

Frische Pasta glutenfrei

für Tagliatelle, Ravioli, Farfalle e Tortellini.
mit/ohne Nudelmaschine



Teig

300 g Schär Mehl Farine
3 Eier Größe M
2 Eigelbe
50 ml Wasser oder in Gramm = 35 g
1 EL Öl

- Die Eier und Eigelbe in eine Rührschüssel geben und mit dem Wasser kurz verrühren
- Die 300 g Farine Mehl und den 1 EL Öl da zufügen
- mit den Knethaken 3 Minuten, bei mittlerer bis hohe Stufe, durchkneten.
- Nach den 3 Minuten Knetzeit haben sich aus der Masse große Streusel oder ein Teig Kloß gebildet
- Sollte, nach 3 Minuten Knetzeit, am Boden der Schüssel noch trockenes Mehl zu sehen sein, 1 EL Wasser zufügen und weiterkneten bis kein trockenes Mehl mehr zu sehen ist.
- Die Teig-Streusel aus der Rührschüssel auf eine Arbeitsfläche schütten und mit den Händen zu einem Teigkloß formen.
- Den Teig mit Frischhaltefolie oder –beutel verpacken und 30 Minuten ruhen lassen. Bei längerer Lagerung in den Kühlschrank legen, der Teig zieht im Kühlschrank nach einigen Stunden Lagerung etwas Wasser, ggf. dann ein wenig Mehl zufügen.
- Nach 30 Minuten Ruhezeit den Teig ausrollen. Der Teig lässt sich gut mit der Nudelmaschine bearbeiten. Entgegen glutenhaltigen Nudelteigen, sollte man bei glutenfreien Teigen, keine Stufe beim Auswalzen mit der Nudelmaschine auslassen. (Dem Teig fehlt halt die Elastizität des Glutens) Bei Stufe 5 ist der Teig optimal ausgewalzt. Bei höheren Stufen reißt der Teig.
- Eine mechanische Nudelmaschine sollte immer von 2 Personen bedient werden. Einer dreht die Kurbel, einer bearbeitet den Teig.
- Vor dem Ausrollen den Teig in ca. 8 Stücke teilen. Kleinere Teigstücke lassen sich besser bearbeiten (auch mit der Nudelmaschine).
- Der Teig kann aber auch mit dem Nudelholz, notfalls mit einer bemehlten Wein- oder Bierflasche, ausgerollt werden. Die Arbeitsfläche vor dem Ausrollen gut bemehlen. Der Teig sollte so dünn werden, dass man die einzelnen Finger durchsehen kann.
- **Tagliatelle ohne Nudelmaschine** Für Koch-Anfänger ohne Nudelmaschine sind Tagliatelle zum Kocheinstieg gut geeignet. Den Teig nach den Ausrollen locker aufrollen und mit einem scharfen Messer dünne Scheiben schneiden, dann auseinanderziehen, fertig sind die Tagliatelle.
- Kochzeit 4 – 5 Minuten in gut gesalzenen Wasser (kommt auf Stärke des Teiges an)

- **Ravioli mit Füllung**

- Die Füllung vorab zubereiten und abkühlen lassen. Die Farce zum Füllen sollte sehr fein sein und immer mit einer Trägermasse, z. B. Kartoffelpüreepulver oder Paniermehl gebunden werden.
- Den Teig in gleiche Teile ausrollen und die untere Seite vor dem Belegen mit einem verquirlten Ei bestreichen. Die Füllung mit 5 cm Abstand, mit einem Teelöffel oder mit einem Gefrierbeutel (Ecke abschneiden) aufbringen.
- Obere Teigplatte auflegen und die Zwischenräume andrücken
- Mit einem Teigradchen in 5 cm breit/lang Stücke schneiden. (Lineal ist hier sehr hilfreich)
- Kochzeit 4-5 Minuten in gut gesalzenen Wasser

- **Farfalle**

Den ausgerollten Teig mit dem Teigradchen in 5 x 5 cm große Teile schneiden und mit den Fingern in die typische Form zusammendrücken. Den Teig mindestens 15 Minuten vor dem Kochen trocknen lassen.

Hinweis

Bei Verwendung von Eiern mit der Größe L nur 2 Eier und 3 Eigelbe nehmen, ansonsten stimmt die Flüssigkeitsmenge nicht

Die Herstellung von Spagetti war mit diesem Teig bei mir nicht erfolgreich. Den rohen Teig kann man sehr gut in Portionen einfrieren. Einfrieren und Aufwärmen von gekochten Nudeln war eher schlecht. Auch das Trocknen der Nudeln ist, wegen des hohen Eigehaltenes, nicht zu empfehlen.

Anschaffung Nudelmaschine ja/nein?

Für Hobbyköche ja und wer Lust auf besonderen glutenfreien Genuss hat, sollte sich eine Nudelmaschine gönnen. Eine mechanische reicht vollkommen aus, wenn man einen Partner zum Drehen hat. Anschaffungskosten ca. 40 €.

Anmerkung: Dieses ist ein von mir vielfach erprobtes Rezept. Für das **Schär-Mehl Farine** kann ich das Gelingen garantieren. Es ist wirklich simpel in der Zubereitung und das Ergebnis ist tolle frische Pasta.

Herzlichst Ihre/eure

Ulrike Brusch

www.ulrike-brusch.de

