

Kochen mit Männern im Pfarrheim Spay

„Nudelgerichte“



Veranstalter Kfd - Spay

26.11.2009

Nudelsuppe mit Fleischkügelchen und Bohnen

1 Dose Kidneybohnen auf ein Sieb schütten, abspülen und zur Seite stellen.

500 g Rinderhackfleisch
60 g Paniermehl
100 g Tomatenmark
2 TL Oregano

Alle Zutaten zu einem Teig vermischen und kleine Kügelchen formen.

Butterschmalz in der Pfanne erhitzen, Kügelchen darin rundherum goldbraun braten. Auf Haushaltspapier legen und abtropfen lassen.

2 Zwiebeln
2 Kartoffeln
2 Möhren
90 g kleine Makkaroni

schälen, klein würfeln
alle Zutaten in

2 l Hühnerbrühe

in einem Topf ca. 15 Min.
köcheln lassen, bis alles gar
ist.

200 g TK Erbsen
Kidneybohnen
Fleischkügelchen

zur Suppe geben und weitere
5 Min. köcheln lassen.

Mit Salz, Pfeffer a. d. M. abschmecken.

Spaghettisalat Chinesische Art

250 g Spaghetti in reichlich Salzwasser al dente kochen, auf ein Sieb schütten, abbrausen und abtropfen lassen.

200 g gekochter Schinken in Streifen schneiden.

1 Stange Lauch putzen und in feine Ringe schneiden.

1 große rote Paprikaschote vierteln, Kerne, weißes entfernen und in Streifen schneiden.

Alle Zutaten miteinander vermischen.

Marinade herstellen:

6 EL Olivenöl mit
2 EL Zitronensaft und
4 EL Sojasauce gut verrühren.

2 EL Chinagewürz unterrühren und mit
Salz und einer Prise Zucker abschmecken.

Marinade unter den Salat mischen und
mindestens 3 – 4 Stunden durchziehen lassen.

Kann auch am Vorabend zubereitet werden.

Menüauswahl

Nudelsuppe mit Fleischkügelchen
und Bohnen

Spaghettisalat

Pesto mit Thunfisch

Sauce Arrabiata

Spagetti Puttanesca

Käse Zwiebelspätzle

Spinat Lasagne

Cannelloni Bolognese

Amarettospeise

Pesto mit Thunfisch

2 Zwiebel	pellieren, klein würfeln, mit
2 Knoblauchzehen	schälen, klein hacken in
4 EL Olivenöl	andünsten
2 EL Tomatenmark	kurz einrühren, dann
450 g gesch. Tomaten	zufügen, mit

Salz, Pfeffer, Paprika, 1 Prise Zucker würzen.

Tomatensauce ca. 45 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt köcheln lassen, ab und zu umrühren.

1 Dose Thunfisch auf ein Sieb schütten und abtropfen lassen.
Mit der Gabel zerpfücken und in die Sauce geben umrühren
und weitere 10 Minuten köcheln lassen

Nicht zu scharf abschmecken.

Spaghetti alla Puttanesca

3 Zwiebel	pellieren, klein würfeln, mit
4 Knoblauchzehen	schälen, klein hacken in
4 EL Olivenöl	andünsten
3 EL Tomatenmark	kurz einrühren, mit
450 g gesch. Tomaten	zufügen, mit

Salz, Pfeffer, Paprika, 1 Prise Zucker würzen.

Tomatensauce ca. 45 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt köcheln lassen, ab und zu umrühren.

20 Oliven halbieren
10 Sardellen kleiner schneiden
1 EL Kapern
Zu der Sauce geben und ca. 10 Minuten mit köcheln lassen.

Pikant abschmecken

Tomatengrundsauce herstellen:

5 Zwiebel	pellieren, klein würfeln, mit
6 Knoblauchzehen	schälen, klein hacken in
8 EL Olivenöl	andünsten
5 EL Tomatenmark	kurz einrühren, mit
1/4 l Rotwein	ablöschen
1250 g gesch. Tomaten	zufügen, mit
Salz, Paprika, Pfeffer a. d. M., Fondor, 1 Prise Zucker würzen.	

Tomatensauce ca. 45 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt köcheln lassen, ab und zu umrühren.

1 Bund gehackter Basilikum und 3 EL Oregano unterrühren, weitere 10 Min. köcheln lassen nochmals pikant abschmecken.

1x für Pesto Thunfisch

1 x für die Lasagne

1 x für Puttanesca

Spätzle – Grundrezept

250 g Mehl, 3 Eier, ca. 85 ml Wasser, ½ TL Salz,
25 g Butter
zu einem Teig schlagen / kneten bis er Blasen wirft und in
dicken Tropfen vom Löffel fällt.

In einem hohen Topf Wasser zum Kochen bringen und den
Spätzleteig ins kochende Salzwasser mit einem großen flachen
Messer schaben.
Oder durch eine Spätzlepresse drücken.

