

# PastaFresca-Ring – in welche Richtung öffnen?



Foto zur Verfügung gestellt von Christine Gollbrecht

Der Pasta Fresca Ring muss zum Öffnen gegen den Uhrzeigersinn gedreht werden, vgl. Foto.

---

## Penne Napolitana



Foto von Gisela Martin/mit Tagliatelle girate

Rezept: Stefan Homberg, Pastateig von Aziz Can

**Zutaten:**

*Teig*

125 gr. Semola

125 gr. Mehl

80 ml Wasser

1 EL Essig

5 ml Olivenöl

Prise Salz

*Sauce*

2 EL Olivenöl

1 Knoblauchzehe

1 Zwiebel

1 Möhre

1 Selleriestange

500 gr. Dosentomaten

120 ml Wasser

2 EL frische Petersilie

2 EL Zucker

Salz/Pfeffer

Frisch geriebener Parmesan

**Zubereitung:**

Multi mit Messer aufsetzen und Zutaten für Teig auf Stufe 4 vermengen.

Pasta fresca mit Rigatoni-Matritze oder anderer Wunschmatritze einsetzen und Teig bei Stufe 4 in Öffnung füllen, bei gewünschter Länge jeweils abschneiden.

Bitte Hinweise hier im Blog bzgl. Pasta-Fresca beachten ☐

Multizerkleinerer mit Messer, Zwiebel, Sellerie und Möhre einfüllen und auf Stufe 4 zerkleinern.

Flexi einsetzen, Rührintervall 2, Temperatur 120 Grad. Olivenöl (am Rand vom Kessel, dann quietscht es nicht)

einfüllen und Mischung aus Multi ca. 10 Minuten weich dünsten.

Tomaten hinzugeben, 5 Minuten bei 110 Grad köcheln lassen.

Petersilie, Wasser, Zucker zugeben und bei 110 Grad 45 Minuten köcheln lassen.

Pasta in Salzwasser al dente kochen. Je trockener die Nudeln, desto länger dauert es. Bei frischen Nudeln ca. 2-3 Minuten.

Mit Salz und Pfeffer die Sauce abschmecken und mit Parmesan bestreut sofort ungehemmt geniessen ☺

---

## Anis-Stangen



Rezept und Foto von melestti

### **Zutaten:**

1 unbehandelte Orange

100 g Butter/Margarine

100 g Puderzucker

1 Pk. Vanillezucker

1 Ei

250 g Mehl  
1 TL Backpulver  
1-2 TL gemahlener Anis  
40 g gemahlene Mandeln  
3 EL Milch  
50 g dunkle Kuvertüre

**Zubereitung:**

Orangenschale abreiben. Margarine, Puderzucker, Vanillezucker und Ei mit dem Flexi-Rührer zu einer homogenen Masse verrühren. Mehl mit Backpulver mischen und mit Anis,  $\frac{1}{2}$  TL Orangenschale, Mandeln und Milch mit dem K-Haken untermischen.

*Tipp:*

Für einen besonderen Anisgeschmack kann man den Teig noch über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Backofen auf 180° C vorheizen. Den Teig mit dem Spritzgebäckvorsatz des Fleischwolfs und des großen Sternes ca. 45 6cm lange Stangen auf zwei mit Backpapier ausgelegten Backblechen spritzen. Die Anis-Stangen auf der mittleren Schiene des Backofens ca. 10 bis 12 Minuten backen. Die Stangen auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit die Kuvertüre im Multi mit der Scheibe 3 grob hacken und in die Kochschüssel geben. Die Kuvertüre bei 60° C auf Kochintervallstufe 3 mit dem Flexi-Rührer temperieren. Die Anisstangen an beiden Enden kurz in die Kuvertüre tauchen und auf einem Kuchengitter trocknen lassen.

---

## Zimtnudeln



Rezept und Foto von Manuela Neumann

Die Nudeln habe ich auf 300g ausgerechnet. Das waren gut 4 Portionen...

**Zutaten:**

207g Hartweizengrieß

69g Ei (waren 1 Vollei und 1Eigelb)

24g Zimt

**Zubereitung:**

Alles in den Multi mit dem Messer geben und gut durchmischen. Sollte der Teig noch zu fest sein, etwas Wasser hinzugeben.

Den Teig in die Pasta fresca geben oder mit der Walze ausrollen.

Wenn die Walze verwendet wird, Teig im Kühlschrank ruhen lassen.

Ich habe den Teig für die Pasta Fresca verwendet und musste etwas nachstopfen.

