Die besten Pasta-Tipps von Julian Kutos

Form und Farbe. Italienische Pasta gibt es wirklich in allen möglichen Variationen. Ob lange Spaghetti, geriffelte Penne-Röhrchen oder kleine Farfalle-Mascherl – jede Pasta-Sorte hat ihren ganz eigenen Geschmack. Zu den langen Nudeln zählen übrigens Spaghetti, Tagliatelle, Fettucini oder breite Pappardelle. Kurze Pasta ist nur einige Zentimeter groß und dazu gehören Penne, Orecchiette, Trofie oder Farfalle. Und zu guter Letzt darf natürlich die gefüllte Pasta wie Ravioli, Tortelloni, Cannelloni oder Cappelletti nicht fehlen.

Saucen-Guide. Nicht jede Sauce darf auf jede Pasta – das ist den Italienern besonders wichtig. Und sie haben auch Recht, denn breite Nudeln sind beispielsweise ideal für Ragout oder andere schwere Fleischsaucen geeignet, da die Pasta-Sorte besonders viel Sauce aufnimmt. Ebenso passen solche Saucen zu den kurzen Nudeln mit ihren Rillen, wo sich genug Ragout sammeln kann. Dünne Nudeln wie Spaghetti sind eher für Pesto bzw. leichte Saucen mit Meeresfrüchten geeignet. Und gefüllte Pasta kann mit leichten als auch schweren Zutaten gefüllt werden. Generell kann man aber sagen, dass schwere Saucen am besten mit großen Pasta-Sorten und feine Saucen mit kleinen Nudeln harmonieren.

Eingekocht. Natürlich muss, bevor man überhaupt an die Sauce denkt, die Nudel perfekt gegart sein. Nach folgenden Regeln gekocht, sollte das aber kein Problem sein: **Große Töpfe** verwenden, damit die Pasta Platz zum Schwimmen hat. Erst, wenn das (**gut gesalzene**) **Wasser blubbert** die Teigwaren hineingeben. Und natürlich muss die Pasta **al dente** sein, sprich noch etwas Biss haben. Tipp: Auch immer etwas von dem **Nudelwasser aufheben** und falls die Sauce zu fest ist damit auflockern. Funktioniert prima!

Halbe Portion. Der Klassiker: Meistens nimmt man zu viel Nudeln und kann dann noch drei Tage davon essen. Deshalb heißt es: 125 g frische bzw. 60 g getrocknete Pasta pro Person!

Spinat-Linguini mit Gorgonzola

■ Dauer: 20 min

Zutaten
Lange, dünne Pasta, z. B.: Spinat Linguini, Spaghettini, Spaghetti oder Gnocchi
100 g Schlagobers
250 g Gorgonzola oder Dolcelatte
100 g Parmesan
50 g Butter
1 Prise Fleur de Sel
1 Prise schwarzer Pfeffer
1 TL Honig

Zubereitung
1. Schlagobers in einem Topf erwärmen, nicht aufkochen. Gorgonzola und Parmesan dazugeben und unter ständigem Rühren schmelzen. Zum Schluss Butter dazugeben, nach Bedarf salzen. Pfeffern.
2. Pasta in Salzwasser kochen. Pasta abseihen, in eine Schüssel geben. Mit warmer Käsesauce übergießen. Etwas Honig dazugeben. Mit Vorlegebesteck umrühren und sofort servieren.

Löwenzahn Verlag

Grundrezept Pastateig

■ Dauer: 2 h
■ Portion: 400 g Pastateig

Zutaten
Mehl wählen:
250 g Weizenmehl
Österreich: Type 480
Deutschland: Type 405
Italien: Type 00
Flüssigkeit wählen:
2 Eier + 1 Eidotter
oder
8 Eidotter + 2 EL Milch
oder
125 ml Wasser
Farbe dazumischen:
75 g Tomatenmark
oder
75 g Rote Rüben, gekocht und püriert
oder
75 g Spinat, gekocht und püriert
oder
75 g Sepia-Tinte vom Tintenfisch
oder
75 g Karotten, geschält, gekocht und püriert

Zubereitung
1. Mehl auf der Arbeitsfläche (idealerweise ein großes Nudelbrett aus Holz) geben, mit dem Mehl eine Mulde bilden und die Flüssigkeit in die Mitte geben. Von außen beginnend einen kompakten Teig kneten (es kann auch eine Küchenmaschine verwendet werden).
2. Den Teig mindestens 10 Minuten kneten, damit sich die Eier und das Gluten im Mehl miteinander verbinden und der Teig elastisch wird. Anschließend eine Kugel formen, mit Frischhaltefolie einwickeln und für mindestens 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
3. Teig ausrollen: Den Teig mit der Hand flachdrücken, mit dem Nudelholz gleichmäßig sehr dünn (zirka 1–2 mm dick) ausrollen. Alternativ eine Nudelmaschine verwenden.

Pasta, Pizza und Co.

GENUSSVOLL. Julian Kutos startet mit italienischen Klassikern durch – die besten Rezepte für einfache Italo-Küche mit dem gewissen Etwas. Löwenzahn Verlag, 19,90 Euro

1. Beim Ausrollen das Nudelholz gleichmäßig in alle Richtungen führen.

2. Den dünnen Teig mit der Hand wie eine Roulade ausrollen.

3. Mit einem scharfen Messer die Nudeln in die gewünschte Breite schneiden.

4. Nach dem Schneiden auseinanderziehen und trocknen lassen.