



Gewichtsconsulente
Henriëtte Kwant

Tagliatelle carbonara met paddenstoelen

Informatie

4 personen

Bereidingsduur 25 minuten

Hoofdgerecht

Ingrediënten

- 250 g tagliatelle, volkoren/vezelrijk heeft voorkeur
- 125 g gerookte spekreepjes
- 400 – 500 g paddenstoelen
- 125 ml slagroom light
- 3 eidooiers
- 50 g Parmezaanse kaas (stukje)
- 1 snufje zwarte peper
- 1 snufje zout
- 1 snufje peper



Bereiding

1. Kook de pasta in ruim water volgens de aanwijzingen op de verpakking beetgaar.
2. Bak de spekreepjes in een droge koekenpan (geen boter/olie) in 4 minuten goudbruin. Voeg de paddenstoelen toe en bak ze 6 min. mee. Draai het vuur uit.
3. Klop intussen de slagroom light met de eidooiers in een kom glad. Voeg 6 el geraspte kaas toe en maal er royaal zwarte peper boven.
4. Giet de pasta af en doe bij de spekreepjes met de paddenstoelen in de pan. Schenk het eiroommengsel erbij en schep snel om. Breng op smaak met zout en peper.
5. Verdeel de pasta over 4 diepe borden en bestrooi met nog een beetje geraspte kaas
6. Eet hier een flinke portie gemengde salade bij, breng deze op smaak met snuf zout, balsamicoazijn en klein beetje olijfolie.

Voedingswaarde per persoon

Energie: 542 kcal

Bron: Hallo Jumbo