la carbonara original

2 raciones 1041 kcal

Ingredientes

- **200gr** de espaguetis
- **2** Yemas de huevos
- **130gr** Pancetta o papada
- **70gr** Queso idiazabal (de oveja ahumado) rallado
- **1** Chorrito de vino oloroso de jerez
- **2** Ajos
- **2** Chalotas o cebolla fresca
- **1** Guindilla (opcional)
- Aove
- Sal
- Pimienta

POR RACIÓN

Proteínas	**38 g**
Grasas	**61 g**
Hidratos	**82 g**
Fibra	**4,4 g**

Elaboración

1. En una cacerola ponemos agua, sal y un chorrito de aove a fuego medio-alto y añadimos los espaguetis 3 min. (dejamos la pasta al dente)
2. Escurrimos (reservamos parte del agua de cocción) y ponemos un chorrito de aove para que no se nos peguen, reservamos
3. Cortamos el ajo, la cebolla morada, la guindilla (importante quitarle los nervios de dentro porque eso es lo que más pica) en brunoise
4. En una sartén ponemos un chorrito de aove, añadimos el ajo y sofreímos, a continuación la cebolla y sofreímos
5. Cuando esta todo bien pochado, retiramos del fuego y cortamos la pancetta a bastoncitos
6. Cascamos los huevos y en un bol ponemos solo las yemas, batimos, añadimos sal, pimienta, el queso rallado, un poquito de ralladura de limón
7. Ponemos de nuevo la sartén al fuego y agregamos la pancetta a fuego medio hasta que esté doradita, agregamos la pasta y dos rodajitas de guindilla (opcional), el vino de jerez oloroso y ponemos un min. más al fuego

8. En el bol donde tenemos las yemas y demás ingredientes, añadimos un chorrito del agua de cocción y removemos
9. Agregamos los ingredientes del bol a la cacerola con la pasta y removemos para integrar bien los ingredientes, bien rápido para que no se cuajen las yemas. Y por último le agregamos un chorrito mas del agua de cocción
10. Terminamos de mover y servimos

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya