Bandnudeln mit Sofrito



Pasta mit Sauce und Pinienkernen

Heute gibt es eine Neuheit in meinem Foodblog, über die ich mich sehr freue. Es ist mir das erste Mal gelungen, frische Bandnudeln, 5 mm breit, selbst zuzubereiten. Bisher hatte ich den Nudelteig immer zu feucht zubereitet, so dass bei Durchgeben durch die Nudelmaschine alle Nudeln aneinander klebten. Ein anderer Foodblogger half mir mit einigen Hinweisen und auch Rezepten. Und obwohl ich eines seiner Rezepte aus Ermangelung von genügend Eiern doch variierte und abwandelte, gelang mir ein kompakter, fester, aber dennoch geschmeidiger Teig, der nur eines nicht war: zu feucht.

Bei der Zubereitung mit der Nudelmaschine, mit der ich nun immer besser zurecht komme, ist das Prozedere eigentlich immer gleich: Nudelteig in entsprechende Portionen teilen, erst durch eine niedrige Stufe der Nudelmaschine geben, um eine dickere Nudelplatte zu erhalten. Diese dann durch eine höhere Stufe geben, um eine dünne Nudelplatte zu erhalten. Und diese gibt man dann in diesem Fall durch die Vorrichtung für

Bandnudeln.



Selbst gemachte Bandnudeln

Zwar musste ich die einzelnen Nudelstränge zum Teil noch voneinander abzupfen oder sogar ein wenig mit dem Messer nachhelfen, aber bei der letzten Portion gelang es mir dann sogar, die Bandnudeln wie gewünscht einzeln aus der Nudelmaschine zu erhalten. Und ich habe liebevoll jeden Nudelstrang einzeln über die (hölzerne) Lehne meines Küchenstuhls zum Trocknen gehängt. Versteht sich. Und von der Menge her ergibt das Rezept etwa so viele Nudeln, wie man an Zutaten dafür verwendet: etwa 400–450 g, was für etwa drei Personen reicht. Ich bin von meinen ersten selbst gemachten Bandnudeln begeistert!

Sofrito ist eine aromatische Würzsauce, die vor allem in der spanischen, portugiesischen und lateinamerikanischen Küche verbreitet ist. Sie wird für alle möglichen Gerichte mit Fleisch, Fisch, Meeresfrüchten, Pasta oder Gemüse verwendet. Wie bei so vielen traditionellen und bekannten Gerichten gilt auch hier, dass es so viele Variationen von Sofrito gibt, wie es Köche gibt. Da ich einfach nur eine schmackhafte Sauce mit

Tomaten, Paprika, Zwiebeln und Knoblauch zubereiten wollte, habe ich dieses Rezept zusammengestellt. Die Linsen kommen noch aus einer anderen Quelle, sie machen die Sauce besonders sämig. Und auch bei der Sofrito gilt wieder: Die Sauce wartet auf die Pasta, nicht umgekehrt.

Zutaten für 400–450 g frische Bandnudeln:

- 300 g Mehl
- 1 Ei
- 100 ml Wasser
- 3 g Salz

Zutaten für Sofrito (etwa 1,5 l):

- 2 ½ große Zwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- 1 gelbe Paprika
- 1 grüne Paprika
- 3 rote Chilischoten
- 125 g braune Linsen
- 600 g Tomaten (aus der Dose, mit Saft)
- 300 ml trockener Weißwein
- 1 EL Condimento Italiano Bianco
- viele Zweige frischer Majoran
- viele Zweige frischer Thymian
- viel frische Petersilie
- 3 frische Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- 4 EL Olivenöl

- 10–15 Pinienkerne

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Ruhezeit 30 Min. | Trockenzeit 2–3 Stdn. | Garzeit 1 Std.

Für die Bandnudeln:

Das Mehl in eine Schüssel geben, Ei, Wasser und Salz

dazugeben. Alles zunächst verrühren, dann mit der Hand kräftig verkneten. Wenn der Teig zu feucht ist, etwas Mehl hinzugeben. Der Teig soll kompakt, aber geschmeidig und trocken sein. Zu einer Kugel formen und in der Schüssel eine halbe Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Teig aus dem Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen. In kleinere Portionen zerteilen, durch eine niedrige Stufe der Nudelmaschine geben –> dicke Teigplatte, dann durch eine hohe Stufe geben –> dünne Teigplatte und diese schließlich durch die Vorrichtung für 5-mm-breite Bandnudeln. Einzeln über eine hölzerne Vorrichtung zum Trocknen von Nudeln legen oder einfach über die Lehne eines Küchenstuhls. Einige Stunden trocknen lassen.

Für die Sofrito:

Währenddessen Gemüse putzen und alles sehr klein schneiden. Öl in einem großen Topf stark erhitzen, zuerst Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten und Lorbeerblätter auch mit anbraten. Paprika und Chili hinzugeben und ebenfalls anbraten. Dann die Linsen mit anbraten. Mit Weißweinessig ablöschen und verkochen lassen. Weißwein hinzugeben und Tomaten mit Saft. Mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei geringer Temperatur 45 Minuten köcheln lassen. Währenddessen die Blätter der Kräuter von den Zweigen zupfen und kleinwiegen. Nach dem Garen zur Sauce geben und alles nochmals 15 Minuten köcheln lassen. Lorbeerblätter herausnehmen. Sauce mit dem Pürierstab fein pürieren und mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Sofrito für die Bandnudeln herausnehmen, in eine Schüssel geben und warm halten, die restliche Sauce in Gläsern mit Schraubdeckel im Kühlschrank aufbewahren oder portionsweise einfrieren.

Zum Ende der Garzeit Wasser in einem Topf erhitzen, salzen und die Bandnudeln darin etwa 8 Minuten kochen. Herausnehmen, zur Sofrito in die Schüssel geben und vermengen. In tiefe Nudelteller geben, mit etwas gehackten Pinienkernen garnieren

und servieren.