

Jacqueline Amirfallah
Gemüse- und Bandnudeln mit Raclettekäse

Mittwoch, 5. Februar 2020
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: einfach
Vegetarisch, Pasta

Zutaten:

3 Stängel	glatte Petersilie
1	Ei
200 g	Hartweizengrieß oder Hartweizenmehl (Semola)
100 g	Mehl
etwas	Salz
300 g	Knollensellerie
300 g	Steckrübe
250 g	Möhren
etwas	Salz
1	Lorbeerblatt
1	Zwiebel
100 g	Raclettekäse
3 EL	Butter
1 EL	Speisestärke (z.B. Maisstärke)
50 g	Sahne
2 Stängel	Majoran
1 Prise	Muskat
1	Knoblauchzehe



Zubereitung:

1. Für den Nudelteig Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob schneiden. Petersilie und fein pürieren.
2. Weizengrieß und Mehl in die Rührschüssel einer Küchenmaschine geben. Petersilien-Ei, 1 Prise Salz und so viel Wasser (ca. 50 ml) unter die Mischung kneten, dass ein glatter geschmeidiger, aber fester Nudelteig entsteht.
3. Teig zu einer Kugel formen und abgedeckt mindestens 30 Minuten ruhen lassen.
4. Sellerie und Steckrübe waschen, schälen und anschließend in 1,5 cm dicke Scheiben schneiden. Aus den einzelnen Scheiben mit einem Sparschäler lange dünne Bänder schneiden. Die Möhren ebenfalls waschen, schälen und der Länge nach mit dem Sparschäler in dünne Streifen schneiden.
5. Die Abschnitte vom Sellerie und Möhre in einen Topf mit ca. 250 ml Wasser geben, leicht salzen und ein Lorbeerblatt zugeben, aufkochen und dann leicht bei kleiner Hitze zu einer Gemüsebrühe kochen.
6. Die Zwiebel schälen und fein schneiden.
7. Den Käse fein reiben.
8. Nudelteig portionsweise mit der Nudelmaschine dünn ausrollen und zu unregelmäßigen breiten Nudeln schneiden.
9. Für die Sauce in einem Topf 1/3 der Butter erhitzen und die Zwiebel darin anschwitzen. Stärke darüber streuen, mit Sahne ablöschen und gut verrühren. Die Gemüsebrühe durch ein Sieb passiert dazu geben. Die Sauce sacht einige Minuten köcheln lassen.

10. In der Zwischenzeit den Majoran abbrausen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen.
11. Sauce vom Herd ziehen und den Käse untermischen. Majoran untermischen und die Sauce mit Salz und Muskat abschmecken.
12. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Nudeln darin portionsweise etwa 2 Minuten garen. Nudeln mit einer Siebkelle herausnehmen, kurz mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.
13. Die Gemüsestreifen kurz im Nudelwasser blanchieren, herausnehmen und abtropfen.
14. In einer breiten Pfanne oder Topf restliche Butter schmelzen, eine angedrückte Knoblauchzehe zugeben. Nudeln und Gemüsestreifen in die Pfanne geben und darin warm schwenken.
15. Vor dem Anrichten die Knoblauchzehe entfernen. Den Nudelmix anrichten, Käsesauce angießen und servieren.

Pro Portion: 580 kcal / 2430 kJ
65 g Kohlenhydrate, 18 g Eiweiß, 28 g Fett