

Selbstgemachte Nudeln mit buntem Gemüse

Für zwei Personen

6 frische Austernpilze	4 Tomaten	2 Cherrytomaten
1 rote Paprikaschote	1 Aubergine	1 Zucchini
1 Karotte	1 rote Zwiebel	1 Jalapeno Pfefferschote
4 schwarze Oliven	4 grüne Oliven	1 Zweig Thymian
20 g frischer Basilikum	1 EL frischer Oregano	160 g Dinkelmehl (Typ 630)
1 TL Bärlauchpulver	100 g Crème-fraîche	9 EL Olivenöl
100 ml Gemüsefond	1 TL Kelpamare (Flüssigwürze)	1 EL Crema de Balsamico
1 TL Kräutersalz	4 TL Himalayasalz	1 Prise brauner Zucker
Salz, Pfeffer		

Für den Nudelteig das Dinkelmehl, einen dreiviertel Teelöffel des Himalayasalzes, einen halben Teelöffel des Bärlauchpulvers, drei Esslöffel Olivenöl gemeinsam mit circa 60 Milliliter Wasser zu einem Teig verkneten. Den Teig kurz ruhen lassen, danach ausrollen und mit der Nudelmaschine zu Nudeln verarbeiten. Danach einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Im Anschluss die Paprika schälen und in dreieckige Stücke schneiden. Die Austernpilze mit den Paprikaecken in einer Pfanne mit zwei Esslöffeln Olivenöl knusprig braten und mit etwas Salz und Crema di Balsamico würzen. Die Zwiebel abziehen und in feine Würfel schneiden. Danach die Tomaten, die Zucchini, die Aubergine und die Karotte waschen, trocken tupfen und ebenfalls klein schneiden. Die Nudeln in dem Salzwasser garen. Anschließend eine Pfanne erhitzen, das Gemüse in dem restlichen Olivenöl garen. Danach mit zweieinhalb Teelöffeln Himalayasalz, etwas Pfeffer, einem halben Teelöffel Kräutersalz, dem Oregano, dem Thymian würzen und gut durch mischen. Nun die grünen und schwarzen Oliven klein schneiden und ebenfalls dazugeben. Im Anschluss die Crème-fraîche einrühren und mit dem Gemüsefond ablöschen. Danach die Basilikumblätter waschen, trocken tupfen, klein schneiden und ebenfalls zu der Sauce geben. Danach die Paprikaecken abwechselnd mit den Austernpilzen auf Zahnstocher stecken. Abschließend jeweils eine Cherrytomate darauf stecken. Die selbstgemachten Nudeln mit dem bunten Gemüse auf einem Teller anrichten, mit den Paprika-Spießen garnieren und servieren.

Sigrid Ribbe am 18. Februar 2013