RAVIOLI

gefüllte Nudelspezialität der italienischen Küche

Viel Freude beim Kochen!

Nudeln selbst herstellen

Ob rund oder eckig, mit Fleisch, Fisch oder Gemüse gefüllt – Ravioli sind einfach unwiderstehlich.

Kurze Erklärung zu Gluten

Was ist Gluten?

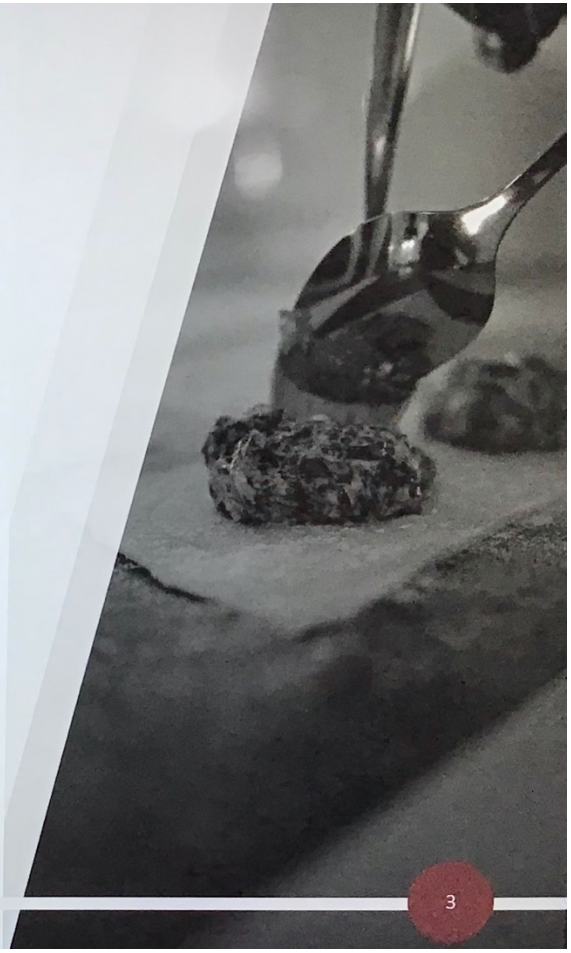
Gluten (Klebereiweiß) umgibt das Stärkekorn, dadurch wird der Teig formbar und elastisch.

Gluten besteht aus Gliadin (Formbarkeit) und Glutein (Elastität)

Wozu brauchen wir Gluten im Nudelteig?

Gluten spielt im Nudelteig eine entscheidende Rolle, um diesen dünn ausrollen und formen zu können. Wichtig dabei ist, das Klebereiweiß durch Zeit, Mechanik, Feuchtigkeit zu aktivieren.

