

## Nudelgerichte



Mit einem Nudelgericht trifft man fast immer das Richtige - nur ganz wenige Leute mögen keine Nudeln!

Die besten "italienischen" Nudeln (die sind aus Hartweizengrieß mit wenig Eiern) gibt es von "Barilla"; die besten Eiernudeln sind die "Schweizer Nudeln" von Penny oder "Schloß-Nudeln". Man sollte keine absoluten Billignudeln kaufen, denn die kochen gerne zu Matsch. Auch von "Birkel" lasse ich die Finger .....



### Nudeln indisch (Rezept für 4 Personen)



- 2 Hähnchenbrustfilets (ca. 400 g)
- ½ l Gemüsebrühe (Instant)
- 250 g Gabelspaghetti (das sind dickere, kurze Spaghetti)
- 1 Stange Lauch (ca. 150 g)
- 1 gehackte Zwiebel
- 1 zerdrückte Knoblauchzehe
- 80 g Butter oder Margarine
- ca. 400 g Erbsen und Karotten (aus der Dose bzw. Glas)
- 1 kleine Dose Sojabohnen-Keimlinge (ca. 200 g)
- ca. 150 g Ananasstückchen (Dose)
- 1 - 2 Teelöffel Curry
- 1 Päckchen Curry-Sauce (Knorr, Maggi, Ostmann)

Hähnchenbrustfilets in Streifen schneiden, in der kochenden Gemüsebrühe ca. 10 Minuten gar dünsten (mittlere Hitze).

Spaghetti in Salzwasser nach Anweisung garen und abtropfen lassen.

Lauch in dünne Ringe schneiden, mit Zwiebel und Knoblauch in der Gemüse-/Fleischbrühe ca. 10 Minuten gar dünsten.

Butter in einem größeren Topf zerlassen, Gemüse abtropfen lassen und reingeben, Spaghetti und Fleisch dazugeben sowie Ananasstücke und die Sojasauce.

*(Sojasauce bekommt man in jedem größeren Supermarkt (z.B. Neukauf oder Horten); ggf. bei den chinesischen Sachen schauen!)*

Alles heiß werden lassen und mit Salz, Pfeffer und Curry würzen.

Das Päckchen Currysauce in einem kleinen Topf mit 1/4 l der Gemüse-/Fleischbrühe nach Anweisung zubereiten und zu den Nudeln servieren.

#### Tip:

Das ist mal was anderes, als immer Spaghetti Bolognese! Außerdem ist das Gericht leicht und relativ schnell zubereitet.



## Nudelaufauf mit Chili (Rezept für 4 Personen)



250 g breite Bandnudeln (oder Tagliatelle)  
Salz, schwarzer Pfeffer  
Fett für die Form  
3 frische, rote Chilischoten (ersatzweise 3 getrocknete)  
1 Knoblauchzehe  
1 große Zwiebel  
200 g milder, roher Schinken  
6 Eßlöffel Olivenöl  
2 Eßlöffel Mehl  
200 ml Fleischbrühe (Instant)  
1 Becher Crème fraiche (oder Schmand)  
150 ml Milch  
4 Tomaten (ca. 500 g)  
100 g grüne Oliven ohne Stein  
100 g geriebener mittelalter Gouda-Käse (erhält man an der Käsetheke)  
1 Bund Schnittlauch

Nudeln nach Anweisung kochen.

Herd auf 200 Grad vorheizen, Auflaufform einfetten.

Tomaten oben kreuzförmig einschneiden, mit kochendem Wasser übergießen und etwa 15 Minuten ziehen lassen, notfalls nochmals kochendes Wasser nachgießen. Jetzt lassen sich die Tomaten gut abziehen! Tomaten dann in Würfel schneiden.

Oliven vierteln.

Frische Chilischoten waschen, in ganz dünne Ringe schneiden. (*Wenn man es nicht ganz so scharf haben will, schneidet man die Chilis auf und entfernt die Kerne - die sind nämlich am schärfsten!*).

Verwendet man getrocknete Chilischoten, zerreibt man sie ganz fein (*und sollte dann gleich die Finger waschen, denn es brennt fürchterlich, wenn man sich zufällig die Augen reibt ...*).

Knoblauch und Zwiebel schälen und sehr fein hacken.

Schinken in Streifen schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Zwiebel und Knoblauch zugeben, anrösten, mit dem Mehl bestäuben, gut verrühren und dann die Brühe aufgießen.

Crème fraiche und Milch einrühren, mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Die Nudeln mit der Hälfte der Chilischoten, den Olivenvierteln, Tomatenwürfeln, Schinkenstreifen und der Hälfte des Käse vermischen, mit Salz und Pfeffer würzen.

In die Auflaufform geben, mit der Sauce übergießen, mit restlichen Chilis und Käse bestreuen und im vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten backen.

Schnittlauch in Röllchen schneiden und über den fertigen Auflauf verteilen.

### Tip:

Dazu trinkt man am besten einen kräftigen trockenen Rotwein - entweder einen italienischen "Barbera" oder einen pfälzer "Dornfelder"!



## Makkaroniauflauf mit Gemüse (Rezept für 4 Personen)



250 g Makkaroni  
Salz, Pfeffer  
50 g Butter  
500 g Brokkoli  
1 Bund Lauchzwiebeln (heißen auch: Schalotten)  
1 Dose Mais à 280 g  
250 g gekochter Schinken in Scheiben  
300 g geriebener Gouda oder Emmentaler  
6 Eier  
1 Becher süße Sahne  
1 *Teelöffel* getrocknetes Basilikum  
1 kg Tomaten

Makkaroni nach Anweisung in Salzwasser garen.  
Brokkoli in Röschen teilen, waschen, 8 Minuten in Salzwasser oder Gemüsebrühe garen.  
Lauchzwiebeln fein schneiden.  
Mais auf einem Sieb abtropfen lassen.  
Schinken fein würfeln.  
Tomaten waschen, halbieren.  
Backofen auf 220 Grad vorheizen.

Auflaufform einfetten, Hälfte der Makkaroni einschichten, mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreuen, 1/3 des geriebenen Käse drübergeben.

Brokkoli auf den Makkaroni verteilen, Mais und Schinken mischen, darübergeben. Die Hälfte des übrigen geriebenen Käse darauf verteilen.

Die Hälfte der Lauchzwiebeln darübergeben, restliche Nudeln darüber schichten.

Eier mit Sahne verquirlen, mit Salz, Pfeffer und Basilikum würzen, über den Auflauf gießen.  
Restliche Butter in Flöckchen darauf setzen. Die Tomatenhälften (Schnittfläche nach unten!) draufsetzen.

Im vorgeheizten Backofen - möglichst zugedeckt - ca. 30 Minuten backen. Danach die restlichen Lauchzwiebeln und den restlichen Käse darüberstreuen und weitere 20 Minuten in den Ofen schieben.

### **Tip:**

Dieser Auflauf ist zwar etwas aufwendig von der Zubereitung her - aber er schmeckt einfach klasse!

Eignet sich z.B. auch gut, wenn man wo eingeladen ist und etwas zu Essen mitbringen soll. Man kann den Auflauf in der Form vorbereiten, so daß man vor Ort nur noch die Eier-Sahne-Sauce drübergießen muß und das Gericht beim Gastgeber im Ofen gart.