Dazu passt scharfes Kürbisgemüse



---

## Grissini – Variationen mit Tagliatelleschneider, Spritzgebäckaufsatz bzw. Wurstaufsat



Rezept 1 – Foto Gisela Martin

*1. Rezept von Sigrid H. im Sauerteigforum der Sauerteig.de gefunden und abgewandelt von Gisela Martin ausprobiert und auf*

## **CC umgeschrieben:**

### **Zutaten:**

200 g gut entwickelter Weizen-Sauerteig  
500 g Weizenmehl Type 550  
200 ml Wasser  
30 g Butter  
50 g geriebener Käse, z.B. Gruyère oder Parmesan  
1-2 EL Gewürze, z.B. Kümmel oder Kreuzkümmel  
80 g Olivenoel  
10 g Salz

### **Zubereitung:**

Mit dem Knethaken 4-5 min auf Stufe min kneten, bis der Teig sich vom Rand löst.

1 Stunde gehen lassen.

Teig durch Pastawalze auf gewünschte Stärke laufen lassen.

Danach vorsichtig mehlen und durch Tagliatelleschneider laufen lassen.

Auf Backpapier legen und bei 200 C Ober/Unterhitze 15-20 Min goldbraun backen.

In der Nähe bleiben, damit sie nicht zu dunkel werden. Genaue Backzeit liegt an Teigstärke.

Abkühlen lassen, erst dann werden sie knusprig.

Varianten: 1 zerdrückte Knoblauchzehe hinzufügen; 2-3 getrocknete Tomaten in der Gewürzmühle zerkleinern und hinzufügen, Thymian, Mehrsalz, Schwarzkümmel, Sesam, Parmesan, Paprika oder andere Gewürze, Schwarzkümmel, Sesam etc.



Foto Gisela Martin, Rezept Nr. 2 mit Spritzgebäckvorsatz/Pasta Fresca

## ***2. Rezept Grissini mit Spritzgebäckvorsatz die unkomplizierte Variante ohne Sauerteig und lange Gehzeiten***

### **Zutaten:**

400 gr. Mehl Typ 405

150 gr. Hartweizengrieß

1 TL Backmalz (Anmerkung: ohne geht es ebenso)

1 Packung Trockenhefe oder 21 gr. frische Hefe

280 ml Wasser

2 gestrichene TL Salz

3 EL Olivenöl

Wasser bzw. Eiweiss zum Bestreichen und dann Schwarzkümmel, Parmesan, Sesam, Kräuter, Paprikapulver...

### **Zubereitung:**

Alle Zutaten für den Teig zusammen in Schüssel mit Knethaken geben und ca. 10 Minuten verkneten/Temperatur 38 Grad.

Ca. 20 Minuten bei 38 Grad gehen lassen, nochmals mit Knethaken kurz kneten, dann nochmals 20 Min gehen lassen.

Pasta Fresca mit Spritzgebäckvorsatz montieren und Teig nach und nach zu dünnen Grissinis verarbeiten und auf ein leicht bemehltes Backblech legen. Die Grissinis jeweils mit einem Küchentuch abdecken, damit der Teig nicht austrocknet.

Falls gewünscht mit Wasser (oder Eiweiß) bestreichen und mit Parmesan, Sesam, Schwarzkümmel , Kräutern etc. bestreuen.

Backofen Ober-/Unterhitze, 200 Grad, vorheizen und ca. 15 Minuten pro Blech backen.

Auskühlen lassen und hemmungslos geniessen



Foto Hülya Braun, Rezept Nr. 3 mit Wurstaufsatz

### **3. Rezept Grissini mit Wurst Aufsatz von Hülya Braun**

#### **Zutaten:**

500 gr Mehl  
275 ml Wasser  
3 Esslöffel Öl  
Zucker  
Salz  
2 Esslöffel Sesam

#### **Zubereitung:**

Alles miteinander verkneten (Knethaken).

Die mit Sesam außen sind mit verdünntem Traubensirup ( 2 TL Traubensirup 150 ml Wasser) bestrichen oder kurz reingetaucht

und Sesam drauf

Verwendet wurde der dünne Aufsatz beim Fleischwolf.

#### 4. Rezept Gisela M mit Lievito madre/Pasta Fresca/Mafaldematrize



Fotos Rezept Nr. 4 Gisela M.

#### Zutaten:

200 g Lievito madre

500 g Weizenmehl Type 550

200 ml Wasser

30 g Butter

50 g geriebener Käse, z.B. Gruyère oder Parmesan

1-2 EL Gewürze, z.B. Kreuzkümmel, Rosmarin etc. (aber nichts zu dickes, sonst kann der Teig in den Pastafresca-Matritzen-Schlitzen hängen bleiben)

80 g Olivenoel

10 g Salz

#### Zubereitung:

Mit dem Knethaken 5 min auf Stufe min kneten, der Teig soll sich vom Rand lösen.

