

# Wielerrecepten

Op deze pagina geeft Luigi Prontera, eigenaar en chefkok van [restorante Davide](#) in Mol, elke maand een eenvoudig maar lekker klaar te maken wielerrecept. Een menu dat zeker ook door jeugdrenners kan worden gesmaakt!

## Spaghetti Carrbonara

Voor 4 personen



- 250 gr Spaghetti
- 4 Eieren
- 30gr Spekblokjes
- 10gr Peterselie
- 20gr Geraspte kaas ( Parmesan )
- 2cl Olijfolie
- Peper en Zout.

### BEREIDING:

in een grote kom eieren, kaas, peterselie, peper en zout doorkloppen tot een vloeïende massa.

Pasta laten koken **BEETGAAR**. Mag niet te plat zijn.

Laat ondertussen in een braadpan het spek bruinen in een scheut olijfolie.

Gooi de pasta, als deze klaar is, klaar in de braadpan samen met de eierenmassa.

Goed roeren op een laag vuurtje tot het bijna droog wordt.

Serveren op een bord met een beetje kaas en peper.

*BUON APPETITO!*  
**Luigi**



**LUIGI PRONTERA** is al jaren eigenaar en chef-kok van het Italiaanse [restaurant Davide](#) in het centrum van Mol.

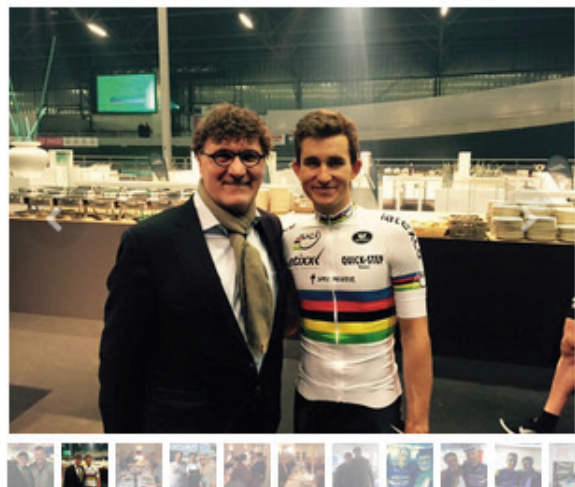
Als wielersfanaat heeft hij veel vrienden binnen het wielermilieu.

Hierdoor kan je regelmatig toprenners in zijn restaurant aantreffen.

Onder andere Tom Boonen, Matteo Trentin, Marcel Kittel en Michal Kwiatkowski zijn als ze in het land zijn, graag geziene gasten. Maar ook Johan Museeuw en Freddy Maertens behoren tot zijn klanten.

Luigi verzorgt ook steeds het middagmaal voor de profs bij de benefietwedstrijd 'Boonen & Friends'.

Hij is dan ook de ideale kok om typische wielergerechten aan u te serveren!



Kloosterstraat 11  
2400 MOL  
T +32 (0)14/70 88 03  
[www.davide.be](http://www.davide.be)

Meer tips over fietsen vind je op [www.tipsvoorfietsers.be](http://www.tipsvoorfietsers.be)

TIPS VOOR  
**FIETSERS**.be