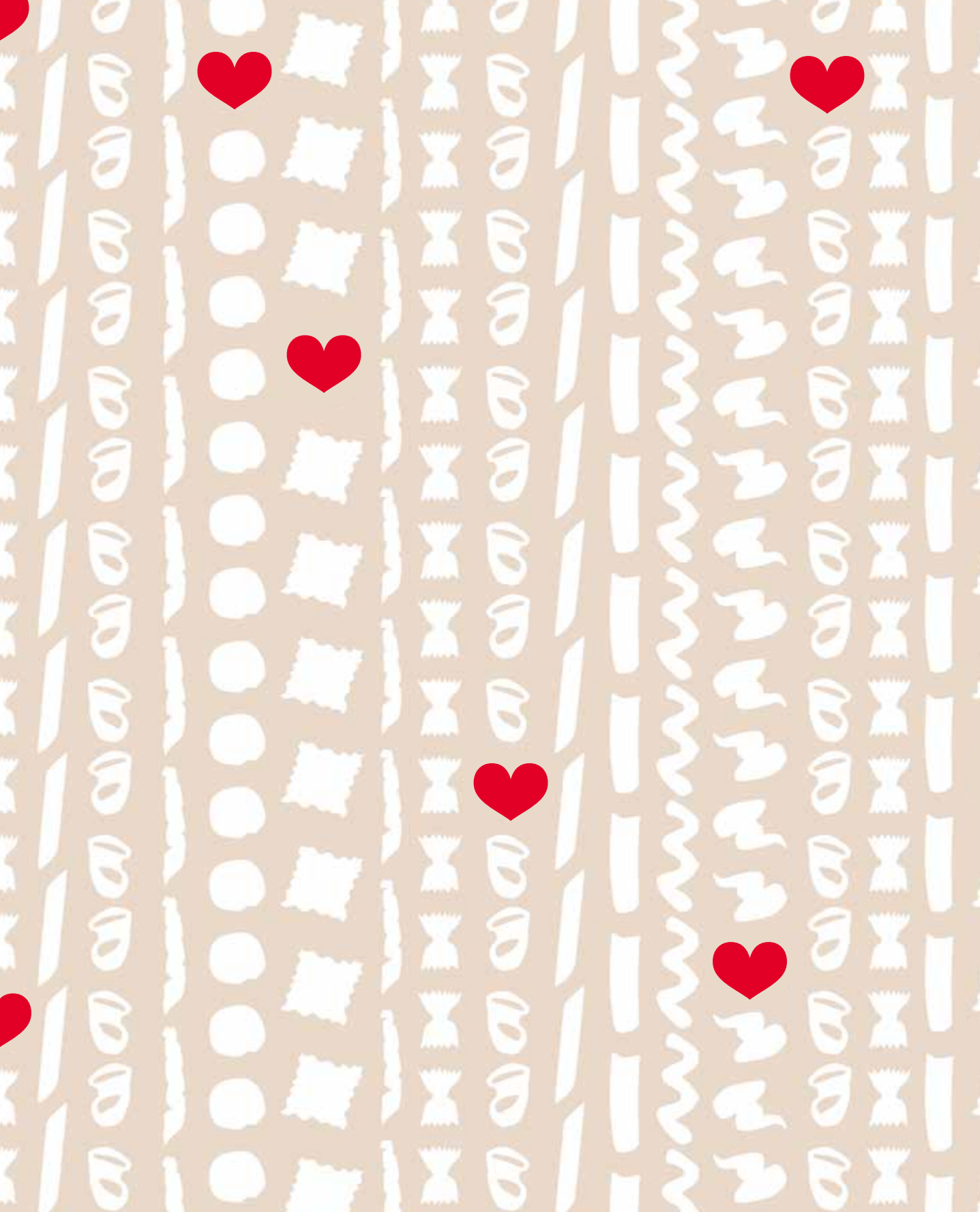
Mirja Hoechst



Mia liebt Pasta

Gefüllt.
Gebacken.
Gekühlt.
Gesüßt.

THORBECKE



VERLAGSGRUPPE PATMOS

PATMOS
ESCHBACH
GRÜNEWALD
THORBECKE
SCHWABEN

Die Verlagsgruppe
mit Sinn für das Leben

Für die Schwabenverlag AG ist Nachhaltigkeit ein wichtiger Maßstab ihres Handelns. Wir achten daher auf den Einsatz umweltschonender Ressourcen und Materialien.

