



Von Safran bis Balsamico

Nudelteig selber machen: 5 Rezepte für leckere, frische Pasta

Neue Post | 10.04.2018

Sie möchten Nudeln nicht abgepackt im Supermarkt kaufen, sondern den Teig einfach selbst herstellen? Mit diesen Rezepten klappt das im Handumdrehen.



Den Nudelteig für Ihre Pasta selbst herzustellen ist ein Kinderspiel. Mithilfe einer Nudelmaschine lässt sich dieser dann auch schnell in Form bringen.
Foto: simarik / iStock

Inhalt

1. Nudelteig herstellen: Das Grundrezept
2. Kräuter geben ihm eine sattgrüne Farbe
3. Mit Safran den Teig verfeinern

4. Nudelteig mit Balsamico - so geht's

5. Rote Bete für Ihre selbst gemachte Pasta

Mehl, Grieß, Eier und etwas Öl, mehr braucht es nicht, um die Herzen aller Pasta-Liebhaber höherschlagen zu lassen. Sie müssen lediglich alles noch verkneten, kochen, schneiden und genießen. Wer mag, bringt dabei auch ganz leicht Abwechslung ins Spiel: Wir haben vier Varianten des Grundrezepts getestet, mit denen Ihre Pasta nicht nur lecker, sondern auch schön bunt wird - und das auf ganz natürliche Weise, ohne künstliche Zusatzstoffe!

Nudelteig herstellen: Das Grundrezept

150 Gramm Mehl, einen Teelöffel Salz und 150 Gramm Hartweizengrieß vermengen und in die Mitte eine Mulde drücken. 3 **Eier** und 1-2 Esslöffel Öl verquirlen, in die Mulde geben. Zutaten mit den Knethaken des Handrührgerätes zu einem glatten Teig verkneten, dann mit den Händen circa 5 Minuten durchkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln, circa 30 Minuten kalt stellen.

Den Teig dann durch eine Nudelmaschine walzen oder auf einer bemehlten Fläche 2-3 Millimeter dünn ausrollen. Dann in die gewünschte Form schneiden, zum Beispiel zu Tagliatelle. In kochendem Salzwasser circa 2 Minuten garen.

Sehen Sie hier, wie Ihre Nudeln besonders schnell gar werden (Artikel geht unten weiter):

Kräuter geben ihm eine sattgrüne Farbe

Von circa 100 Gramm **Petersilie** und circa 75 Gramm **Basilikum** die Blättchen abzupfen und grob hacken. Eier, Kräuter und Öl fein pürieren, damit den Nudelteig herstellen (siehe Grundrezept oben). Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und circa 30 Minuten kalt stellen. In Form schneiden und garen.

Mit Safran den Teig verfeinern

2-3 Esslöffel Wasser und ein Döschen (0,1 Gramm) Safranfäden in einem kleinen Topf aufkochen, vom Herd nehmen und auskühlen lassen. Eier, Safran und Öl verquirlen und damit den Nudelteig herstellen (siehe Grundrezept oben). Teig in Frischhaltefolie wickeln, circa 30 Minuten kalt stellen und zubereiten.

Lesen Sie auch:



Leckere Rezepte

Fünf schnelle Nudelsoßen

Diese leckeren Soßen machen die Nudelgerichte zum Genuss im Alltag!

Nudelteig mit Balsamico - so geht's

Eier, 2 Esslöffel Balsamicocreme und Öl verrühren, damit den Nudelteig herstellen (siehe Grundrezept oben). Teig in Frischhaltefolie wickeln und etwa 30 Minuten kalt stellen. Dann in Form schneiden und in kochendem Salzwasser garen.

Rote Bete für Ihre selbst gemachte Pasta

100 Milliliter Rote-Bete-Saft offen auf circa 3 Esslöffel Flüssigkeit einkochen. Vom Herd nehmen. Eier, Saft und Öl verrühren, damit den Nudelteig herstellen (siehe Grundrezept oben). Teig in Frischhaltefolie wickeln, circa 30 Minuten kalt stellen, in Form schneiden. Beim Kochen etwas Saft mit ins Kochwasser geben, damit die Nudeln ihre Farbe behalten.

Weitere interessante Themen:

- **Bärlauchpesto: Diese drei Variationen sorgen für Abwechslung**
- **3 Kilo abnehmen: Die neue Nudel-Blitz-Diät**
- **Rezepte für die Gesundheit: Spaghetti gegen Bluthochdruck**

Copyright 2019 liebenswert-magazin.de. All rights reserved.