Die Spätzle einmal aufkochen lassen und mit der Schaumkelle
auf ein Sieb geben, mit kaltem Wasser abspülen und ablaufen
lassen.

Käse Zwiebspätzle

Spätzle Grundrezept herstellen.

5 Zwiebeln schälen, in halbe Ringe schneiden, in
Margarine bräunen.

150 g geriebener Emmentaler

In eine gefettete Form Spätzle mit Zwiebeln und Käse im
Wechsel schichten.

Im Backofen bei 200° ca. 15 Min. überbacken bis der
Käse geschmolzen ist.

Spaghetti Arrabiata

3 Zwiebeln und
4 Knoblauchzehen pellen und klein würfeln

In einem Topf mit 5 EL Olivenöl glasig dünsten,

100 g gewürfeltes Dörrfleisch dazugeben kurz mit braten.

2 EL Tomatenmark einrühren,

450 g geschälte Tomaten hinzufügen, gut verrühren und mit
geringer Hitze ca. 45 Minuten köcheln lassen, öfters umrühren.

4 Peperoni in kleinere Stücke schneiden und dazugeben.

Mit Salz, Pfeffer a. d. M., Chiliflocken würzen.

1 Bund Basilikum grob hacken, unterrühren und weitere
10 Minuten köcheln lassen.

Mit den Gewürzen nochmals etwas scharf abschmecken.

Spinat Lasagne

450 g Blattspinat auftauen lassen und gut ausdrücken, mit der Gabel zerpfücken und kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

200 g Feta zerbröseln und unter den Spinat mischen.

Tomatensauce herstellen:

3 Zwiebel	pellen, klein würfeln, mit
4 Knoblauchzehen	schälen, klein hacken in
4 EL Olivenöl	andünsten
3 EL Tomatenmark	kurz einrühren, mit
1 Schuss Rotwein	ablöschen
450 g gesch. Tomaten	zufügen, mit
Salz, Pfeffer, Fondor, 1 Prise Zucker	würzen.

Tomatensauce ca. 55 Min. bei schwacher Hitze zugedeckt köcheln lassen, ab und zu umrühren.

Die letzten 10 Minuten 1 EL Basilikum und 1 EL Oregano unterrühren, nochmals abschmecken.

200 g geriebener Käse

250 g Schmand

In folgender Reihenfolge in die gefettete Auflaufform schichten: unten Tomatensauce, dann abwechselnd Lasagneblätter, Spinat und Schmand (2mal). Zum Schluss Lasagneblätter, Tomatensauce und geriebener Käse.

Bei 200° im Backofen ca. 30 Minuten überbacken.

Dazu frisch geriebenen Parmesankäse reichen.

Amarettospeise

3 Eigelbe

3 EL Zucker

250 g Mascarpone

4 EL Amaretto

150 g Amarettini

Eigelbe und Zucker dick und cremig schlagen.

Erst wenn der Zucker sich vollständig aufgelöst hat, die Mascarpone unterheben, danach den Amaretto zufügen.

Die sahnige Creme abwechselnd mit den Amarettini in eine Schüssel füllen und bis zum Servieren mindestens 2 Stunden kalt stellen.

Cannelloni mit Hackfleischfüllung

Sauce Bolognese und Bechamelsauce nach Rezeptvorschlag herstellen.

400 g Cannelloni Fertigprodukt ohne Vorkochen.

Die Sauce Bolognese mit einem Teelöffel in die Cannelloni füllen.

In eine gefettete Form eine Schicht Sauce Bolognese hineingeben und die gefüllten Cannelloni nebeneinander hineinlegen.

Etwas Sauce Bolognese darüber streichen und dann die Bechamelsauce darauf verteilen.

200 g Mozzarella in Scheiben schneiden, darauf verteilen.

Im vorgeheizten Backofen bei 200° ca. 20 Min. backen.

Sauce Bolognese

2 Zwiebeln	schälen, klein würfeln,
3 Knoblauchzehen	zellen, klein hacken,
	beides in
4 EL Olivenöl	weich dünsten,
200 g Hackfleisch	darin krümelig anbraten,
1 Mohrrübe	schälen, klein würfeln, mit
	dünsten,
2 EL Tomatenmark	einrühren, mit
1/8 l Rotwein	ablöschen,
450 g gesch. Tomaten	zufügen, Tomaten etwas
	zerdrücken,

1 zerriebenes Lorbeerblatt dazugeben, mit Salz, Pfeffer, Paprika, Fondor gut würzen.

Sauce ca. 45 Min. garen, ab und zu umrühren, die letzten 10 Minuten

1 EL Basilikum	und
1 EL Oregano	unterrühren.

Nochmals mit Gewürzen abschmecken.

Bechamelsoße

50 g Butter	im Topf erhitzen
50 g Mehl	einrühren
1/2 l Milch	auffüllen
4 EL Parmesan	dazu geben,
mit Salz, Pfeffer, Muskat	abschmecken.