

## Spaghetti carbonara met pompoen



30 minuten



1 persoon



### VOEDINGSWAARDE

Energie	594 Kcal
Koolhydraten	42.8 g
Eiwitten	25.5 g
Vet	34.1 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

### INGREDIËNTEN

- 60 g volkoren spaghetti
- 30 g magere spekreepjes
- 150 g pompoen
- 20 g Parmezaanse kaas
- 2 el kookroom light
- 1 teentje knoflook
- 1 ½ el olijfolie
- 5 g platte peterselie

### BEREIDINGSWIJZE

Verwarm de oven voor op 200 °C. Kook de spaghetti zoals vermeld op de verpakking. Schil en snijd de pompoen in blokjes van circa 1 cm en pers de knoflook. Verdeel de pompoenblokjes over een met bakpapier bekleedde bakplaat. Besprenkel met 1 el olijfolie, breng op smaak met peper en zout en hussel goed door elkaar. Zet voor circa 20-25 minuten in de oven en schep halverwege om. Verhit overige olijfolie in een koekenpan en bak hierin de knoflook en magere spekreepjes circa 5-6 minuten. Schenk de kookroom erbij en laat kort inkoken. Voeg de spaghetti en pompoenblokjes toe en garneer met de Parmezaanse kaas en platte peterselie.