

## DER TEIG

### Zutaten

S 14 Der Basisteig für Eierpasta besteht aus Mehl und Eiern. *Pasta all'uovo* kann mit **Weissmehl**  
 S 15 (Bild 1, links), mit **Hartweizengriess/-dunst** (Bild 1, rechts) oder aus einer Mischung beider Mehle hergestellt werden. Die Sorte der Mehle und ihr Verhältnis zueinander variieren je nach Pastasorte, Region und persönlicher Vorliebe. Weissmehl ergibt einen etwas weicheren Teig und eine feinere Pasta, Hartweizengriess/-dunst verleiht ihr mehr Biss. Man muss die Sache mit dem Mehl aber nicht komplizierter machen, als sie ist – Unterschiede sind beim Resultat kaum feststellbar. 90 % aller Eierpastasorten stelle ich mit dem gleichen Teig her, für den ich eine Mischung aus 2 Teilen Weissmehl und 1 Teil Hartweizengriess/-dunst verwende.

Auf 100 g Mehl kommt 1 Ei (55 g, ohne Schale). **Das Ei** verleiht der gekochten Pasta Biss und eine gelbe Farbe, es macht den Teig aber auch zäh und etwas schwierig zum Verarbeiten. Wie beim Mehl spielt auch bei den Eiern die Qualität eine wichtige Rolle. Wenn ich einen Pastateig mit den Eiern unserer eigenen Hühner zubereite, ist der Unterschied zu einem Teig, der mit Eiern aus dem Supermarkt hergestellt wurde, nicht nur geschmacklich feststellbar, sondern auch zu sehen. Die gekochte Pasta schmeckt deutlich nach Ei und ist von einer schönen gelben Farbe. Natürlich haben die wenigsten Menschen eigene Hühner. Gekaufte Eier sollten nicht nur von Hühnern aus Freilandhaltung stammen, sondern auch biozertifiziert sein.

Das Grundverhältnis der Zutaten für Eierpasta ist also folgendes: **65 g Weissmehl, 35 g Hartweizengriess/-dunst, 1 Ei**. Wenn man den Teig von Hand auswallt, fügt man zusätzlich **½ EL (6 g) Wasser** zu, damit der Teig etwas weicher wird und besser ausgewallt werden kann.

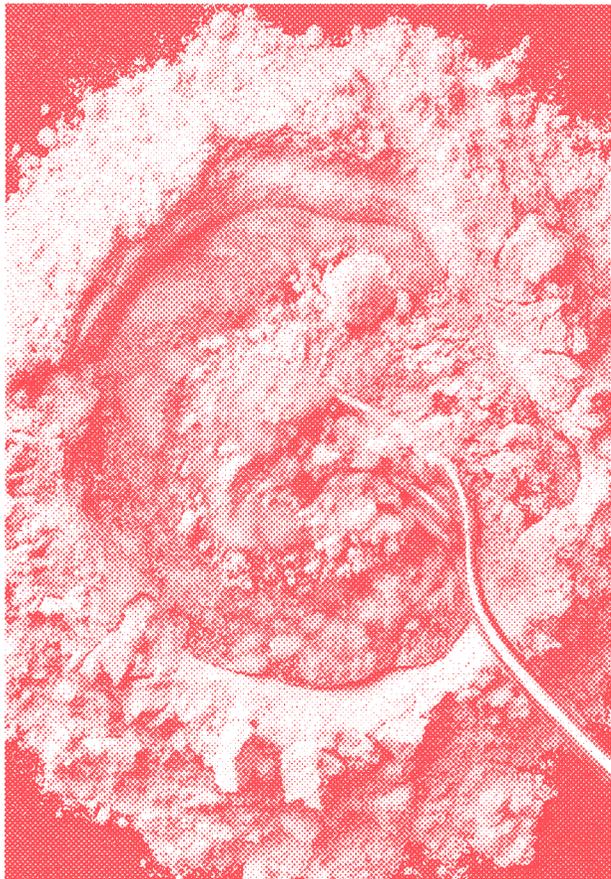
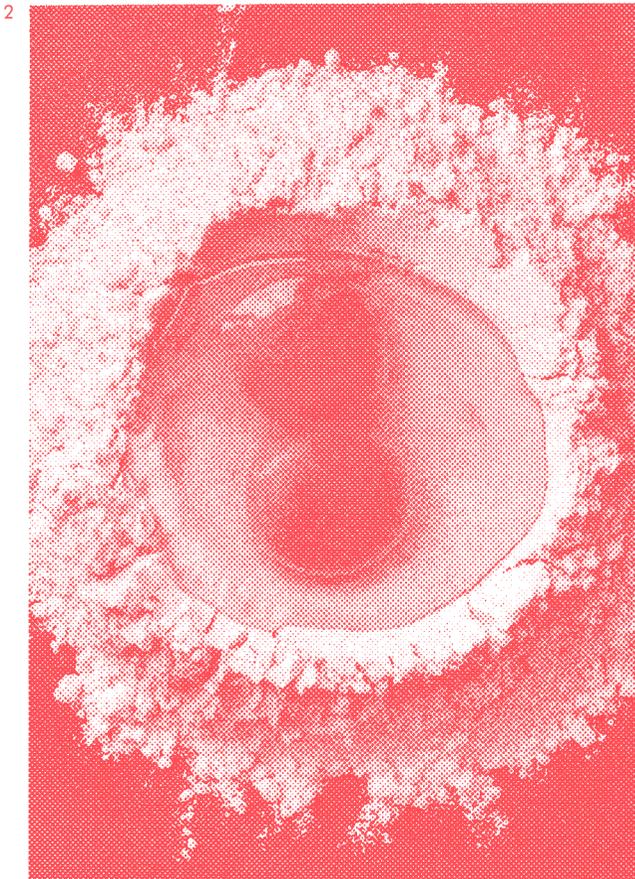
Meiner Meinung nach gehören keine weiteren Zutaten in einen Eierpastateig. Es braucht weder Salz noch Olivenöl: Gesalzen wird die Pasta beim Kochen, Öl macht den Teig zwar etwas geschmeidiger, bringt aber geschmacklich keinen nennenswerten Mehrwert.

