



## Pasta selbst gemacht

Schritte: 4

Schwierigkeitsgrad: Mittel

### Zutaten

4 Portionen

300 g Hartweizenmehl Typ 00      3 Eier  
1 Prise Salz                              1 EL Olivenöl

### Zubereitung

1. Mehl und Salz in einer Schüssel gut vermischen.
2. In die Mitte eine Mulde drücken und Eier und Öl hineingeben. Alles vorsichtig vermengen und kneten.
3. Zu einer Kugel formen und den Teig für 30 Minuten ruhen lassen.
4. Portionsweise mit der Nudelmaschine in die gewünschten Nudelformen bringen.

**Keine Nudelmaschine?** Einfach den Teig so dünn wie möglich ausrollen und Bandnudeln in der gewünschten Breite schneiden.

**Alternativ:** Hartweizengrieß und Weizenmehl Typ 405 im Verhältnis 1:1

### Tipps rund um die Nudel

Wir geben dir wertvolle Tipps, wie deine Pasta garantiert gelingt. Nudeln müssen richtig im Wasser schwimmen. Als Faustregel rechnet man auf 100 g Nudeln einen Liter Wasser. Werden Nudeln in zu wenig Wasser gekocht, kleben sie schneller zusammen.

- **Wasser muss sprudelnd kochen**

Gib die Nudeln erst ins Wasser, wenn es richtig sprudelnd aufkocht.

- **Salz zum Nudelwasser geben**

Nach dem ersten Aufkochen des Wassers sollte das Salz beigegeben werden. Erst danach die Nudeln ins Wasser geben. So kann sich das Salz vorher gut verteilen.

- **Rühren und Öl verhindern zusammenkleben**

Rühre die Nudeln gelegentlich mit einem Kochlöffel um, damit sie nicht zusammenkleben. Gib etwas Öl ins Wasser, auch das verhindert das Zusammenkleben. Oft werden die Nudeln nach dem Abschütten mit kaltem Wasser abgeschreckt. Dies verhindert nicht das Zusammenkleben der Nudeln – es hat lediglich zur Folge, dass die Nudeln schneller kalt werden.

- **„Al dente“ schmecken Nudeln am besten**

Beachte unbedingt die Kochzeit. Nudeln sollten „al dente“ gekocht sein. „Al dente“ bedeutet bissfest. Zu weich gekocht schmecken die Nudeln nicht. Sie sollten in jedem Fall noch einen leichten Biss haben.

**Die Zutaten für dein Lieblingsrezept findest du in deinem Selgros Markt**

Hast du Lust bekommen, das Rezept auszuprobieren? Dann nichts wie auf zu Selgros! Dort findest du alle **Zutaten für dein Lieblingsrezept**, die du zum Nachkochen brauchst. In unseren Märkten findest du erstklassige Produkte, um dieses und andere Rezepte nachzukochen – von frischem Obst und Gemüse über erstklassige Fisch- und Fleischspezialitäten bis hin zu besonderen Zutaten, Gewürzen, Ölen und mehr. Mit einer riesigen Auswahl von mehr als 60.000 Artikeln auf Verkaufsflächen von bis zu 11.000 Quadratmetern decken wir an **38 Standorten** in ganz Deutschland den Bedarf von Einzelhändlern, Selbständigen, Freiberuflern, Vereinen, Kleinunternehmern, Gastronomen, Handwerkern und anderen Gewerbetreibenden. Schau dir noch schnell unsere aktuellen Angebote an – es lohnt sich!

**UNSERE AKTUELLEN ANGEBOTE**

## Viele weitere Rezepte bei Selgros entdecken

Entdecke viele weitere Rezepte bei Selgros: Wir haben für dich eine **große Auswahl** an Koch-, Back- und Grill-Rezepten zusammengestellt. Hier wirst du garantiert fündig! Du kannst in unserer **Rezeptsuche** ganz einfach nach Schlagwörtern wie beispielsweise Hauptkomponenten oder bestimmten Zutaten suchen. Oder du lässt dich von unseren Kategorien inspirieren. In unserem **Filter** findest du alles - von alkoholfreien Cocktails, Burger, Fleischgerichten, Beilagen, Gebäck, Pasta, Salaten bis hin zu vegetarischen Gerichten. Einfach die gewünschte Kategorie anklicken und du kannst aus einer Vielzahl toller Rezepte **zum Kochen und Backen** auswählen und stöbern.

Zudem findest du hier auch alle Rezepte, die wir in unseren aktuellen Angeboten haben. Ebenso bieten wir saisonale Rezepte wie Spargel- oder Erdbeerrezepte, Grill-Rezepte, Gerichte aus der herbstlichen Küche wie Flammkuchen oder Aufläufe. Unsere Rezeptwelt wird ständig um weitere tolle Gerichte und Kochideen erweitert. Es lohnt sich regelmäßig auf unserer Rezeptseite vorbeizuschauen.

Lass dich von unserer Rezeptvielfalt inspirieren und finde dein neues Lieblingsrezept. Wir wünschen dir **viel Spaß beim Entdecken, Stöbern und Nachkochen**.

**WEITERE REZEPTE ENTDECKEN**