

# Pasta

Die Italiener konsumieren pro Kopf und Jahr 30 kg Pasta. Jährlich werden etwa 3 Millionen Tonnen Pasta – vorwiegend getrocknete – produziert. Es gibt viele verschiedene Sorten, Zutaten und Herstellungsmethoden. Hier ein kurzer Ueberblick :

## **Pasta Secca di Semola**

(Getrocknete Pasta aus Hartweizengriess)

Standardpasta, die nur aus Hartweizengriess und Wasser hergestellt wird. Sie wird im Gegensatz zur frischen Pasta, die von Hand hergestellt wird, in speziellen Maschinen in verschiedene Formen gepresst wie z.B. Spaghetti, Tagliatelle, Penne, Pizzoccheri, Cappelli usw.

## **Pasta di Semola Fresca**

(Frische Hartweizenpasta)

Wird, wie die Standardpasta, aus Hartweizengriess und Wasser hergestellt, jedoch frisch zubereitet. Frische Pasta wird vor allem in Süditalien produziert und gegessen, so hauptsächlich in Apulien. Die bekannteste Pasta aus Apulien : Orecchiette, Fusilli und Strozzapreti. Sie sind auf Grund der Verarbeitung mit Hartweizengriess in ihrer Konsistenz fester.

## **Pasta Fresca all’Uova**

(Frische Pasta mit Ei)

Dies ist die typische hausgemachte Pasta und die einzige, die nicht aus Hartweizengriess, sondern meist aus italienischem Mehl hergestellt wird, einem Allzweckmehl aus Weichweizen, das man gewöhnlich zum Kuchen- und Brotbacken nimmt. In Verbindung mit Eiern wird es ein sehr geschmeidiger Teig, der sich in alle Formen schneiden lässt, ob lang (kantige Spaghetti, Tagliatelle und Lasagne) oder kurz (Farfalle, Triglie oder Fusilli). Er eignet sich auch für gefüllte Pasta wie Tortelloni, Ravioli und Cappellacci.

## **Frische Pasta zubereiten :**

Alles, was man braucht, ist ein Messer, ein Nudelholz, ein grosser Edelstahltopf mit Deckel, ein Sieb zum Abgiessen, eine Käsereibe, Pastalöffel und Pastazange und eine geeignete Arbeitsfläche.

**Das Grundrezept :** Pro Person benötigt man 100 g italienisches Mehl, ein Freiland- oder Bio-Ei, etwas Salz und Wasser (bei der Pasta in Apulien mit Hartweizengriess kein Ei).

**Verarbeitung mit der Hand** (mit der Nudelmaschine geht es natürlich schneller)

Das Mehl auf die Arbeitsfläche sieben, zu einem Kegel häufen und in der Mitte eine Mulde bilden. Die Eier hineinschlagen und etwas Salz dazugeben. Mit einer Gabel und den Händen nach und nach das Mehl unter die Eier mengen bis ein grober Teig entstanden ist. Falls er zu weich oder zu klebrig ist, noch etwas Mehl einarbeiten oder etwas Wasser, falls zu trocken. Teigreste auf der Arbeitsfläche mit einem Messer oder einer Teigkarte abkratzen und untermischen.

Vor dem Kneten des Teigs Hände und Arbeitsfläche säubern. Die Arbeitsfläche leicht mit Mehl bestäuben und den Teig mit den Handballen kneten. Den Teig 10-15 Minuten durcharbeiten bis er glatt und geschmeidig ist. Alsdann in Frischhaltefolie wickeln und mindestens 30 Minuten ruhen lassen-

Sobald startbereit, Arbeitsfläche und Nudelholz erneut mit Mehl bestäuben. Den Teig vom Körper weg von der Mitte nach aussen vorsichtig ausrollen und ab und zu umdrehen, damit er gleichmässig gerät. Die Dicke richtet sich nach der gewählten Pastasorte, irgendwo zwischen 0,3 und 5 mm. Pasta zum Füllen **dünn** ausrollen und schnell verarbeiten, damit der Teig durch die Feuchtigkeit nicht bricht. Für flache oder geformte Pasta dieselben in der gewünschten Form zuschneiden und auf einem Küchentuch etwa 30 Minuten trocknen lassen.

### **Pasta kochen**

Der Topf zum Kochen muss gross sein, da er reichlich Wasser fassen muss. Man rechnet 1 Liter Wasser pro 100 g Pasta. Statt in Wasser können Sie auch hausgemachte Hühnerbrühe nehmen so z.B. für Pasta in Brodo. Geben Sie pro Liter Wasser 10 g (2 TL) Salz (wenn möglich Meersalz) hinein und zwar erst kurz bevor es aufwallt. Sobald das Wasser aufkocht, Pasta hineingeben und nach 20-30 Sekunden umrühren. Zudecken bis das Wasser wieder kocht, den Deckel abnehmen und die Pasta al dente (bissfest) garen – von 2-3 Minuten bei frischer Pasta bis 18-20 Minuten bei getrockneter Pasta. Die Zugabe von Oel ins Kochwasser ist nicht nötig, es sei denn für die Lasagne, da die Platten gerne zusammenkleben.

### **Pasta abgiessen**

Sieb in die Spüle stellen zum Abgiessen. Eventuell vorher einige Löffel vom Kochwasser nehmen zur Verfeinerung der Sauce, falls zu trocken oder zu dick. **Die Pasta niemals mit kalten Wasser abschrecken.**

### **Servieren und geniessen.**

### **Pasta und Saucen**

Von zentraler Bedeutung in der italienischen Küche ist die Kunst, die richtige Sauce mit der richtigen Pasta zu kombinieren. Ganz allgemein gilt : Je glatter die Pasta, desto dünner die Sauce, je verschnörkelter die Form oder je rauer die Oberfläche, desto dicker die Sauce. Getrocknete Spaghetti und andere lange, runde Pastaformen kommen für die meisten Saucen infrage. **Aber bitte keine Spaghetti zu Bolognese.** Die **ideale Sauce** für Bolognese sind frische Eier-Tagliatelle oder getrocknete Tagliatelle. Die flachen Bandnudeln bieten der Sauce mehr Angriffsfläche.

**Pasta im Otello :**            **mit Liebe hergestellt**  
   **mit Liebe gekocht**  
   **mit Liebe serviert**  
..                                    **das ist das ganze Geheimnis**

Quellennachweis :  
Antonio Carluccio „Pasta“