Alle Rechte vorbehalten
© 2017 Jan Thorbecke Verlag der Schwabenverlag AG, Ostfildern
www.thorbecke.de

Gestaltung: Finken & Bumiller, Stuttgart
Bildnachweis: Jens Glatz (Cover vorn), Ines Dogan (S. 7), Mirja Hoechst (alle übrigen Abbildungen)
Druck: Himmer GmbH Druckerei, Augsburg
Hergestellt in Deutschland
ISBN 978-3-7995-1075-2 (Print)
ISBN 978-3-7995-1077-6 (eBook)

Inhalt

6 Ich liebe Pasta!

8 Das Handwerkszeug

9 Pastaformen

13 Grundrezepte

27 Gekocht

39 Gemüsenudeln – der gesunde Trend

55 Gefüllt

65 Nudeln füllen

79 Gebacken

101 Gekühlt

123 Gesüßt

134 Dank

135 Register

Ich liebe Pasta!

Pasta selbst zu machen – das war für mich immer der Inbegriff der Kochkunst. Ich erinnere mich noch genau an meine erste selbstgemachte Pasta, die ich in einer viel zu kleinen Küche in Schleswig-Holstein mit meinen Händen, einem quietschenden Nudelholz, einem Gemüsemesser und vielen Muckis verknetet, ausgerollt und schief und krumm zurechtgeschnitten hatte. Sie waren nicht schön und es gab in der Herstellung definitiv noch Luft nach oben – aber für mich waren sie perfekt und es war sofort um mich geschehen.

Mein Name ist Mirja – Freunde dürfen mich aber Mia nennen – und ich liebe Pasta.

Das Pastamachen wurde mir nicht in die Wiege gelegt. Ich bin keine Italienerin und das Essen meiner Kindheit würde ich eher als typisch norddeutsche Hausmannskost bezeichnen. Dennoch war er immer da, der Hunger nach einem guten Pasta-Gericht. Neugierig und unbedarft, wie ich manchmal bin, habe ich mich einfach in die Nudelproduktion hineingestürzt. Neben den vielen Rezepten, die du auf meinem Blog (http://kuechenchaotin.de) finden kannst, habe ich mit diesem Buch meine ganz persönliche Liebeserklärung an die Pasta geschrieben.

Ich hoffe, beim Nachmachen der Rezepte hast du mindestens genau so viel Spaß wie ich, als ich wochen- und monatelang fast jeden Tag ein kleines Date mit meiner Nudelmaschine in der Küche hatte, um möglichst viele und vielfältige Rezepte zu gekochter, gefüllter, gebackener, gekühlter und gesüßter Pasta zusammenzutragen. Gefüllt und pur. Heiß und kalt. Süß und herzhaft. So mag ich es am liebsten.

In diesem Sinne: Guten Appetit!

Mia



Grund-rezepte

3 × Pastateig

Pasta selbst zu machen ist (k)eine Wissenschaft für sich. Mit einem guten Grundteig kann eigentlich kaum etwas schief gehen! Diese drei Rezepte haben sich für mich bewährt – einmal mit Ei, einmal ohne und somit vegan und einmal sogar glutenfrei! Der Teig sollte geschmeidig und fest, aber nicht zu trocken sein. Sollte er bröckeln, kann einfach etwas Wasser hinzugegeben werden. So steht dem Pastagenuss nichts mehr im Wege! Alle Rezepte, die du hier findest, sind für 1 Portion.

PASTATEIG MIT EI

100 g Mehl
1 kleine Pr Salz
1 Ei *(Größe M–L)*

Das Mehl mit dem Salz vermengen und eine Mulde formen. Das Ei in die Mulde geben und alles zu einem glatten Nudelteig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank mindestens 1 Stunde ruhen lassen. Danach weiterverarbeiten.

PASTATEIG OHNE EI

50 g Mehl
50 g Hartweizengrieß
1 kleine Pr Salz
50 ml kaltes Wasser

Das Mehl mit dem Hartweizengrieß und dem Salz vermengen und eine Mulde formen. Das Wasser in die Mulde geben und alles zu einem glatten Nudelteig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank mindestens 1 Stunde ruhen lassen. Danach weiterverarbeiten.

GLUTENFREIER PASTATEIG

100 g glutenfreies Mehl
½ TL gemahlene Flohsamenschalen
1 Pr Salz
70–80 ml Mineralwasser mit viel Kohlensäure

Das Mehl mit den Flohsamenschalen und dem Salz vermengen und das Mineralwasser hinzugeben. Rasch zu einem glatten Nudelteig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie einschlagen und bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank mindestens 1 Stunde ruhen lassen. Danach weiterverarbeiten.