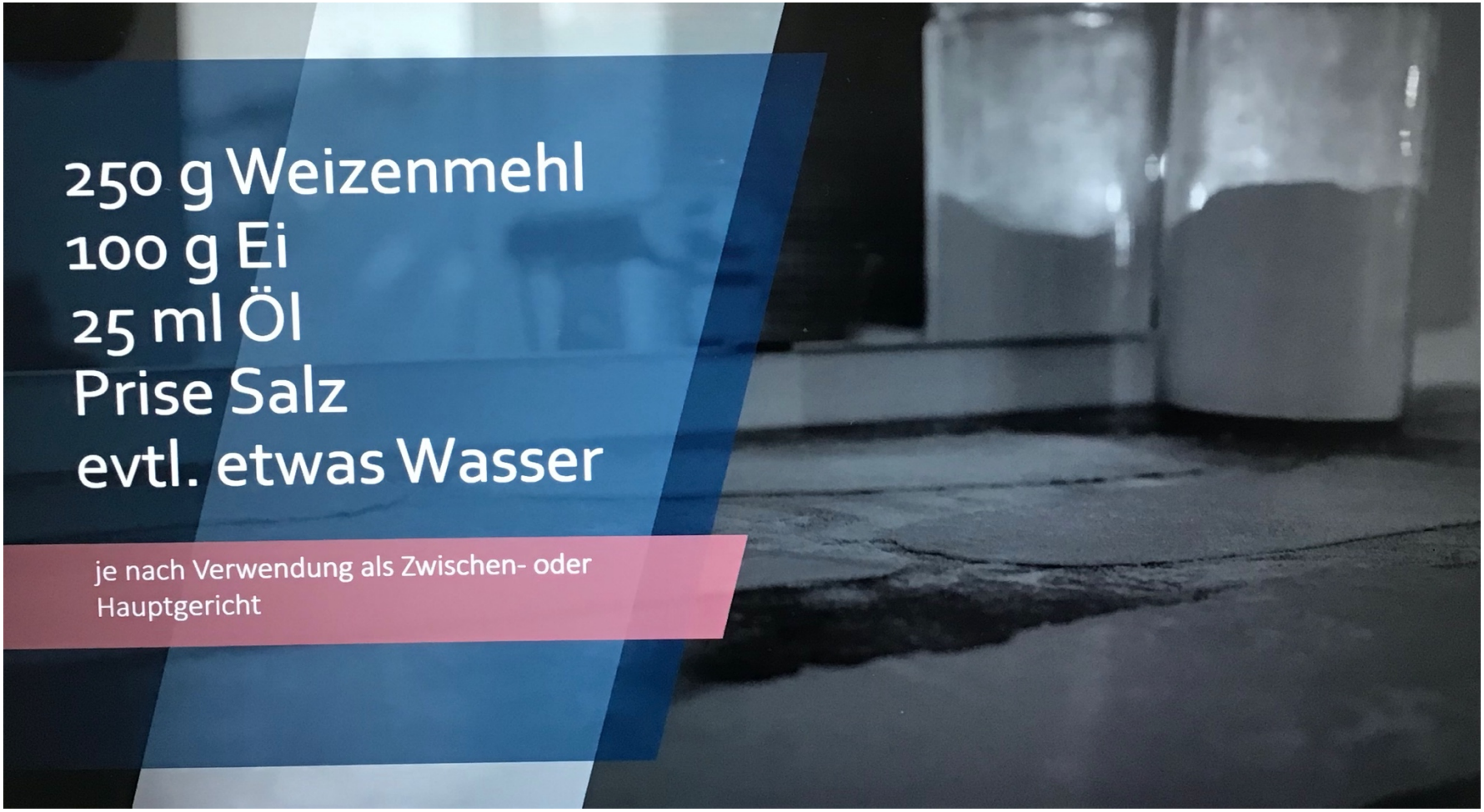
Nicht jedes Mehl eignet sich zur Herstellung eines Nudelteiges. Je niedriger die Typenzahl, desto höher mehr Klebereiweiß ist im Mehl vorhanden. Daher verwendet man Mehl mit niedrigeren Typenzahlen, da der Teig formbar und elastisch sein muss