**Wichtig:** Mehl und Eier sind Naturprodukte und nicht immer gleich. Manche Mehle können mehr Wasser aufnehmen als andere. Auch Temperatur und Luftfeuchtigkeit beeinflussen die Teigherstellung – man darf sich deshalb nie ausschliesslich auf die Mengenangaben verlassen, sondern muss immer auch auf seine Sinne vertrauen.

### Den Teig zubereiten

Das Weissmehl und den Hartweizengriess/-dunst mischen und auf die saubere Arbeitsfläche geben. Eine Mulde hineindrücken, die aufgeschlagenen Eier in die Mulde geben (Bild 2). Die Eier mit einer Gabel verquirlen und nach und nach von innen nach aussen immer mehr Mehl unter die Eier mischen (Bild 3), bis alles eine streuselartige Konsistenz hat (Bild 4). (Bis hierhin kann man statt direkt auf der Arbeitsfläche auch in einer Schüssel arbeiten.) Die Streusel von Hand zu einer Kugel zusammenfügen. Nun beginnt das Kneten: Mit dem Handballen der einen Hand kräftig auf den Teig und diesen gleichzeitig etwas von sich weg drücken. Den Teig mit der anderen Hand einmal falten und um 90 Grad drehen, dann wieder mit dem Handballen der ersten Hand drücken (Bild 5). Diese Bewegung (Drücken+Falten/Drehen) wird so oft wiederholt, bis man eine kompakte, geschmeidige Teigkugel mit glatter, leicht glänzender Oberfläche erhält (Bild 6), das dauert ca. 10 Minuten. Falls der Teig zu trocken ist, ganz wenig Wasser zufügen – der Teig darf auf keinen Fall klebrig sein. Die Teigkugel in Frischhaltefolie wickeln und vor der weiteren Verarbeitung 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen. Wenn nötig, kann Pastateig für Eierpasta 2 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden.





## AUSWALLEN

### Von Hand oder mit der Pastamaschine

s 34 Es braucht die richtige Technik und etwas Geduld, um Pastateig auszuwallen. Grundsätzlich bekommt man das gut von Hand hin; mit einer **Pastamaschine** geht es etwas einfacher, schneller und man erhält ein gleichmässigeres Ergebnis. Zwischen den beiden Methoden gibt es einen grundlegenden Unterschied: Wallt man den Teig von Hand aus, verarbeitet man den ganzen Teig auf einmal und erhält eine einzige grosse, runde Teigplatte. Mit der Maschine wallt man den Teig hingegen portionenweise aus und erhält mehrere rechteckige Teighbahnen.

s 36 ff In den **Sortenanleitungen** ist die jeweils beste Vorgehensweise für beide Varianten beschrieben.

### 1. Mit der Pastamaschine

s 36 ff Je nach Pastasorte sollte der ausgewallte Teig weicher oder trockener sein. Entsprechend kann es sinnvoller sein, entweder zunächst den ganzen Teig portionenweise auszuwallen und erst dann weiterzuverarbeiten oder aber jede ausgewallte Teighbahn sofort weiterzuverarbeiten und danach die nächste Portion Teig auszuwallen. In den **Sortenanleitungen** ist jeweils erwähnt, wenn dies eine Rolle spielt.