Pasta Salvia

Diese Pasta war lange mein absolutes Lieblingsgericht einer Restaurantkette und das einzige, was ich dort gegessen habe. Eines Tages verschwand sie leider von der Karte. Egal – seitdem mache ich sie nämlich einfach selbst!

REZEPT

für 4 Portionen

400 g kurze Pasta (*z.B. Campanelle*)
1 kleine Zwiebel
2 Knoblauchzehen
80 g getrocknete Tomaten
250 g Feta
½ Chilischote
5–6 EL Olivenöl
10 Salbeiblätter
frisch gemahlener Pfeffer

1. Die Pasta in reichlich Salzwasser bissfest kochen, dann abgießen.

2. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln, die getrockneten Tomaten in Streifen schneiden, den Feta ebenfalls würfeln. Die Chilischote entkernen und in feine Streifen schneiden.

3. In einer Pfanne das Öl erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Die Chilistreifen und die getrockneten Tomaten hinzugeben und mit anschwitzen. Den Salbei hinzugeben und leicht frittieren. Zum Schluss den Feta in der heißen Pfanne mitschwenken, bis er cremig wird.

4. Die heiße Pasta in die Pfanne geben und alles gut vermengen. Sofort mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren. Fertig!



Linguine mit Süßkartoffel-Kokos-Creme

Süßlich pikant kommt sie daher, die Süßkartoffel-Kokos-Creme. Eine tolle Mischung! Das Harissa-Gewürz ist sehr pikant und sollte vorsichtig dosiert werden. Ich gebe am Anfang lieber ein bisschen weniger hinzu und würze nach, damit niemandem am Tisch die Tränchen in die Augen steigen.

REZEPT

für 4 Portionen

400 g Linguine
500 g Süßkartoffeln
400 ml Kokosmilch
100 ml Gemüsebrühe
3 TL Harissa-Gewürz
Salz und Pfeffer
1 Bund Petersilie

1. Die Linguine in reichlich Salzwasser bissfest garen.
2. Die Süßkartoffeln schälen, in grobe Stücke schneiden und in einen Topf geben. Die Kokosmilch und die Brühe dazugeben und zugedeckt ca. 15 Minuten kochen lassen, bis die Süßkartoffeln weich sind.
3. Anschließend das Harissa-Gewürz hinzugeben und alles gründlich pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. Die Linguine in der Sauce schwenken und die Petersilie fein hacken.
5. Die Pasta mit reichlich Petersilie bestreut sofort servieren. Fertig!





Riesen-Ravioli mit Kürbisfüllung in Salbeibutter

Was war zuerst da, die Ravioli oder die Salbeibutter? Ich gebe zu: Bei mir war es Zweiteres. Ich liebe Salbeibutter über alles und habe nach einer Ravioli-Füllung gesucht, die dazu wie die Faust aufs Auge passt. Der Kürbis hat sich als perfekter Begleiter herausgestellt. 4 Portionen? Ich schaff die allein!

REZEPT

für 4 Portionen

Pastateig für 4 Portionen nach Rezept auf Seite 14
1 kleine Zwiebel
1 kleiner Hokkaido-Kürbis
2 EL Butter
40 g Parmesan
1 Pr Muskat
Salz und Pfeffer
1 Ei
60 g Butter
6–8 Salbeiblätter

1. Die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Hokkaido entkernen und das Fruchtfleisch ebenfalls in Würfel schneiden.

2. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Das Kürbisfleisch hinzugeben und bei schwacher Hitze dünsten, bis es sehr weich ist. Die Pfanne vom Herd nehmen und den Parmesan sowie den Muskat unterrühren. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ei trennen und das Eigelb unter die Masse für die Füllung rühren.

3. Den Nudelteig dünn ausrollen und Kreise von ca. 13 cm Durchmesser ausstechen. Jeweils eine kleine Menge der Füllung in die Mitte geben und den Rand mit dem Eiweiß dünn bepinseln. Die Riesenravioli fest verschließen (ggf. mit Hilfe eines Teigtaschenformers).

4. Die Ravioli in kochendes Salzwasser geben, die Hitze reduzieren und die Pasta in 4 Minuten gar ziehen lassen, dann abgießen.

5. In einer Pfanne die Butter erhitzen und die Salbeiblätter hineingeben. Beides so lange weitererhitzen, bis die Butter goldbraun und der Salbei leicht knusprig sind.