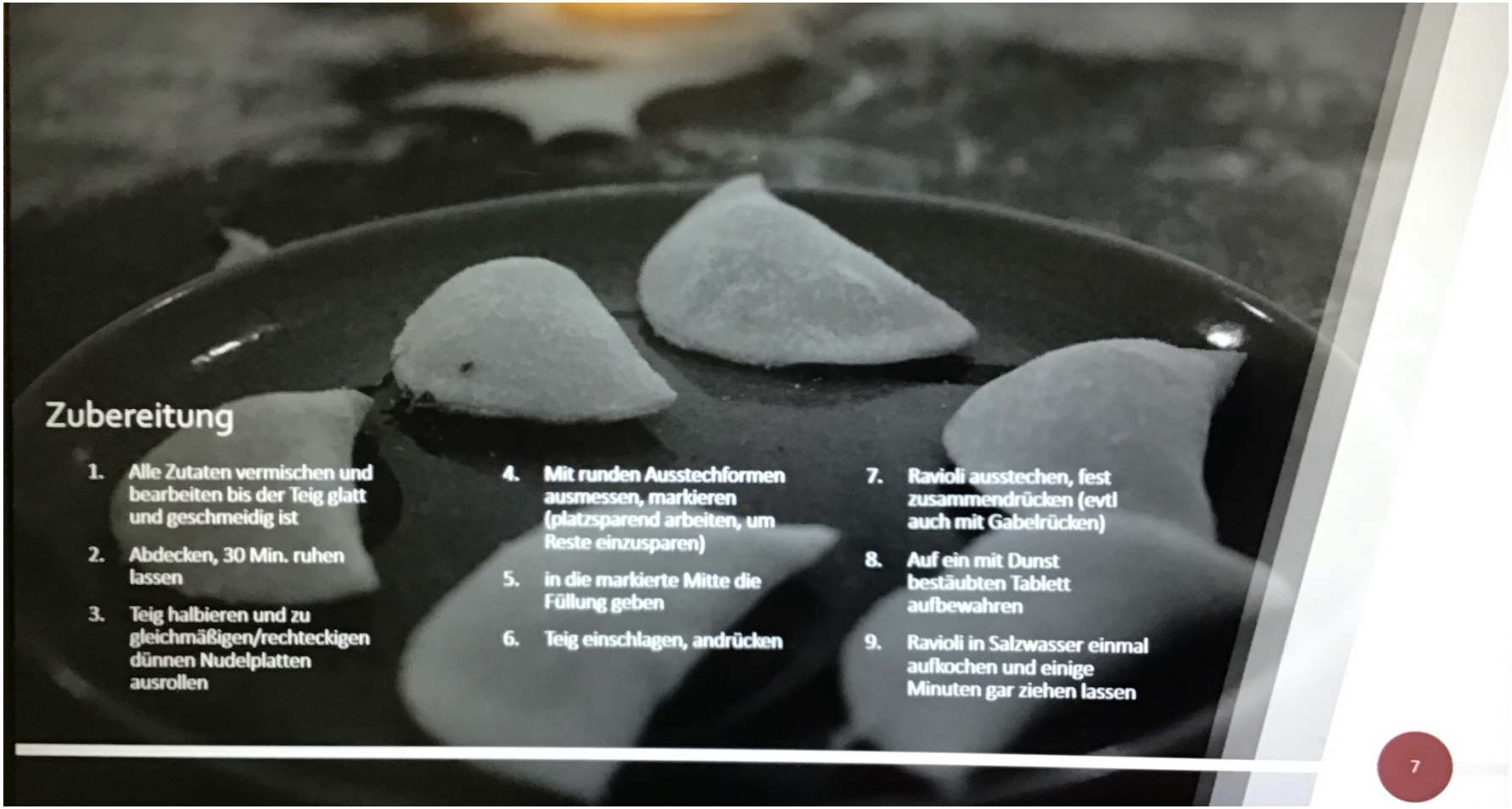


Geschichtlicher Hintergrund

Aus archäologischen Funden weiß man, dass bereits die Etrusker (Bewohner von Etrurien, italienische Landschaft zwischen Tiber und Apennin – heute die Toskana) Nudeln aus Weizenmehl, Wasser, Honig und Mandeln kannten. Nudeln kommen ursprünglich aus China und wurden aus Sojamehl hergestellt. Marco Polo brachte sie auf dem Schiffsweg nach Europa. Bis heute werden unterschiedlichste Nudelsorten entwickelt und in vielen Ländern der Erde gerne gegessen. In Italien bezeichnet man Nudelgerichte als Pasta.

