Frühlings-Pasta selbst gemacht

Das brauchst du:

Für die Pasta

150 g Hartweizengrieß
150 g Mehl
2 Eier
Olivenöl

Für die Soße:

2 Zucchini
1 Zwiebel
250 ml Gemüsebrühe
2 Möhren
1 Chilischote
Etwas Milch
evtl. Salz und Pfeffer

So machst du´s richtig:

1.) Gib den Hartweizengrieß, das Mehl, die Eier und das Olivenöl in eine Schüssel oder auf eine Arbeitsfläche und knete das Ganze zu einem Teig.
2.) Rolle den Teig entweder mit einem Nudelholz aus oder gib ihn durch eine Pastamaschine und forme daraus Pasta.
3.) Schneide die Zwiebel, die Möhren und die Zucchini in kleine Würfelchen. Achtung: Bei den Zucchini musst du mithilfe eines Löffels das Innere rausschälen. Es würde „labberig“ werden beim Kochen.
4.) Schneide die Chili in ganz kleine Würfel. Da musst du aber vorher unbedingt die Kerne raus machen, denn die machen die Chili scharf.
5.) Brate nun die Zwiebel in einer Pfanne kurz an.
6.) Gib nun die Möhren, die Chili und die Zucchini hinzu und brate sie ganz kurz an. So etwas nennt man „sautieren“.

7.) Gib nun die Brühe und die Milch hinzu.
8.) Setze nun einen großen Topf mit Salzwasser auf und lasse das Wasser aufkochen.
9.) Gib die Nudeln hinein und koche sie etwas 3 Minuten.
10.) Gieße die bissfest gegarten Nudeln ab und gib sie in die Soßenpfanne.
11.) Schwenke das Ganze kurz durch und serviere.