



CALORIES*
484

INFORMACIÓ NUTRICIONAL (per ració)

16,2	Proteïna
48,3	Hidrats de Carboni
24,4	Greix totals
9,7	Greix saturat
10,1	Greix monoinsaturat
2,6	Greix polinsaturat
0,04	Colesterol
3,4	Fibra Alimentària
0,38	Sodi

AL·LÈRGENS
gluten, lactosa



25'



4 PAX

DIFICULTAT
BAIXA



ESPORTIVA

* calories per ració



PASTA

ESPAGUETI CARBONARA AMB TÒFONA

PONS

UTILITZEM:

MARIDEM:



PONS SELECCIÓ FAMILIAR
OOVE Arbequina



PONS INFUSIONAT AMB TÒFONA BLANCA
OOVE infusionat amb Tòfona Blanca



PONS INFUSIONAT AMB TÒFONA NEGRA
OOVE infusionat amb Tòfona Negra



JAN PETIT
Vi negre



ALGÉS
Vi negre



FLOCS
Cava Brut

INGREDIENTS

- 250 g Espagueti
- 50 g Bacó
- 60 g Ceba neta
- 250 g Nata culinària
- 50 g Formatge Parmesà
- Pons Selección Familiar OOVE Arbequina
- pons infusionat amb Tòfona Blanca/Negra
- 12 g Tòfona
- Sal
- Pebre

ÚTILS



Olla



Sauté



Puntilla i fusta de tall



Ratlador/laminador

OBSERVACIONS

*Per mantenir el gust de la pasta mai s'ha de refredar en aigua. Per refredar-los, estirar un cop escorreguts en una superfície plana i, amanir-los amb un raig d'oli Selecció Familiar Arbequina Pons per tal que no s'enganxin entre ells.

ELABORACIÓ

- Afegim els espagueti en una olla amb força aigua bullent amb un potsim generós de sal i un raig d'oli Pons Selección Familiar OOVE Arbequina.
- Bullim el conjunt el temps que indica el fabricant (en funció si és seca, fresca...).
- Escórrer i reservar els espagueti sense refredar en aigua.*

Salsa carbonara:

- Disposem la ceba brunoise i el bacó a tires fines en una sàuté amb un raig d'oli Selecció Familiar Arbequina Pons. El foc ha d'estar mig/baix. 🔥
- Afegim la nata culinària i deixar bullir durant 3 minuts. Tastar; rectificar de sal i pebre. 🔥
- Incorporem els espagueti a la salsa remenant el conjunt per tal d'integrar els ingredients. 🔥
- Apaguem el foc i, immediatament afegim al conjunt un rovell d'ou cru i remenam fins que la salsa quedi cremosa. **(És molt important fer aquesta operació amb el foc apagat per tal que el rovell no qualli per l'ebullició i faci grumolls a la salsa).**
- Empletem els espagueti.
- Rattlem el formatge Parmesà a sobre de la pasta.
- Rattlem la tòfona fresca a sobre del conjunt.
- Amanim el plat amb un raig d'oli Pons infusionat amb Tòfona Blanca/Negra.



Foc Alt



Foc Mig



Foc Baix