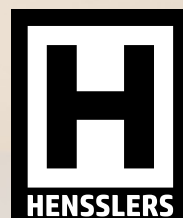


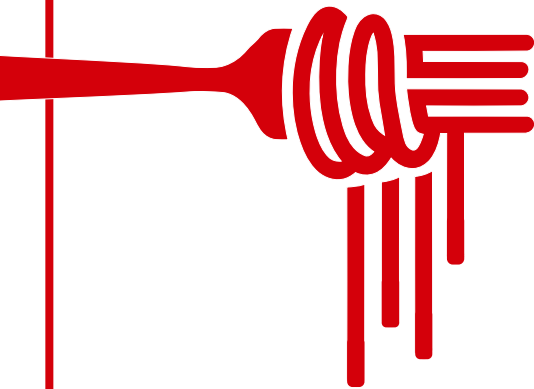
BEST OF

PASTA NOODLES NUDELN

STEFFEN
HENSSLER

DIE 57
ALLERBESTEN
REZEPTE
EVER!





02 Vorwort
08 Nudel-Know-how
138 Nudelteig selber machen
166 Rezeptregister
168 Zutatenregister
172 Danke



VEGGIE

Dieses Symbol kennzeichnet
vegetarische Gerichte ohne Fleisch,
Fisch oder Gelatine. Du findest es
direkt auf der jeweiligen Rezeptseite.

ITALIEN

18 Tagliatelle alla Bolognese
20 Schnelle Spaghetti Bolognese
22 Rigatoni alla Norma
24 Spaghetti Speciale alla Henssler
26 Spaghetti Cacio e Pepe
28 Spaghetti Napoli
30 Orecchiette mit Salsiccia & Brokkoli
32 Gnocchi mit Salbeibutter
34 Gnocchi al Gorgonzola
36 Röhrennudeln all'Amatriciana
38 Linguine al Limone
40 Spaghetti mit Fleischbällchen
42 Lasagne al Forno
44 Spaghetti Carbonara
46 Rigatoni alla Gricia
48 Penne all'Arrabbiata
50 Ravioli all'Ossobuco
52 Ravioli ai Funghi
54 Tortellini alla Panna
56 Tagliatelle ai Funghi
58 Spaghetti nach Art des Mörders
60 Linguine Primavera
62 Spaghetti alla Puttanesca
64 Cannelloni mit Ricotta & Spinat
66 Fettuccine all'Alfredo
68 Conchiglioni alla Calabrese
70 Spaghetti mit cremigem Spinatpesto
72 Spaghetti Frutti di Mare
74 Trofie al Pesto
76 Tortiglioni mit Zucchini & krossem Speck
78 Conchiglioni alla Burrata Piccante
80 Fusilli – Baked Feta
82 Spaghetti Aglio e Olio
84 Tagliatelle alla Genovese Napoletana
86 Spaghetti alle Vongole

ASIEN

92 Ramen Tonkotsu
94 Ramen Tantanmen
96 Soba Noodles – Yakisoba
98 Udon Noodles – Miso
100 Ramen Tsukemen
102 Rice Noodles – Pho Bo
104 Soba Noodles – Zaru
106 Biang Biang Noodles – Chili Style
108 Rice Noodles – Pad Thai
110 Rice Noodles – Drunken Style
112 Lanzhou Beef Noodles
114 Egg Noodles – Chicken Soup
116 Rice Noodles – Bun Cha
118 Mie Noodles – Bami Goreng
120 Gyoza – Shrimps & Meat



THE REST

124 American Mac'n'Cheese
126 Texas Chili Mac'n'Cheese
128 Louisiana Cajun Chicken
130 Schwäbische Käsespätzle
132 Schwäbische Maultaschen
134 Bayerische Schupfnudeln
136 Deutscher Nudelsalat

TEIG

145 Pasta-Allrounder
147 Ravioli-Teig
149 Dumpling-Teig
151 Udon-Nudeln
153 Ramen-Nudeln
155 Gyoza-Teig
157 Soba-Nudeln
159 Gnocchi
161 Mie-Nudeln
163 Pasta zum Trocknen

Spaghetti Cacio e Pepe



VEGGIE



2 PERSONEN



20 MIN
ZUBEREITUNG

SO GEHT'S

Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Packungsangabe bissfest garen.

