Spaghettoni mit süßem Pesto aus getrockneten Tomaten, Peperoni, Zitronengras und Honigmelone

Mit leichtem Zitronengeschmack

Zutaten für 2 Personen:

- 150 g getrocknete Tomaten (1 Packung)
- 1 rote Spitzpaprika
- 1 grüne Peperoni
- 50 g Feldsalat
- 1/4 Honigmelone
- 1 Stängel Zitronengras
- 150 ml Maracujasaft
- 1 Limette (Saft)
- 300 g Spaghettoni

- Salz
- Sesamöl
- etwas frische Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 1 Std.

Feine Pasta

Zubereitung:

Tomaten, Spitzpaprika und Peperoni putzen und sehr klein schneiden. In eine Schale geben.

Feldsalat putzen, unter kaltem Wasser waschen und in eine Schüssel geben.

Limette halbieren und auspressen und Saft in ein Glas geben. Mit Maracujasaft auffüllen.

Honigelone schälen, Kerngehäuse entfernen und Honigmelone in kleine Würfel schneiden. In eine Schale geben.

Zitronengras quer halbieren und mit einem sehr breiten Messer

auf einem Arbeitsbrett platt drücken.

Petersilie kleinschneiden.

Öl in einem kleinen Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten. Feldsalat und Honigmelone dazugeben. Mit dem Saft ablöschen. Zitronengras dazugeben. Mit Salz würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen. Zitronengras entfernen. Sauce abschmecken. Pesto in eine hohe, schmale Rührschüssel füllen, mit dem Pürierstab fein pürieren und wieder zurück in den Topf geben.

Gegen Ende der Garzeit Spaghettoni nach Anleitung in einem Topf mit kochende, leicht gesalzenen Wasser garen.

Spaghettoni zum Pesto geben und alles gut vermischen.

Spaghettoni mit Pesto auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Mit Petersilie oder, wenn Sie das vorrätig haben, besser noch frisch geriebenem Parmesan garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Spaghettoni aglio e olio

Ein klassisches Rezept zur Zubereitung von Pasta. Fünf Zutaten. Mehr nicht. Pasta, Knoblauch, Olivenöl, Salz und Pfeffer.

Einfach und gut

Ich habe dieses Rezept schon einige Male zubereitet und auch im Foodblog veröffentlicht. Sie werden jetzt fragen, warum ich es ein wiederholtes Mal veröffentliche?

Das hat den einfachen Grund, um einmal auf eines der Hauptprodukte dieses Gerichts hinzuweisen. Mit aktuellen Daten vom Frühjahr 2024. Dem Olivenöl. Zu dem ich auch gesellschaftspolitisch etwas äußern will.

Ich habe die letzten Monate kein Olivenöl mehr gekauft. Und somit ein Gericht damit zubereitet. Der Grund: Die Preise für Olivenöl sind in die Höhe geschossen. Ein Grund ist die in den letzten Monaten hohe Inflation, verursacht durch Krieg in der Ukraine, gestiegene. Energiekosten usw. Ein weiterer Grund liegt im Klimawandel. Denn aufgrund der verheerenden Waldbrände in Griechenland letzten Sommer wurden sehr viele Olivenbaumplantagen und Olivenbäume zerstört. Resultat? Die Ernte fällt niedriger aus. Es wird weniger Olivenöl produziert und nach Deutschland importiert. Und bei weniger Angebot, aber gleichbleibender Nachfrage gehen die Preise eben nach oben.

Einfache Marktwirtschaftslehre.

Und somit kostet eine Flasche mit einem halben Liter Olivenöl selbst beim Discounter fast schon einen zweistelligen Eurobetrag, oder geht sehr nah an diesen heran. Und daneben steht dann das Raps- und Sonnenblumenöl, für 1,40 €. Der Liter, wohlgemerkt. Zu welchem Öl greift man somit? Nun, wie ich oben schrieb, habe ich die letzten Monate auf Olivenöl verzichtet. Nun aber doch wieder ein solches gekauft. Und will Ihnen daher dieses leckere Gericht nicht vorenthalten.

Ich muss sagen, es ist für einen Pastaliebhaber immer wieder ein Labsal, wenn man ein gutes Pastagericht mit guten Zutaten genießen kann. Und dieses Gericht mit einem guten, nativen Olivenöl extra zubereiten kann, wenn man monatelang nur Rapsöl gegessen hat. Wie ein einfaches Gericht doch auch lecker und schmackhaft sein kann. Dieses Essen hat mir sehr gemundet!

Einfach lecker!
Für 2 Personen:

- 350 g Spaghettoni
- 12 Knoblauchzehen
- eine große Portion natives Olivenöl extra
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Pfeffermühle

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 11 Min.

