

SELBSTGEMACHTE NUDELN



Zutaten (für 4 Personen)

- 200 g Mehl Type 405
- 2 Eier (sie sollten Zimmertemperatur haben)
- 1 Teelöffel Olivenöl
- ggf. etwas Wasser

Zubereitung

Gib das Mehl in eine Schüssel, füge Eier und Öl in der Mitte hinzu und vermische alles mit einer Gabel, so dass ein krümeliger Teig entsteht.

Forme daraus mit den Händen drei Kugeln.

Der Teig muss 10 Minuten ausgiebig geknetet werden. Dabei wird er elastisch und glänzend und sollte nicht an den Händen kleben. Ist der Teig zu trocken, füge etwas lauwarmes Wasser hinzu. Ist er zu feucht, ergänze noch etwas Mehl und knete alles erneut gründlich durch.

Lasse die Teigkugeln 30 Minuten ruhen. Damit sie nicht austrocknen, lege sie auf einen großen Teller und stülpe eine Schüssel oder einen Topf darüber.

Nach der Wartezeit kann der Teig portionsweise weiterverarbeitet werden. Decke den nicht benötigten Teig immer wieder zu, da er sonst schnell austrocknet.

Nudeln ausrollen mit dem Nudelholz

Walze den Teig mit einem Nudelholz auf eine Dicke von etwa zwei bis drei Millimetern aus. Abhängig von der Nudelform kannst du den Teig in passende Stücke teilen. Für Ravioli eignen sich kleine Gläser oder runde Förmchen zum Ausstechen. Für andere Sorten benötigst du ein Messer oder ein Teiggrädchen.

Bandnudeln schneidest du in etwa ein Zentimeter breite Streifen. Noch einfacher geht es, wenn du den ausgewalzten Teig gut bemehlst und zusammenrollst. Schneide ihn nun vorsichtig mit dem Messer in Scheiben. Eine Breite von 0,5 Zentimeter sind mit der Wickelmethode gar kein Problem.



Nudeln färben

Rote Nudeln

Für rote Nudeln einfach das Wasser für den Teig mit 100 ml Rote-Bete-Saft tauschen. Das sorgt für eine intensive Farbe und guten Geschmack!

Orange Nudeln

Verwende hierzu gekochte und pürierte Möhren, die Du unter den Teig knetest. Für ein dunkles Orange bieten sich passierte Tomaten oder Tomatenmark (1 EL) an.

Gelbe Nudeln

Möchtest du deine Nudeln gelb färben? Dann 2 g Safran oder 1 TL Kurkuma mit 2 EL Wasser mischen, zum Teig geben und schön durchkneten.

Grüne Nudeln

Für intensiv-grünen Nudelteig einfach 100 g frischen Spinat kurz für 1 min in Salzwasser kochen, abtropfen lassen (das nennt man blanchieren) und anschließend pürieren. Der Spinatbrei kann anschließend an Stelle des Wassers in den Teig eingearbeitet werden.



BOLOGNESE/TOMATEN-SAUCE



Zutaten (für 4 Personen)

- 2 Zwiebeln
- 1 Karotte
- $\frac{1}{4}$ Knolle/n Sellerie
- 1 Knoblauchzehe(n)
- 1 Lorbeerblatt
- Salz, Pfeffer, Paprikapulver
- Olivenöl
- 300 g Hackfleisch vom Rind
- 1 Dose Tomatenstücke (Füllmenge 400 g)
- 4 EL Tomatenmark
- $\frac{1}{4}$ Liter Brühe
- evtl. Sahne, ca. 100 ml
- Parmesan, frisch gerieben

Zubereitung

Zwiebeln, Karotte, Sellerie und Knoblauch sehr fein würfeln. In einer großen Pfanne das Gemüse mit Lorbeerblatt und Salz in Öl anbraten. Das Gemüse soll ruhig Farbe nehmen, dadurch schmeckt es aromatischer. Wenn das Gemüse gar ist alles mit einem Stabmixer pürieren.

Das Hackfleisch in einer separaten Pfanne anbraten, würzen und zugeben. Tomatenmark, Dosentomaten und Brühe zufügen und mit Salz, Pfeffer und Paprika würzen.

Mindestens eine halbe Stunde köcheln lassen. Zum Schluss noch die Sahne zugeben.

➤ Für die vegetarische Variante das Hackfleisch einfach weglassen.