6. Die Riesenravioli mit der Salbeibutter übergießen und sofort servieren. Fertig!



Sommer-pasta mit Zitrone und Zucchini

Wenn die nächste Zucchinischwemme kommt, seid ihr mit diesem Rezept gewappnet: Gleich drei Zucchini verstecken sich nämlich in diesem Nudelsalat. Mit ein bisschen Zitrone und etwas Mozzarella wird er ein leichtes Sommerhighlight.

REZEPT

für 4 Portionen

300 g Mafalda oder andere kurze Nudeln
1 Zitrone
3 Zucchini
½ Bund Basilikum
6 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer und Zucker
2 Kugeln Mozzarella

1. Die Nudeln in reichlich Salzwasser kochen und abgießen.
2. Die Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Die Zucchini waschen und in dünne Scheiben hobeln, die Basilikumblätter von den Stängeln zupfen.
3. In einer Pfanne 1 EL Olivenöl erhitzen und die Zucchini darin bei mäßiger Hitze braten, bis sie weich wird. Das Basilikum dazugeben und untermischen.
4. 5 EL Olivenöl mit der Zitronenschale und ca. der Hälfte des Saftes vermengen. Mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken.
5. Die gekochten Nudeln unter die Zucchinischeiben mischen, mit dem Zitronen-Olivenöl-Dressing vermengen und abkühlen lassen. Den Mozzarella in mundgerechte Stücke schneiden oder zupfen und unterheben. Fertig!

TIPP → *Für alle, die nicht warten können: Dieses Gericht schmeckt auch warm als Hauptspeise an einem heißen Sommertag ganz wunderbar.*

Nudelsalat
mit Blumenkohl

Dies ist der perfekte Salat zu einer Sommerparty, denn hier treffen sie alle aufeinander: bissfeste Pasta, feiner Blumenkohl, scharfe Chili, süße Cranberries und ein frisches Zitronendressing. Eine eigene kleine Party im Mund!

REZEPT

für 4 Portionen

400 g Maccheroni
1 kleiner Blumenkohl
2 rote Chilischoten
100 g getrocknete Cranberries
1 Bund Petersilie
4 EL Zitronensaft
10 EL Öl
Salz und Pfeffer

1. Die Maccheroni in reichlich Salzwasser bissfest kochen und gut abtropfen lassen.

2. Den Blumenkohl in feine Röschen teilen und in reichlich kochendem Salzwasser ca. 6 Minuten blanchieren, bis er bissfest ist.

3. Die Chilischoten entkernen und in feine Ringe schneiden. Die Cranberries und die Petersilie hacken.

4. Den Zitronensaft mit dem Öl und reichlich Salz und Pfeffer zu einem Dressing verrühren. Alle Zutaten in einer großen Schüssel gut vermengen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen. Fertig!





Grüne-Sauce-Nudelsalat

Ich bin keine Frankfurterin, aber zu grüner Sauce sage ich nicht „Nein"! Vor allem dann nicht, wenn sie in einem so feinen Nudelsalat daherkommt.

REZEPT

für 4 Portionen

400 g Fussili
4 Eier
45 g Petersilie
45 g Schnittlauch
45 g Sauerampfer
45 g Borretsch
45 g Kresse
45 g Kerbel
45 g Pimpinelle
200 g Schmand
300 g saure Sahne
1 EL Weißweinessig
1 EL Öl
Salz und Pfeffer
4 EL Mandelsplitter
125 g Rucola

1. Die Fussili in reichlich Salzwasser bissfest kochen. Die Hälfte der Eier hart kochen und fein hacken.

2. Die Kräuter ebenfalls grob hacken, mit dem Schmand und der sauren Sahne verrühren und in einem Mixer zu einer Sauce pürieren. Die gehackten Eier unterheben und den Weißweinessig sowie das Öl einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

3. Die Fussili unter die Sauce heben. Mindestens 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

4. Die Mandelsplitter in einer Pfanne ohne Fett anrösten und zusammen mit dem Rucola unter die Nudeln heben. Die restlichen Eier wachsweich kochen und halbieren oder vierteln. Den Nudelsalat auf 4 Portionen aufteilen und mit dem Ei garniert servieren. Fertig!



Schoko-Ravioli

Diese Variante hätte fast den Namen „Schneewittchen-Ravioli“ bekommen. Schokolade so schwarz wie Ebenholz, Vanillecreme so weiß wie Schnee und Kirschen so rot wie Blut. Das sieht nicht nur hübsch aus, sondern schmeckt auch märchenhaft!