Spaghettoni in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Parallel dazu Knoblauchzehen schälen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und in eine Schale geben.

5 Minuten vor Ende der Garzeit der Spaghettoni eine große Portion Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch hineingeben und einige Minuten bei mittlerer Temperatur garen. Der Knoblauch soll im Öl schwimmen.

Spaghettoni mit der Nudelzange in die Pfanne heben oder durch ein Nudelsieb geben und dazugeben.

Salzen und pfeffern. Spaghettoni gut durch Olivenöl und Knoblauch ziehen.

Spaghettoni auf zwei tiefe Nudelteller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Geschmorte Hähnchenherzen in Tomatensauce auf Spaghettoni

Sie mögen Innereien? Dann ist dieses Rezept das richtige für Sie. Es ist einfach zuzubereiten. Im Grunde einfach nur die

Hähnchenherzen in Tomatensauce schmoren. Und zwar sehr lang. Dazu gibt es Spaghettoni.

Sehr leckere, würzige und schmackhafte Sauce
Hähnchenherzen gibt es sogar beim Discounter. Ebenso wie Hähnchenmägen oder -lebern. Aus allen drei Innereien kann man schöne Gerichte zubereiten.

Probieren Sie es aus. Die Herzen sind ja Muskelfleisch, aber sie sind eben ein sehr fester Muskel. Deswegen sind sie auch nach langem Schmoren immer noch schön fest und kompakt.

Gewürzt wird mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Die Sauce wird aus passierten Tomaten aus der Packung zubereitet. Manchmal darf es auch ein gutes Convenienceprodukt sein. Wenn die Sauce zu sehr einkocht, einfach mit etwas Kochwasser der Nudeln oder einem Schuss trockenem Weißwein verlängern.

Für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenherzen (1 Packung)
- 500 g passierte Tomaten (1 Packung)
- 2 Lauchzwiebeln
- 6 Knoblauchzehen
- scharfes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Zucker
- Öl
- 350 g Spaghettoni
- Grano Padano

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.

Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Öl in einem Topf erhitzen. Gemüse und Herzen darin kross anbraten. Tomatensauce dazugeben. Mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunden schmoren.

Kurz vor Ende der Schmorzeit Nudeln in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten garen.

Bei Bedarf, von dem Kochwasser oder Weißwein verwenden, um die Sauce zu verlängern.

Nudeln durch ein Nudelsieb geben. Zu den Hähnchenherzen geben. Alles gut vermischen.

Auf zwei tiefe Nudelteller geben. Mit frisch geriebenem Parmesan garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Spaghettoni Nr. 7 mit Avocado-Sprossen-Pesto

Mit italienischer Pasta

Sie toben sich sicher ab und zu auch einmal aus, wenn es um die Zubereitung von Pasta und eines dazu passenden Pestos geht. Es muss nicht immer das Pesto Genovese, also ein Klassiker unter den Pestos, sein.

Man kann hier bei einem Pesto sehr viel variieren. Allerdings bietet sich fast immer an, für ein schlotziges, sämiges Pesto Avocados zu verwenden, besonders, wenn es sehr reife Avocados sind. Diese Fettfrucht, dessen Fruchtfleisch bis zu 30 % Fett enthält, ist wie geeignet für ein solches Pesto. Leider hat die Aufzucht von Avocados eine schlechte Ökobilanz, denn für die Erzeugung einer einzigen Avocado sind in Chile im Schnitt

70 Liter Wasser nötig, in einigen Regionen sogar über 300 Liter. Dieser hohe Wasserverbrauch wird unter Umweltschutz- und Nachhaltigkeitsgesichtpunkten desöfteren sehr stark kritisiert.

Andererseits führt aber auch kein Weg an der oben genannten Aussage vorbei, dass Avocados eben sehr gut geeignet sind für ein leckeres Pesto. Des weiteren sollte in ein gutes Pesto auch immer ein guter Schluck Olivenöl gehören. Und dann kommt noch eine sehr große Portion frisch geriebener Parmigiano Reggiano hinein, der ein Pesto noch schlotziger und sämiger macht.

Ansonsten können Sie mit vielen anderen Zutaten variieren. Frisches Gemüse wie Tomaten, Auberginen oder Zucchini. Aber auch Gemüse wie Spinat oder Oliven. Sogar grüner Blattsalat eignet sich für ein Pesto wie Rucola oder Feldsalat. Probieren Sie es aus!

Bei diesem Rezept kommt ein Sprossenmix aus Roggen-, Weizen-, Mungobohnen-, Radieschen-, Adzukibohnen-, Alfalfa- und Leinsamensprossen dazu, den Sie in guten Supermärkten oder auch Bioläden bekommen. Dazu Peperonis und Chilischoten für ein wenig Schärfe. Ein wenig Würze und Aroma bringen kleingeschnittene Knoblauchzehen mit sich. Und die Flüssigkeit für das Pesto liefert ein guter, deutscher Riesling.