Beim Auswallen habe ich immer etwas Weissmehl und Hartweizengriess/-dunst bereit; ist der Teig ein wenig zu feucht, streue ich etwas **Mehl** auf die Teighbahn, verstreiche es darauf und schüttele das überschüssige Mehl vor dem nächsten Auswallen wieder ab. **Hartweizengriess/-dunst** kommt zum Einsatz, wenn es darum geht, zu verhindern, dass die bereits ausgewallten Teighbahnen an der Arbeitsfläche oder an anderen Teighbahnen festkleben. Wegen seiner groben Struktur funktioniert er wie ein Trennmittel und fällt – im Gegensatz zu Mehl – später beim Kochen von der Pasta ab.

Je länger die Teighbahn, umso schwieriger das Handling. Es ist deshalb sinnvoll, nicht mehr als ca. 50 g Teig auf einmal auszuwallen, wenn man darin noch nicht so geübt ist. (Das entspricht der Teigmenge, die auf den Bildern – auf Bild 5 im Massstab 1:1 – zu sehen ist.)

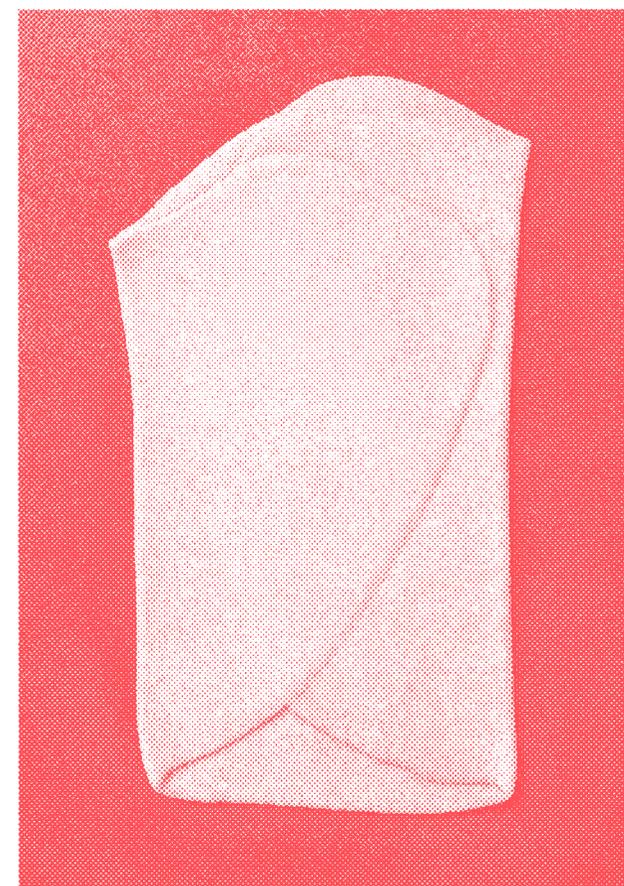
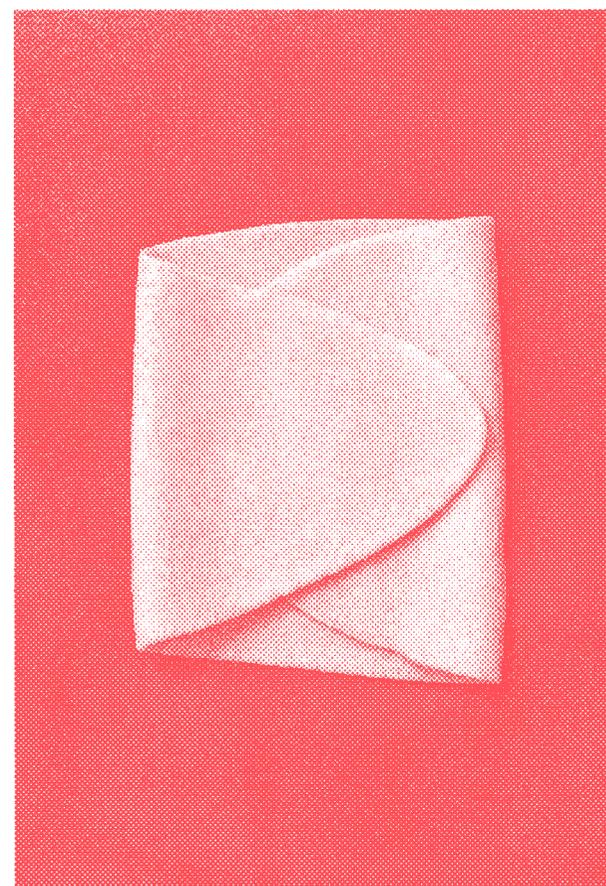
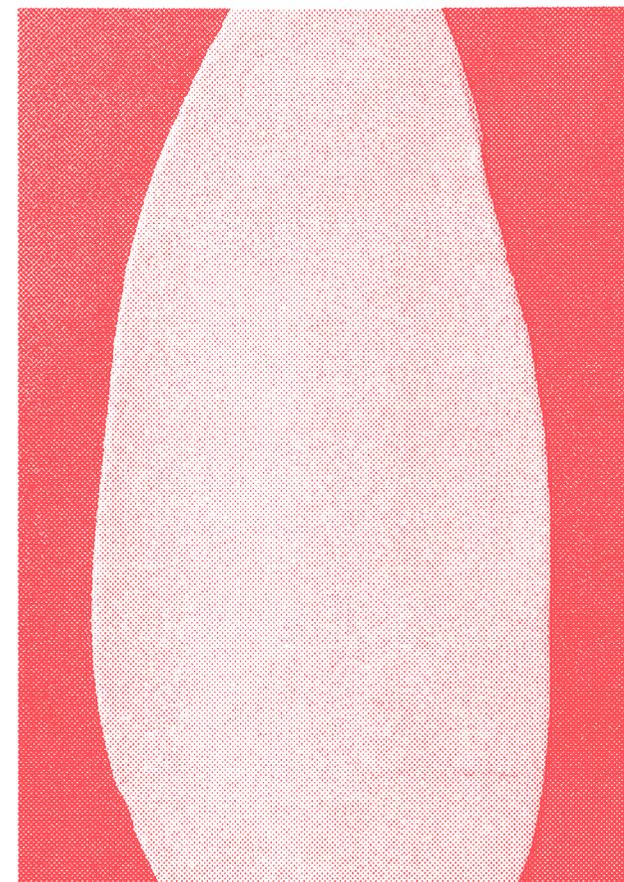
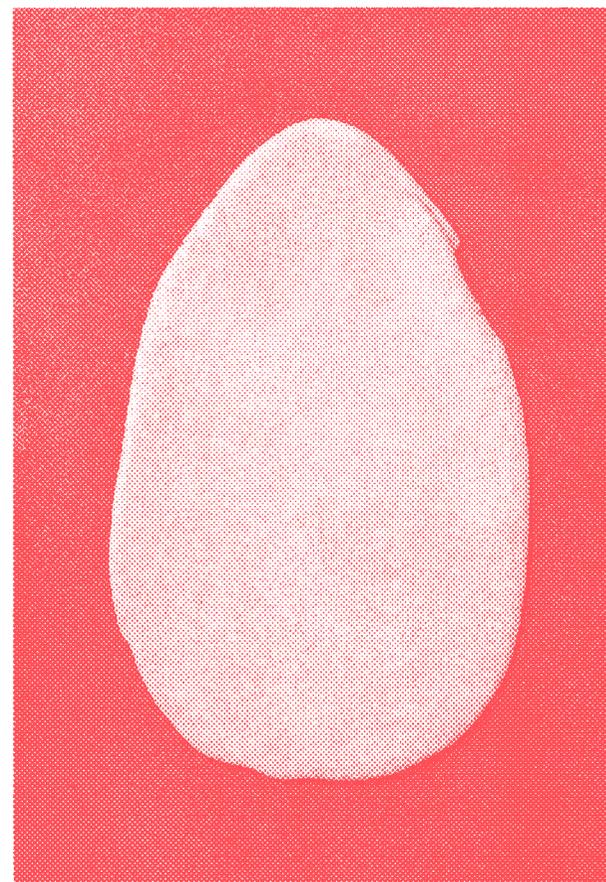
### So geht's

