

Martin Gehrlein
Schinkennudeln mit Lauchsalat

Montag, 4. Januar 2021
Rezept für 4 Personen

Dauer: 1,5 Stunden
Schwierigkeitsgrad: einfach
Heimatküche

Zutaten:

Für die Nudeln:

3 Stängel	glatte Petersilie
1	Ei
200 g	Hartweizengrieß oder Hartweizenmehl (Semola)
100 g	Mehl
etwas	Salz
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
150 g	gekochter Schinken
100 g	geräucherter Schinken
2 EL	Butter
30 ml	Weißwein oder Gemüsebrühe
250 g	Sahne
1	Eigelb
etwas	Pfeffer aus der Mühle
100 g	Bergkäse



Für den Salat:

300 g	Lauch
etwas	Salz
1	Bio-Zitrone
2	rote Äpfel
1 Prise	Zucker
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Walnussöl oder Traubenkernöl

Zubereitung:

1. Für den Nudelteig Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und grob schneiden. Petersilie mit dem Ei 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. Nudelteig portionsweise mit der Nudelmaschine dünn ausrollen und zu breiten Nudeln schneiden.
- Tipp: Die Nudeln kann man auch gut am Vortag vorbereiten, auf einem sauberen Küchentuch ausbreiten und antrocknen lassen.
5. Für den Salat den Lauch putzen, der Länge nach halbieren, waschen und anschließend in feine halbe Ringe schneiden.

6. In einem Topf mit kochendem Salzwasser die Lauchstreifen ca. 30 Sekunden blanchieren, herausnehmen, in Eiswasser abschrecken und abtropfen lassen.
7. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, etwas Schale abreiben und den Saft auspressen
8. Die Äpfel waschen und mit der Schale grob reiben. Geraspelte Äpfel mit etwas Zitronensaft beträufeln.
9. Blanchierten Lauch und Äpfel in eine Schüssel geben, mit etwas Zitronenschale, 1 Prise Zucker, Salz und Pfeffer würzen. 1 Spritzer Zitronensaft und Walnussöl zugeben und alles gut vermischen.
10. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Nudeln darin portionsweise bissfest garen (frisch ca. 2 Minuten, angetrocknet etwas länger). Nudeln mit einer Siebkelle herausnehmen, kurz mit kaltem Wasser abspülen und abtropfen lassen.
11. Schalotten und Knoblauch schälen und fein würfeln. Schinken in feine Streifen oder Stücke schneiden.
12. Butter in einer Pfanne erhitzen. Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Beide Schinkensorten darin kurz schwenken. Weißwein zugeben, kurz einköcheln lassen. Sahne unterrühren, ebenfalls etwas einköcheln lassen.
13. Eigelb mit etwas von der Sahnesauce verrühren. Die Mischung danach unter die Schinkensahne rühren
14. Nudeln zugeben und die Nudeln kurz warm schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.
15. Schinkennudeln auf Teller verteilen. Bergkäse darüber reiben und mit dem Lauchsalat servieren.

Pro Portion: 826 kcal / 3461 kJ
75 g Kohlenhydrate, 34 g Eiweiß, 43 g Fett