Fehlt noch eine gute Würze aus Salz, schwarzem Pfeffer, Paprikapulver und einer Prise Zucker.

Und als Abrundung des Ganzen wird als Pasta original italienische Pasta verwendet, und zwar die Spaghettoni Nr. 7.

Für 2 Personen:

- 4 sehr reife Avocados
- 200 g Sprossenmix (2 Packungen à 100 g)
- 2 gelbe Peperoni

- 2 rote Chilischoten
- 4 Knoblauchzehen
- reichlich Riesling
- Parmigiano Reggiano
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Paprikapulver
- Zucker
- Olivenöl
- 375 g Spaghettoni Nr. 7

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 11 Min.

Mit leckerem Pesto
Avocados schälen, entkernen, in kleine Würfel schneiden und in eine Schale geben.

Peperoni und Chilischoten putzen und kleinschneiden. Knoblauchzehen schälen, mit einem großen Messer platt drücken und kleinschneiden. Alles in eine separate Schale geben.

Pasta in kochendem, leicht gesalzenem Wasser 11 Minuten al dente garen.

Parallel dazu eine große Portion Öl in einem Topf erhitzen. Avocados darin einige Minuten kross anbraten. Es dürfen sich ruhig Röstspuren auf dem Topfboden bilden. Avocados mit dem Kochlöffel leicht zu einer sämigen Masse zerdrücken.

Mit einem sehr großen Schluck Riesling ablöschen. Röststoffe mit dem Kochlöffel vom Topfboden lösen.

Sprossenmix, Knoblauch, Peperoni und Chilischoten dazugeben und verrühren.

Eine sehr große Portion frisch geriebenen Parmigino Reggiano dazugeben.

Sehr kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Paprikapulver dazugeben. Und eine Prise Zucker.

Alles gut vermischen. Sollte das Pesto noch zu fest und kompakt sein, hilft man mit etwas Riesling nach.

Pesto abschmecken.

Pasta durch ein Nudelsieb abgießen und zum Pesto geben. Alles gut vermischen.

Pasta mit Pesto auf zwei tiefe Pastateller geben.

Servieren. Guten Appetit!

Quigg Nudelmaschine

Preiswerte, aber funktionelle Nudelmaschine

Ich habe mir zu Weihnachten auch noch eine elektrische Nudelmaschine geleistet und geschenkt.

Es gab sie bei Aldi für 80,– €.

Nudelmaschinen funktionieren eigentlich alle nach dem gleichen Prinzip. Sie haben ein Knetwerk für den Teig, ein Walzwerk für die Weitergabe der Pasta und Nudelaufsätze für die Ausgabe unterschiedlicher Pasta. Es ist somit unerheblich, ob man sich eine preiswerte oder eine teuere Nudelmaschine, diese dann für 140,– € oder teurer, kauft.

Ich war bisher noch am Überlegen, ob ich die Nudelmaschine behalten oder wie bei Aldi zurückgeben sollte. Denn mein erster Versuch mit der Zubereitung von Pasta ging schief. Der Teig war zu flüssig, die Nudelmaschine produzierte nur einen dicken Brei von Nudeln, den man nicht kochen konnte.

Lösung: Man muss mit dem Teig experimentieren, wie bei manuellen Nudelmaschinen. Bei der Herstellung von Pasta mit einer manuellen Nudelmaschine, die ich auch besitze, musste ich auch mehrere Male experimentieren, bis mir die Herstellung gelang. Ich musste sogar einen Foodblog-Kollegen um Rat fragen.

Nun, Teig mit Hartweizengrieß gelingt am besten (laut

Betriebsanleitung der Nudelmaschine). Allerdings war hier der Teig mit den Zutaten und deren Mengenangaben zu krümelig und es wäre keine schöne Pasta hergestellt worden. Ein zweites Ei brachte die Lösung. Ich habe das erste Mal in meinem Leben mit einer elektrischen Nudelmaschine herrlich trockene Nudeln hergestellt! Leckere Pappardelle. Diese gare ich noch 5 Minuten in leicht gesalzenem Wasser, um Pasta al dente zu erhalten. Fertig ist die perfekte Beilage für ein leckeres Gulasch.

Meine gekaufte, industriell gefertigte Pasta, die ich noch vorrätig habe, schicke ich jetzt zur Verwendung an meine Mutter.

Und die manuelle Nudelmaschine wird über ebay verkauft.

Denn die elektrische Nudelmachine produziert auch (kleine) Lasagne-Platte, so dass ich auch Lasagne und frische, gefüllte Pasta zubereiten kann.