1 EL Pfefferkörner in einem Mörser mittelgrob zerstoßen. Pfeffer in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze unter gelegentlichem Schwenken ca. 3 Minuten rösten, bis er duftet. Pfanne vom Herd nehmen.

180 g Pecorino sehr fein in eine Schüssel reiben. Nach und nach 3–4 Kellen Nudelkochwasser mit einem Schneebesen einrühren und so lange rühren, bis der Pecorino geschmolzen und eine sämige Käsecreme entstanden ist.

Nudeln abgießen und mit der Käsecreme zum Pfeffer in die Pfanne geben. Spaghetti mit einem Kochlöffel so lange mit der Käsecreme verrühren, bis die Sauce an den Spaghetti haftet und ein cremig-sämiges Nudelgericht entsteht. Spaghetti auf zwei Tellern anrichten. Übrige 20 g Pecorino fein darüberreiben und mit Pfeffer übermahlen.

STEFFENS TIPP

➔ Wem Pecorino ein Ticken zu kräftig ist, kann auch Parmesan nehmen. Aber keinem erzählen ;-)

ZUTATEN

250 g Spaghetti
200 g Pecorino (am Stück)

Salz
schwarze Pfefferkörner
Pfeffer



RAMEN TONKOTSU

2
PERSONEN

240
MIN
ZUBEREITUNG

SO GEHT'S

Rippchen in 4 Teile schneiden. Schwarte vom Bauch entfernen. Ingwer in Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln, bis auf 1, vierteln. Knoblauch schälen und mit einem Messer zerdrücken. Zwiebel mit Schale halbieren. Mit Rippchen, Schwarte, Knoblauch, 6 Shiitake-Pilzen, je der Hälfte von Ingwer und Frühlingszwiebeln, ca. 3 Liter Wasser, 1 EL Salz und 3 EL Sojasauce in einem Topf aufkochen. Brühe ca. 180 Minuten offen köcheln lassen, zwischendurch Schaum abschöpfen. Eventuell etwas Wasser zugießen, damit alles bedeckt ist. Fertige Brühe in einen Topf abseihen.

Währenddessen den Backofen auf 150 °C Umluft vorheizen. Bauch salzen, pfeffern, in 2 EL Öl in einer Pfanne braun anbraten. Bauch in einen kleinen ofenfesten Topf legen. Restliche Ingwer- und Frühlingszwiebelstücke, 200 ml Wasser, 50 ml Sojasauce, Sake, Mirin und 2 EL Zucker dazugeben, alles aufkochen. Bauch mit aufgelegtem Deckel im Ofen ca. 90 Minuten garen. Bauch aus dem Sud (Tare) nehmen, im Gefrierschrank abkühlen lassen. Tare in eine Schale abseihen. Eier ca. 5 ½ Minuten kochen, abschrecken und pellen. In 50 ml Sojasauce legen, mit gefaltetem Küchenpapier bedecken und ca. 30 Minuten marinieren.

Übrige Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Stiele der übrigen 6 Shiitake-Pilze entfernen, Kappen kreuzweise schräg einschneiden. Ofengrill vorheizen. Bauch in dünne Scheiben schneiden, in 2 Portionen fächerförmig auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen. 800 ml Brühe abmessen (restliche Brühe anderweitig verwenden), mit den Pilzkappen aufkochen und Brühe mit Salz abschmecken. Pak Choi längs halbieren, ca. 30 Sekunden in der Brühe blanchieren, herausnehmen. Ramen-Nudeln in Salzwasser bissfest garen, abgießen. Bauch unter dem Grill erhitzen.

Eier halbieren. Nudeln und je 3 EL Tare in zwei Ramenschalen geben. Brühe darübergießen. Eier, Bauch, Pak Choi, Pilze und Sojasprossen auf den Nudeln anrichten. Sesam und Frühlingszwiebelringe darüberstreuen. Übrige Tare zum Abschmecken dazu reichen.