REZEPT

für 2–3 Portionen

140 g Mehl
40 g Kakaopulver
20 g Puderzucker
3 Eier (*Größe M*)
100 ml Milch
50 g Sahne
4 EL Zucker
Mark von 1 Vanilleschote
200 g Sauerkirschen aus dem Glas
1 gehäufter TL Speisestärke

1. Das Mehl mit dem Kakao, dem Puderzucker und 1 Ei zu einem glatten Teig verkneten und bei Zimmertemperatur oder im Kühlschrank mindestens 1 Stunde ruhen lassen.

2. Für die Vanillefüllung die Milch mit der Sahne, 2 EL Zucker und dem Vanillemark aufkochen lassen und vom Herd nehmen.

3. Die restlichen Eier trennen, das Eiweiß anderweitig verwenden. Die Eigelbe verrühren und unter ständigem Rühren 2 Kellen der heißen, aber nicht mehr kochenden Vanillemilch hinzugeben. Die Eiermilch zurück in den Topf geben und bei geringer Hitze so lange erwärmen, bis sie eindickt. Die Vanillesauce durch ein feines Sieb gießen und abkühlen lassen.

4. Den Nudelteig zu zwei dünnen Platten ausrollen, die Unterseite gut bemehlen und eine Platte in ein Raviolibrett legen. Die Füllung in die Mulden geben und eine zweite Teigplatte auflegen. Die Oberseite ebenfalls gut bemehlen und mit einem Nudelholz über das Raviolibrett fahren, damit die Teigplatten sich verbinden. Das Brett kippen und die Ravioli herauslösen. Die Ravioli, die sich noch nicht getrennt haben, mit einem Teigrädchen auseinanderschneiden.

5. Die Sauerkirschen mit dem restlichen Zucker und etwas Wasser in einen Topf geben und zum Köcheln bringen. Die Speisestärke in 2–3 EL kaltem Wasser verrühren und zu den Kirschen geben. Weiterrühren und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit eindickt. Das Kirschkompott warm halten.

6. Die Schokoravioli in reichlich Salzwasser 4 Minuten garen. Abtropfen lassen und mit dem Kirschkompott servieren. Fertig!

Dank

Jens, mein Liebster. Danke für's Kartoffeln kochen in der Nacht, fürs Händchenhalten in der Schaffenskrise, fürs Abschmecken, Zwiebel-Tränchen trocknen, fürs Kritisieren der schlechteren und fürs Feiern der tollen Kreationen. Und fürs unverhoffte Covershooting! Du bist mein Ruhepol, mein Anker, mein Partner in Crime. Dich hab ich am liebsten!

Ines Dogan, meine wunderbare Fotografin. Du bist eine Wucht! Danke für deinen spontanen und absolut unübertrefflichen Einsatz – und das am Valentinstag!

Mel und Steffi, dafür, dass ihr mir immer mit Rat und Tat bei Seite steht!

Daniela, meine Lektorin. Danke für deine Geduld und dafür, dass du offensichtlich nie daran gezweifelt hast, dass das hier fertig wird und dass es gut wird – auch, wenn alles ein bisschen länger gedauert hat, als wir dachten.

Ein großer Dank geht auch an Fabio Haebel. Nicht nur, weil das Essen bei ihm immer so lecker ist, sondern vor allem, weil er mir seine „Tarterie St. Pauli" als Fotoset zur Verfügung gestellt hat. Und an die TA OS Skybar in Schorndorf, die als Kulisse für das Cover dieses Buchs gedient hat und mir immer wieder meinen Feierabend mit „fancy Cocktails" versüßt.

Register

A
19 Aglio Olio e Peperoncino
131 Apfel-Zimt-Füllung, Cannelloni mit
91 Auberginen-Cannelloni

B
16 Braune Pasta
120 Bunter Pasta-Bohnensalat

C
131 Cannelloni mit Apfel-Zimt-Füllung
91 Cannelloni, Auberginen-

E
32 Erdnuss-Pasta

F
110 Fussili-Kartoffelsalat mit Pesto-Sahne-Dressing

G
80 Gefüllte Muschelnudeln mit Brokkoli
16 Gelbe Pasta
14 Glutenfreier Pastateig
115 Griechische Tortellini-Spieße
16 Grüne Pasta
23 Grünes Pesto
107 Grüne-Sauce-Nudelsalat

K
68 Kartoffelfüllung, Pasta-Bonbons mit
58 Kartoffelmaultaschen mit Spinat und Champignons
19 Käsesauce
71 Käsetortellini-Bites
18 Kräuter-Sahne-Sauce

