

Dinkelvollkornnudeln

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Vegetarisch Saison: Ganzjährig Für: 4 Personen



Zutaten

300 G	Dinkelvollkornmehl
3 EL	Öl
5	Eier

Verfasst von: Melanie Brandstätter

Zubereitung

1. Mehl und Öl in eine Rührschüssel geben. 4 Eier beimengen und mit dem Knethaken zu einem mittelfesten Teig verarbeiten, bis sich dieser vom Schüsselrand löst. Falls der Teig noch etwas zu fest ist, 1-2 weitere Eier beimengen.

Die Anzahl der Eier hängt vor allem von deren Größe ab. Wenn der Teig zu fest ist, noch ein Ei hinzufügen.

2. Den Teig auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben und mit der Hand kurz kneten, bis eine glatte Oberfläche entsteht.
3. Mit Frischhaltefolie abgedeckt im Kühlschrank ca. eine Stunde rasten lassen.
4. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen, dabei den Teig immer wieder wenden und die Arbeitsfläche gut bemehlen, dass der Teig nicht kleben bleibt.
5. Danach mit einem Teigrad oder einer Nudelmaschine die gewünschten Nudeln formen, ausrollen (Farfalle, Tagliatelle, ...)
6. Die Nudeln in ausreichend Salzwasser (je nach Dicke des Teiges, ca. 5 Minuten) bissfest kochen.

Der Nudelteig kann nach Belieben mit Tomatenmark, Currypulver, Kräuter, Chiliflocken, ... verfeinert bzw. eingefärbt werden.

Zum Trocknen und haltbarmachen die geformten Nudeln auf ein gut bemehltes Blech locker auflegen oder auf einem Nudelständer aufhängen, damit sie beim Trocknen nicht zusammenkleben. Über Nacht trocknen lassen - dabei gilt je dicker die Nudeln, desto länger

die Trocknungszeit. Abschließend liebevoll verpacken und verschenken.