ZUTATEN

600 g Schweinerippchen
400 g Schweinebauch
1 Stück (ca. 40 g) Ingwer
1 Bund Frühlingszwiebeln
2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel
12 Shiitake-Pilze
50 ml Sake
50 ml Mirin (süßer Kochsake)
2 Eier
2 Mini-Pak-Choi
250 g Ramen-Nudeln
50 g Sojasprossen
1 EL gerösteter Sesam

Salz
Sojasauce
Pfeffer
Erdnussöl
Zucker



UDON NOODLES

MISO

2 PERSONEN 35 MIN ZUBEREITUNG

SO GEHT'S



ZUTATEN

20 g Bonito-Flocken
10 g Kombu-Algen
80 g helle Misopaste
1 TL getrocknete
Wakame-Algen
200 g Tofu
1 Frühlingszwiebel
2 EL geröstetes Sesamöl
400 g Udon-Nudeln
(vakuumverpackt)
50 g Blattspinat
1 EL gerösteter Sesam
2 Blätter Nori-Algen

Salz
Sojasauce
Zucker

800 ml Wasser in einem Topf aufkochen. Bonito-Flocken, 1 TL Salz und Kombu-Algen dazugeben. Brühe bei niedriger Hitze ca. 1 Minute köcheln lassen. Topf vom Herd nehmen und die Brühe ca. 15 Minuten ziehen lassen. Anschließend durch ein feines Sieb in einen anderen Topf abseihen und die Misopaste mit einem Schneebesen einrühren.

Währenddessen die Wakame-Algen in einer Schüssel in 200 ml kaltem Wasser einweichen. Tofu in ca. 1,5 cm große Würfel schneiden und mit 4 EL Sojasauce und 2 EL Zucker in einer Schüssel marinieren. Frühlingszwiebel in feine Ringe schneiden.

Wakame-Algen abgießen und leicht ausdrücken. Tofuwürfel aus der Marinade nehmen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Sesamöl in einer Pfanne erhitzen. Tofu darin bei hoher Hitze dunkelbraun braten.

Währenddessen die Udon-Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung bissfest garen, dann abgießen.

Misobrühe erhitzen, nicht kochen lassen. Spinat auf zwei Schalen verteilen. Nudeln daraufsetzen und Misobrühe darübergießen. Tofuwürfel und Wakame-Algen darauf verteilen. Suppe mit Frühlingszwiebelringen und Sesam bestreuen. Nori-Algen darüber zerbröseln.





PASTA-ALLROUNDER

2 PERSONEN
15 MIN ZUBEREITUNG
60 MIN RUHEZEIT

Der Teig für alle Fälle. Unkompliziert und vielseitig einsetzbar – von Tagliatelle bis Fettuccine. Wenn du nur einen einzigen Pastateig beherrschen willst, entscheide dich für diesen.

SO GEHT'S

Nudelgrieß auf die Arbeitsfläche häufen und in die Mitte eine tiefe Mulde drücken. Eier in die Mulde aufschlagen und mit einer Gabel von innen nach außen mit dem Grieß vermengen, bis ein krümeliger Teig entsteht.

Sobald er zusammenhält, Teig auf der Arbeitsfläche ca. 7 Minuten kräftig durchkneten, dabei den Teig mit dem Handballen nach vorne wegdrücken und wieder zusammenfallen.

Teig zu einer Kugel formen, in Frischhaltefolie wickeln und ca. 60 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen, damit sich der Weizenkleber entspannt (wird der Teig erst am nächsten Tag verarbeitet, gleich im Kühlschrank lagern). Danach ist der Teig bereit, um zur gewünschten Pastasorte verarbeitet zu werden.

STEFFENS TIPP

➔ Falls du den Teig erst am nächsten Tag verarbeitest, rechtzeitig aus dem Kühlschrank holen.

VON ITALIEN BIS ASIEN

57 NUDELREZEPTE, DIE JEDER KENNEN SOLLTE

Pasta, Noodles und Nudeln gehen immer.

Steffen Henssler zeigt dir die besten Rezepte, mit denen du deine Lieblinge vom Italiener oder Asiaten einfach selbst kochst. Klar, unkompliziert und auf den Punkt. Denn gutes Essen braucht keinen Schnickschnack, sondern Rezepte, die funktionieren – und die du einfach immer wieder kochen willst.

Kurz gesagt: Schmeckt wie im Restaurant, ist aber von dir.



www.gu.de

€ 26,00 [D]

ISBN 978-3-7589-0464-6