L
128 Lasagne mit Mangokompott, Süße
88 Lasagne mit Ziegenkäse
77 Lasagne, Offene
52 Linguine mit Süßkartoffel-Kokos-Creme
31 Linsenbolognese, Spaghetti mit
74 Linsensalat, Riesenravioli mit Eigelbfüllung auf

M
93 Mac and Cheese à la Küchenchaotin
61 Maultaschenspieße vom Grill
127 Milchnudeln
39 Möhrenpasta Stir-Fry
80 Muschelnudeln mit Brokkoli, Gefüllte

N
62 Nudelsäckchen mit Pilzfüllung
112 Nudelsalat Caprese
104 Nudelsalat mit Blumenkohl
119 Nudelsalat mit Melone und Avocado
40 Nudelsuppe Thai-Style

O
77 Offene Lasagne
51 One Pot Pasta mit Lauch und Pilzen
132 Orangensauce, Spaghetti mit

P
46 Pasta mit Tomatenpesto und Kichererbsen
48 Pasta Salvia
16 Pasta, Braune
16 Pasta, Gelbe
16 Pasta, Grüne
16 Pasta, Rote
94 Pasta-Auflauf Kürbis-Mozzarella
120 Pasta-Bohnensalat, Bunter
68 Pasta-Bonbons mit Kartoffelfüllung
28 Pasta-Risotto mit Campanelle, Tomaten-
14 Pastateig mit Ei
14 Pastateig ohne Ei
14 Pastateig, Glutenfreier
84 Pasta-Torte
23 Pesto, Grünes
24 Pesto, Pilz-
23 Pesto, Rotes

24 Pesto, Walnuss-
110 Pesto-Sahne-Dressing, Fussili-Kartoffelsalat
83 Pfannenlasagne
24 Pilzpesto

R
98 Reisnudeln in Zucchini
116 Reisnudelsalat mit Mango und Paprika
74 Riesenravioli mit Eigelbfüllung auf Linsensalat
57 Riesenravioli mit Kürbisfüllung in Salbeibutter
28 Risotto mit Campanelle, Tomaten-Pasta-
16 Rote Pasta
42 Rote-Bete-Pasta
72 Rote-Bete-Ravioli
23 Rotes Pesto
67 Rotolo mit Spinat-Gorgonzola-Füllung

S
109 Salat mit Radicchio
57 Salbeibutter, Riesenravioli mit Kürbisfüllung in
125 Schokoravioli
103 Sommerpasta mit Zucchini und Zitrone
31 Spaghetti mit Linsenbolognese
132 Spaghetti mit Orangensauce
97 Spaghettimuffins mit Ei
45 Spinatcremesuppe mit frischen Orecchiette
67 Spinat-Gorgonzola-Füllung, Rotolo mit
128 Süße Lasagne mit Mangokompott
52 Süßkartoffel-Kokos-Creme, Linguine mit

T
87 TexMex-Nudel-Frittata
28 Tomaten-Pasta-Risotto mit Campanelle
46 Tomatenpesto und Kichererbsen, Pasta mit
18 Tomatensauce
115 Tortellini-Spieße, Griechische

W
24 Walnuss-Pesto

Z
35 Zucchininudeln mit Avocadosauce

Mia liebt Pasta – sogar so sehr, dass sie sich wochenlang in ihrer kleinen Küche mit den herrlichen Teigwaren einschließt, kocht, fotografiert und so lange ausprobiert, bis ein ganzes Pasta-Buch dabei herauskommt. Seid ihr auch so verrückt nach Pasta wie Mia? Dann ist dieses Buch genau das Richtige für euch!
Ganz egal, ob gekocht, gefüllt, gebacken, gekühlt oder gesüßt: Mit viel Passion für die leckeren Teigwaren aus Italien hat die »Küchenchaotin« in diesem Buch mehr als 50 kreative Rezepte – z.B. Zucchinispaghetti, Pfannenlasagne, Nudelsuppe Thai-Style, Nudelsalat mit grüner Sauce oder Schokoravioli mit Vanillecremefüllung – für euch zusammengestellt und fotografiert. Die Rezepte sind einfach lecker sowie schnell und leicht nachzukochen.

Ein Muss für alle großen und kleinen Pasta-Fans!





ISBN 978-3-7995-1075-2
WWW.THORBECKE.DE
HERGESTELLT IN DEUTSCHLAND

AUCH ALS BOOK