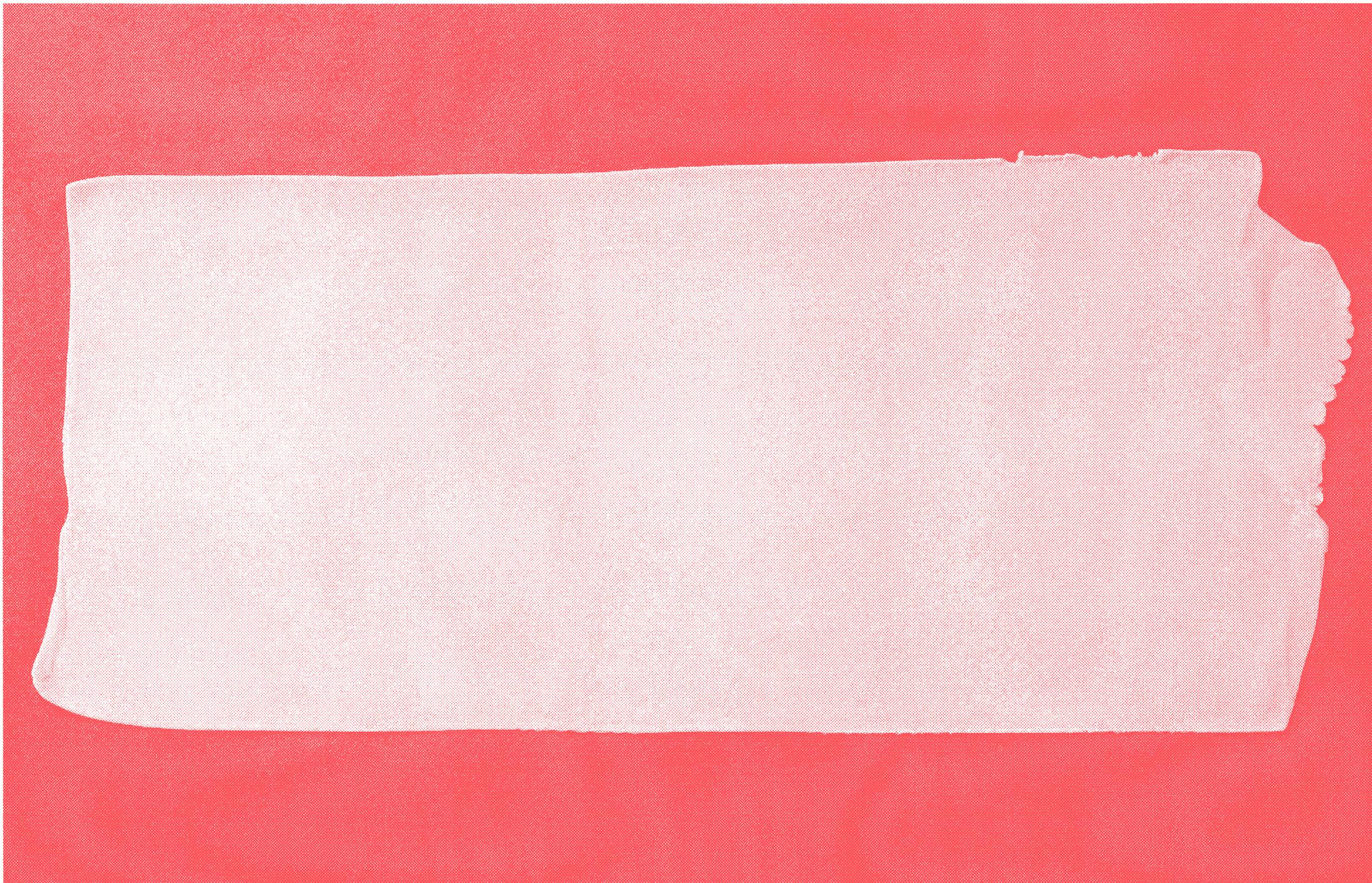
Eine Teigportion durch die grösste Öffnung (Stufe 1) der Teigwalzen treiben (Bild 1). Das Teigstück durch Stufe 3 drehen (Bild 2). Den Teig quer vor sich auf die Arbeitsfläche legen und beide Enden nach innen klappen, sodass der Teig gedrittelt wird und dreilagig ist (Bild 3). Dieses Stück nun längs wieder durch Stufe 1 treiben (Bild 4). Den ganzen Vorgang ca. drei Mal wiederholen. Der Teig wird so einerseits nochmals richtig gut geknetet, andererseits wird er in eine praktische rechteckige Form gebracht – idealerweise ist die Teighbahn fast so breit wie die Walzen. Die Teighbahn stufenweise immer dünner auswallen, bis die gewünschte Dicke (z.B. 1 mm) erreicht ist (Bild 5). In den **Sortenanleitungen** ist jeweils angegeben, welche Teigdicke ideal ist – sie variiert je nach Sorte (und persönlicher Vorliebe).