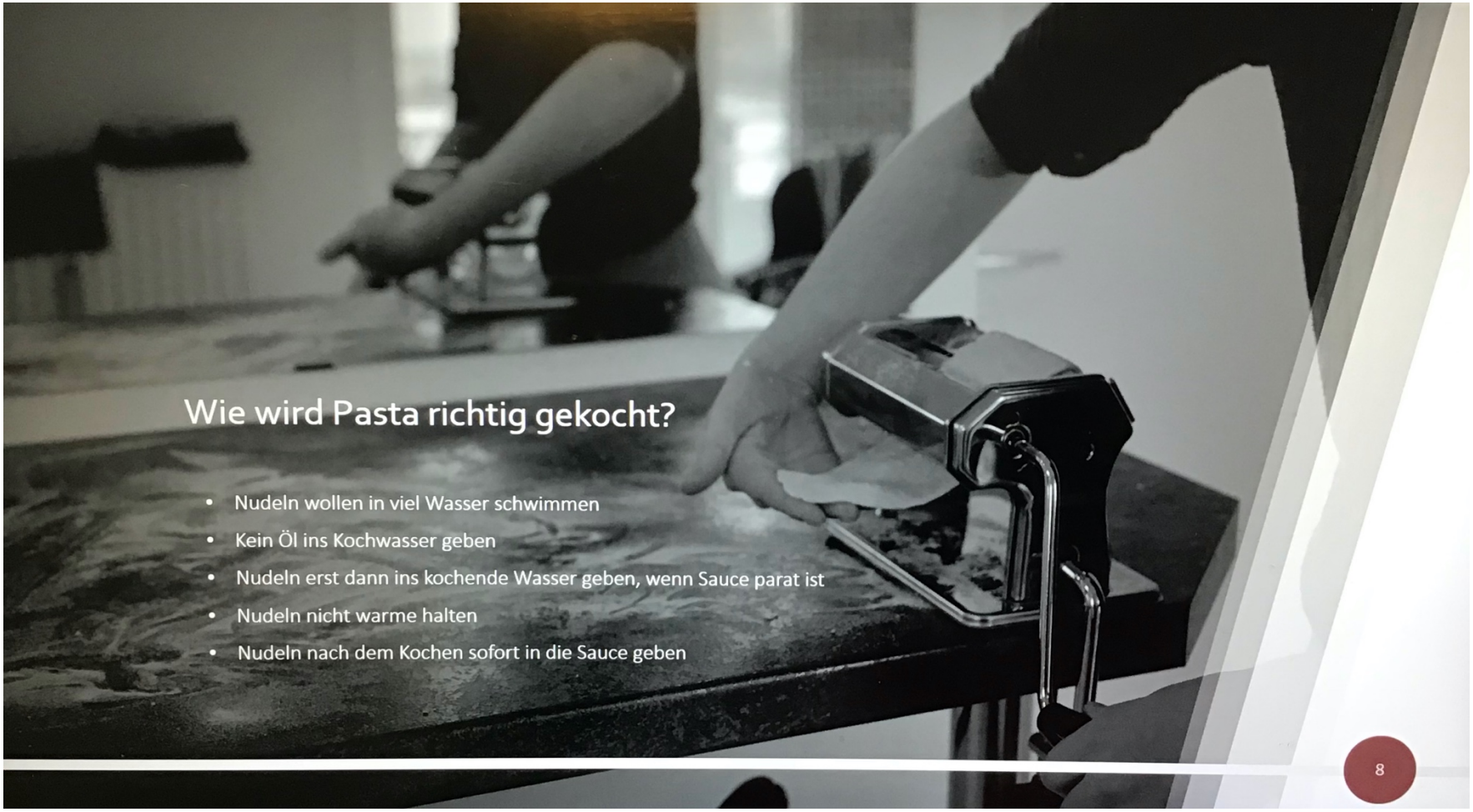
Rezept
gewusst wie!


250 g Weizenmehl
100 g Ei
25 ml Öl
Prise Salz
evtl. etwas Wasser
je nach Verwendung als Zwischen- oder Hauptgericht



Zubereitung

1. Alle Zutaten vermischen und bearbeiten bis der Teig glatt und geschmeidig ist
2. Abdecken, 30 Min. ruhen lassen
3. Teig halbieren und zu gleichmäßigen/rechteckigen dünnen Nudelplatten ausrollen
4. Mit runden Ausstechformen ausmessen, markieren (platzsparend arbeiten, um Reste einzusparen)
5. in die markierte Mitte die Füllung geben
6. Teig einschlagen, andrücken
7. Ravioli ausstechen, fest zusammendrücken (evtl auch mit Gabelrücken)
8. Auf ein mit Dunst bestäubten Tablett aufbewahren
9. Ravioli in Salzwasser einmal aufkochen und einige Minuten gar ziehen lassen



Wie wird Pasta richtig gekocht?

- Nudeln wollen in viel Wasser schwimmen
- Kein Öl ins Kochwasser geben
- Nudeln erst dann ins kochende Wasser geben, wenn Sauce parat ist
- Nudeln nicht warme halten
- Nudeln nach dem Kochen sofort in die Sauce geben

Guten Appetit!
....