

Veganer heller Nudelteig

für 2-3 Portionen

Zutaten Teig:

250g Dr. Schär Farine

10g Wasser

15g Olivenöl

150g Zucchini oder Aubergine

5g Salz

Herstellung:

Die Zucchini oder Aubergine sorgfältig schälen und pürieren. Die Masse muss sehr fein sein, damit später im Teig keine Stückchen sind, sonst reißt der Teig beim Ausrollen.

Aus allen Zutaten, entweder von Hand oder mit einer Küchenmaschine, einen homogenen Teig kneten. Wenn mit der Küchenmaschine gearbeitet wird, den Teig ggf. mit der Hand fertigstellen, denn er sollte bitte nicht zu lange maschinell geknetet werden, da er sonst bröselig wird!

Für Bandnudeln: Einen Topf mit reichlich, gut gesalzenem Wasser aufsetzen. Den Teig so dünn wie möglich ausrollen (höchstens 1 mm). Den ausgerollten Teig auf 5 cm Breite aufrollen und mit einem scharfen Messer in schmale Streifen schneiden. In das sprudelnd kochende Salzwasser geben.

Die Nudeln im Wasser mit einem Löffel kurz durchmischen und mind. 5 bis 6 min sprudelnd kochen lassen. Bitte eine Probe machen, denn diese Nudeln müssen durchgekocht sein für den guten Geschmack.

Tipps:

Auch sehr gut für gefüllte Teigtaschen wie Ravioli, Kärtner Kasnudeln o.ä. geeignet.