s 36 ff

Wenn der Teig vor der Weiterverarbeitung etwas antrocknen soll (z.B. für die verschiedenen Nudelvarianten), die ausgewallten Bahnen auf saubere Küchentücher legen, nach ca. 10 Minuten wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls antrocknen lassen. Falls das Austrocknen verhindert werden soll, die Teighbahnen mit Hartweizengriess/-dunst bestreuen, aufeinanderlegen und mit einem sauberen Küchentuch zudecken.

Wenn nötig, kann ausgewallter Pastateig 1 bis 2 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden. Dafür die Teighbahnen grosszügig mit Hartweizengriess/-dunst bestreuen, aufeinanderlegen, zu einer Roulade aufrollen und in Frischhaltefolie wickeln.





## 2. Von Hand

Zur Erinnerung: Die Mengenangaben in den Rezepten ergeben einen Teig, der für das Auswallen mit der Maschine ideal ist. Wallt man den Teig von Hand aus, bereitet man einen etwas **weicheren/feuchteren Teig** zu.

Um Pastateig von Hand auszuwallen, ist ein **Mattarello**, das italienische, ca. 80 cm lange und 4 bis 5 cm dicke Pastawallholz ohne Griffe, ideal. Das Auswallen funktioniert aber auch mit einem normalen Wallholz. Zunächst die traditionelle Methode mit dem *Mattarello*:

### So geht's

Den Teig vor sich auf die genügend grosse Arbeitsfläche legen und von Hand etwas flach drücken. Den Teig zunächst wie gewohnt auswallen, während man ihn immer wieder dreht und wendet, sodass man eine gleichmässige, runde Fläche erhält (Bild 1). Wenn nötig, die Arbeitsfläche und die Teigoberfläche immer wieder leicht mit **Weissmehl** bemehlen, damit der Teig nicht am Tisch oder am Wallholz kleben bleibt. Wenn der Teig ca. 2 mm dünn ist und es schwierig wird, ihn weiter auszuwallen, beginnt man mit folgender Technik: Das Wallholz auf das hintere Ende des Teigblatts legen, das Teigblatt durch Rollen des Wallholzes ganz darauf aufwickeln, während man mit beiden Händen mit etwas Druck über den auf dem Wallholz liegenden Teig hin und her streicht (Bild 2). Auf diese Weise zieht man den Teig in die Breite. Zusätzlich kann man, wenn der Teig noch nicht ganz um das Wallholz gewickelt ist, vorsichtig am nicht aufgewickelten Teig ziehen (Bild 3). Wenn die Teigplatte einmal komplett um das Wallholz gewickelt ist, dreht man das Wallholz mitsamt dem Teig um 90 Grad und entrollt ihn wieder (Bild 4). Dieser Vorgang wird so oft wiederholt, bis das Teigblatt die gewünschte Dicke hat. Man muss zügig arbeiten, damit der Teig nicht austrocknet.

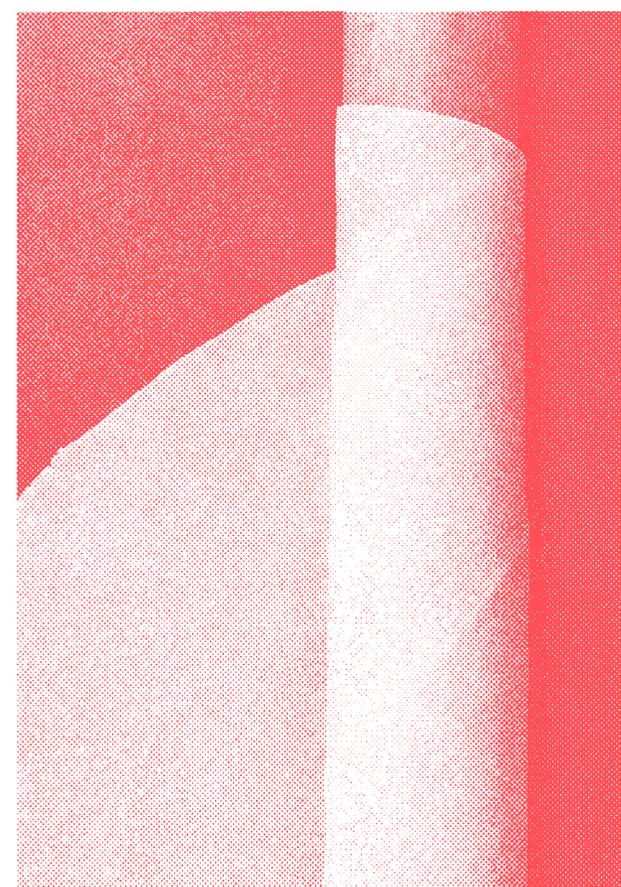
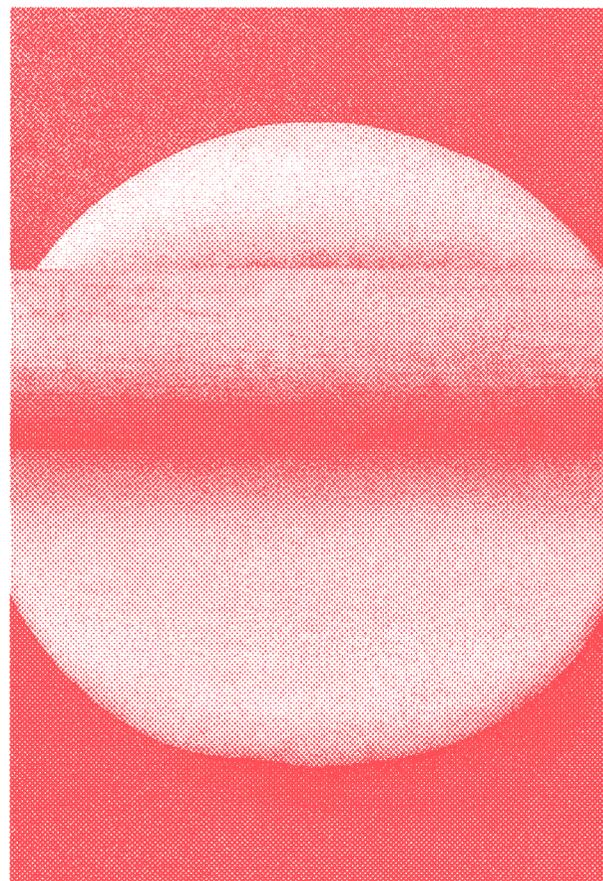
Zur Orientierung: Der ausgewallte Teig auf Bild 5 (im Massstab 1:1) besteht aus 200 g Mehl, 2 Eiern und 1 EL Wasser. Er ist **1 mm** dünn und hat einen Durchmesser von **60 cm**.

