

Bandnudeln, Baby-Artischocken, getrocknete Tomaten

Für zwei Personen

260 g Hartweizengrieß	12 Baby-Artischocken	100 g getr. Öl-Tomaten
4 Schalotten	4 Knoblauchzehen	1 Bund glatte Petersilie
1 Peperoncino	1 rote Spitzpaprika	1 Zweig Cherrytomaten
50 ml Weißwein	1 Zitrone	100 g Feta
50 g Parmesan	4 Zweige Thymian	Mehl, Olivenöl
Salz, Pfeffer		

Den Hartweizengrieß mit warmem Wasser zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten, mit der Nudelmaschine dick und flach ausrollen und mit Frischhaltefolie abgedeckt ruhen lassen. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und den Zitronensaft begeben. Derweil die Artischocken zubereiten. Hierfür jeweils den Stiel abschneiden, den äußeren, unteren Blätterkranz entfernen und das obere Viertel abschneiden. Die Artischocken sofort in das Zitronenwasser geben. Danach die Artischocken abtropfen lassen, in kaltem Wasser abschrecken, die äußeren Blätter entfernen und das Artischockenherz halbieren. Eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Nun die Artischocken zusammen mit dem Knoblauch in einer Pfanne mit Olivenöl scharf anbraten. Jeweils zwei Schalotten und Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Chilischote samt Kernen in feine Scheibchen schneiden. Die getrockneten Tomaten würfeln. Die Spitzpaprika in feine Scheiben schneiden. Die Cherrytomaten halbieren. In einer weiteren Pfanne Olivenöl erhitzen und die Schalotten darin anschwitzen. Den Knoblauch und die Chili dazugeben und mit anschwitzen. Die Tomatenwürfel, die Paprika und die Cherrytomaten dazugeben, mit Weißwein ablöschen und Einkochen lassen. Erneut mit dem Artischocken-Sud ablöschen und die gebratenen Artischocken zugeben. Anschließend die Sauce salzen und köcheln lassen. Den Nudelteig mit der Nudelmaschine dünn ausrollen, mit Mehl bestäuben, zu Bandnudeln schneiden und aufhängen. Die Nudeln in Salzwasser bissfest kochen. Derweil die Petersilie hacken. Die fertigen Nudeln und die Hälfte der Petersilie unter die Sauce rühren, mit Pfeffer abschmecken und bei mittlerer Hitze etwa 40 Sekunden ziehen lassen. Danach die Nudeln auf Tellern verteilen, den Feta darüber zerbröseln und mit Parmesan, dem Rest der Petersilie und schwarzem Pfeffer garnieren.

Stephan Scheying am 01. September 2014