

Pasta Vegetaria

selbst gemachte Nudeln mit Brokkoli und Paprika Soße

etwa 4 Portionen



etwas Übung erforderlich



bis 80 Minuten



Zutaten:

Nudelteig:

350 g Weizenmehl
3 Eier (Größe M)
1 TL Speiseöl, z. B. Olivenöl
1 Pr. Salz
70 g Tomatenmark

Soße:

2 grüne Paprikaschoten
1 Zucchini
250 g Brokkoli
100 g Butter
1 EL Weizenmehl
250 ml Milch
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
1 Be. Dr. Oetker Crème fraîche
Classic
etwa 2 ½ EL gehackte,
gemischte Kräuter (frisch oder
tiefgekühlt)

Außerdem:

Salz
Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl

1 Nudelteig:

Mehl in eine Rührschüssel geben. Übrige Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) zunächst auf niedrigster, dann auf höchster Stufe zu einem Teig verarbeiten. Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche sorgfältig durchkneten (Teig darf nicht kleben). Teig mit einem feuchten Tuch zugedeckt 30 Min. ruhen lassen.

- 2 Teig in 4 Portionen teilen. Jede Portion auf leicht bemehlter Arbeitsfläche möglichst dünn ausrollen, leicht trocknen lassen, aufrollen und in schmale, etwa 1/2 cm breite Streifen schneiden. Teigspiralen nebeneinander ausbreiten und nochmals etwas trocknen lassen. **Mit der Nudelmaschine:** Teig in 10 Portionen teilen, gut mit Mehl bestreuen (Teig darf nicht kleben), mit der Maschine einzeln zu Platten wälzen, etwa 1 Std. trocknen lassen, dabei die Platten jeweils nach 30 Min. wenden. Platten mit Tagliatelle-Walze in Streifen schneiden, diese ausbreiten und nochmals etwas trocknen lassen.



3 Soße:

Paprikaschoten putzen und würfeln, Zucchini waschen und in dünne Scheiben schneiden, Brokkoli putzen, in Röschen teilen, die Stiele schälen und würfeln. Die Hälfte der Butter in einem Topf erhitzen, Brokkoli kurz dünsten, Paprika und Zucchini zufügen, weiterdünsten, dann Gemüse herausnehmen. Übrige Butter zerlassen, Mehl darin anschwitzen, mit Milch ablöschen und kurz aufkochen. Crème fraîche unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen. Gemüse zufügen, etwa 5 Min. in der Soße garen, dann Kräuter zufügen.

- 4** In der Zwischenzeit Nudeln etwa 3 Min. in reichlich kochendem Salzwasser mit etwas Speiseöl garen, abtropfen lassen und mit kaltem Wasser kurz abschrecken. Pasta mit der Soße auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Tipps aus der Versuchsküche

- Mit frisch geriebenem Parmesankäse servieren.