Wenn man ein **normales Wallholz** benutzt, funktioniert die Technik mit dem Teigaufrollen nicht, weil das Wallholz nicht lang genug ist. Doch man schafft es auch damit, den Teig dünn genug auszuwallen. Den Teig dafür wie gewohnt auswallen und ihn währenddessen immer wieder drehen und wenden.

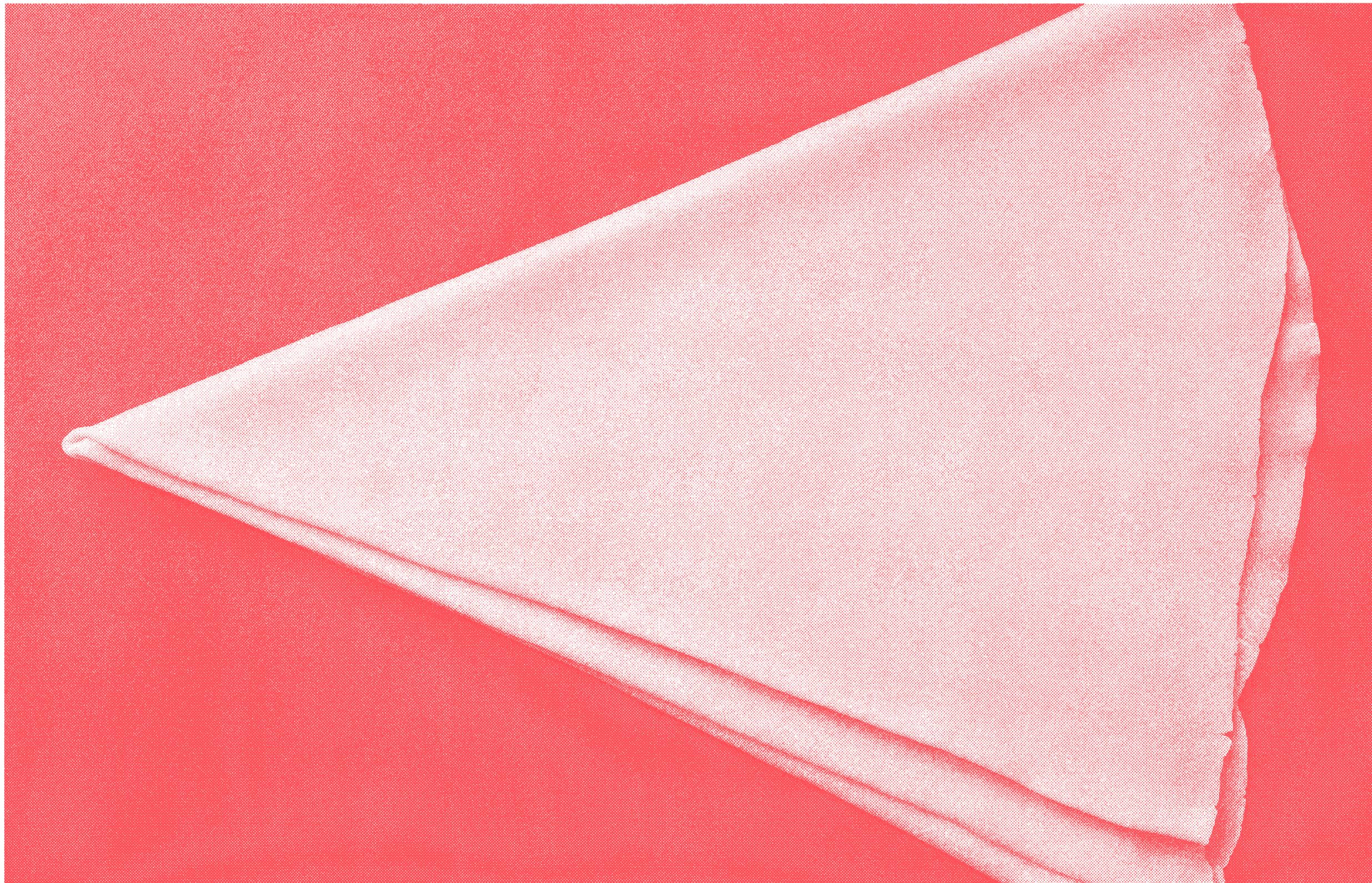
Den ausgewallten Teig je nachdem, wie er weiterverarbeitet werden soll, zuschneiden.

