

RADIO SALÜ**101,7**

Rezept von RADIO SALÜ
Küchenchef Uwe Zimmer aus der
Mitkoch-Show, immer sonntags
von 9-13 Uhr.

Grundrezept Pastateig

Zutaten für 5 Personen:	
500 g Hartweizengries	
5 Eier	
Olivenöl	

Zubereitung:

Beim selbstgemachten Pastateig ist Muskelkraft, Gefühl und viel Ausdauer gefragt.
Das Rezept ist ganz einfach, auf 100 g Hartweizengries kommt 1 Ei und 1 Teelöffel Olivenöl.
100 gr reichen für 1 Portion,
für 4 Portionen wären das 400 g Hartweizengries, 4 Teelöffel Olivenöl
und 4 Eier.

Alles in eine Schüssel geben und kräftig aber auch geduldig zu einem festen Teig verkneten.
Je länger Sie den Teig kneten umso besser wird die Pasta.
Den Teig in Klarsichtfolie wickeln und am besten über Nacht kalt stellen.
Am besten eignet sich übrigens der Original italienische Nudelgries.

Die perfekte Nudel

- Am besten Nudeln aus Hartweizengries nehmen.
- Wasser satt, 100 g Nudeln – mindestens 1 Liter Wasser . Gut würzen – 1 Teelöffel Salz.
- Kein Öl ins Wasser, sonst haftet die die Sauce nicht.
- Mit Biss kochen, wie die Italiener sagen: al Dente.
- Fühlen sich weich an, sind beim rein beißen Bissfest.
- Nudeln nie abschrecken, sonst wird der Stärkemantel ab gespült,
der ist für die Saucenhaftung notwendig.
- Wenn Sie Wasser oder Brühe für die Nudelsauce brauchen,
nehmen Sie doch vom Nudelwasser, wenn die Nudeln fertig sind.
Enthält viel Stärke und die Sauce verwässert nicht.
- Nudel oder Pastareste mit etwas Öl vermischen,
dann kleben die nicht zusammen.