

# Pasta Cacio e Pepe

## Zutaten | 4 Portionen

Spagetti
Pecorino oder Parmesan
frisch gemalener schwarzer Pfeffer
Salz für Nudelwasser

Zubereitungszeit: 30 Min.

- Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Spaghetti al dente garen.
- Währenddessen den frisch gemahlene Pfeffer in einer großen Pfanne ohne Fett kurz anrösten, bis er intensiv duftet.
- Pecorino oder Parmesan reiben, in eine große Schüssel geben und mit etwas heißem Nudelwasser zu einer cremigen Paste verrühren.
- Pasta kombinieren
- Die fertigen Nudeln direkt aus dem Wasser in die Pfanne geben (etwas Kochwasser aufheben!).
- Dann die Käsecreme einrühren und nach und nach etwas Nudelwasser hinzufügen, bis eine

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von ca. 100 g:

## Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
180 kcal	5,8 g	24 g	9,2 g	180 mg