Wenn der Teig vor der Weiterverarbeitung etwas antrocknen soll (z.B. für die verschiedenen Nudelvarianten), das Teigblatt auf der Arbeitsfläche liegen lassen, nach ca. 10 Minuten wenden und auf der zweiten Seite ebenfalls antrocknen lassen. Falls das Austrocknen verhindert werden soll, die auf die benötigte Grösse zugeschnittenen Teigstücke mit Hartweizengriess/-dunst bestreuen, aufeinanderlegen und mit einem sauberen Küchentuch zudecken.

Wenn nötig, kann ausgewallter Pastateig 1 bis 2 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden. Dafür das Teigblatt in Bahnen schneiden, grosszügig mit Hartweizengriess/-dunst bestreuen, aufeinanderlegen, zu einer Roulade aufrollen und in Frischhaltefolie wickeln.



5



## RAVIOLI – ECKIG

Es gibt so viele verschiedene Varianten von gefüllter Pasta, das hier ist die Grundform. Eckige Ravioli sind am einfachsten herzustellen und ergeben aufgrund der optimalen Ausnutzung der ausgewallten Teigbahnen kaum Teigreste – deshalb sind sie fast immer meine bevorzugte Wahl, vor allem, wenn ich grosse Mengen herstelle.

s 20 **Teig:** Einen Teig für **Eierpasta** zubereiten.

s 24, 24 Nach Lust und passend zum Gericht **aromatisieren** oder **färben**.

s 26/30 **Formen:** Den Teig **0.5 mm (—)** dünn **auswallen**.

Da eine **mit der Pastamaschine** ausgewallte Teigbahn ca. 12 cm breit ist, ist es am einfachsten, daraus quadratische Ravioli mit einer Seitenlänge von **5 cm** herzustellen. Jede Teigbahn sofort zu Ravioli verarbeiten und erst dann die nächste Bahn auswallen. Wenn der Teig **von Hand** ausgewallt wird, das ausgewallte Teigstück komplett zu Bahnen schneiden, die etwas mehr als doppelt so breit sind wie die gewünschte Ravioli-Seitenlänge, also z. B. **12 cm** für 5 cm breite Ravioli. Mit einem sauberen Küchentuch zudecken.

Eine Teigbahn quer vor sich auf die mit etwas Hartweizengriess/-dunst bestreute Arbeitsfläche legen. In der Mitte der unteren Hälfte mit einem Spritzsack oder einem Löffel im Abstand von 5 cm teelöffelgrosse Häufchen Füllung platzieren (Bild 1). Mit einem Pinsel ganz wenig Wasser auf die Zwischenräume und entlang der Ränder streichen. Die obere Hälfte der Teigbahn über die Füllung legen und den Teig von oben/hinten nach unten/vorne festdrücken. Darauf achten, dass möglichst keine Luft eingeschlossen wird. Mit einem Teigrad oder einem scharfen Messer **5 x 5 cm** grosse Ravioli zuschneiden: zuerst rundherum die Ränder wegschneiden und dann den Ravioli-Streifen in einzelne Ravioli schneiden (Bild 2).

**Mise en place:** Die Ravioli auf einem mit Backpapier belegten und mit Hartweizengriess/-dunst bestreuten Blech verteilen und mit etwas Hartweizengriess/-dunst bestäuben. Eine Lage Backpapier und dann eine weitere Schicht Ravioli darauflegen. Mit einem sauberen Küchentuch zudecken. Danach mit einem zweiten Blech fortfahren. Die Ravioli möglichst bald weiterverarbeiten, da die feuchte Füllung den Teig mit der Zeit aufweicht. Wenn nötig, können sie 2 bis 3 Stunden im Kühlschrank aufbewahrt werden.

**Aufbewahren:** Zum Einfrieren eignet sich gefüllte Pasta wie Ravioli eher nicht, da der Teig während des Gefrierens über der Füllung leicht aufreisst. Beim Kochen platzen die Ravioli dann oftmals auf. Gefüllte Pasta deshalb nur im Notfall einfrieren.

**Kochzeit:** Je nach Teigdicke ca. **3 Minuten**.

### Rezept:

s 175 **Ravioli** | Baumnuss-Ricotta-Füllung, Cicerino rosso, Quitten, Salbei

1