1 Stunde gehen lassen.

In Pasta Fresca Mafaldematrize einsetzen (Reginette würden z.B. auch gehen, wenn zu viele Nudeln gleichzeitig rauskommen, wird es schwierig, da Teig zu feucht ist und beim Herauskommen zusammenkleben würde). Kleine Teigstückchen in PF füllen und Grissini herauslassen.

Auf Backpapier legen und bei 200 C Ober/Unterhitze 5-6 Min goldbraun backen.

In der Nähe bleiben, damit sie nicht zu dunkel werden. Genaue Backzeit liegt an Teigstärke. Mit Mafaldematrize werden sie hauchdünn!

Alternativ geht es natürlich auch mit Pastawalze etc.

Abkühlen lassen, erst dann werden sie knusprig.

GUTEN APPETIT!

## 5. Rezept mit Lauge aus Genussmagazin 10/2017



Foto Gisela M

Schmeckten frisch sehr gut, am nächsten Tag waren sie aber eher zäh.

**Zutaten:**

10 gr. Hefe frisch  
300 gr. Mehl Type 405 (ich hatte 550er)  
1 TL Salz  
1 Päckchen Natron (ich hatte Lauge)  
2-3 EL grobe Salzkörner

**Zubereitung:**

Hefe in 200 ml lauwarmen Wasser in Rührschüssel bröckeln. Mehl/Salz zufügen und mit Knethaken und Geschwindigkeitsstufe 3 5 Minuten kneten lassen.

Knethaken entfernen, Spritzschutz anbringen, Temperatur 40 Grad/30 Minuten gehen lassen.

Ofen auf 225 Grad vorheizen. Wasser mit Natron zum Kochen bringen und wieder abkühlen lassen.

Teig in ca. 1 cm breite Streifen schneiden und durch Lauge ziehen (bei echter Lauge Sicherheitsmaßnahmen ergreifen) und auf Backblech legen.

Grissini mit groben Salz bestreuen und 10-12 Minuten backen.



Rezept Nr. 1 – mit Tagliatelleschneider Foto Gisela Martin

---

# Nudelteige für die Pasta Fresca – Variationen



Foto Elvira Preiß

Allgemeine Tipps zur Pasta Fresca, die in der Facebookgruppe Backen und Kochen mit Kenwood gesammelt wurden:

Die doppelten Teigmengen der Teige Nr. 1-3 passen in den Multizerkleinerer. Bei höherer Teigmenge unbedingt den Kessel mit K-Haken benutzen (dann ggf. in Teilmengen wieder in den Multi umfüllen). Der Teig sollte bröselig sein, darf aber nicht zu trocken sein, sonst könnte der Verschlussring der Pasta fresca zerbrechen. Daher zuerst den Teig nach Rezept vorbereiten und dann noch Semola oder Grieß löffelweise zugeben, bis die Konsistenz stimmt. Zur Sicherheit vor dem Start immer noch zwei Teigbröselchen mit den Fingern zusammendrücken. Halten sie nicht, ist der Teig definitiv zu trocken. Dann bitte nachbessern. Beim Einfüllen den Teig möglichst seitlich reinrieseln lassen. Nicht zu viel Teig (die weiße Schnecke sollte immer noch zu sehen sein). Den Stopfer sollte man eher nicht benutzen. Sobald man stopft, verstopft alles und es dauert ewig. In diesem Fall lieber nochmal den Teig in den Multizerkleinerer geben, ggf. modifizieren (einen Spritzer Öl/Wasser zugeben, wenn zu trocken bzw. einen Löffel Mehl/Grieß zugeben, wenn zu feucht), kurz messern und dann zurück zum Start :-).

Nun viel Spass beim Nudeln! Es ist leichter, als es sich anhört. Man muss nur 1 x verstanden haben, wie die Konsistenz beschaffen sein muss.



Beispiel für krümeligen Teig, der auf Verarbeitung wartet

Vorwort:

... Wenn es mal nicht klappt....

Anbei ein Beispiel wie man aus einem etwas zu trockenen Teig (links) mit etwas Zugabe von Wasser (zB mit Blumensprüher) zu einem sehr guten Ergebnis kommt:



Fotos Elke Kru

Und jetzt gehts auch schon los mit den Rezepten....

### **Teig Nr 1 – Rezept von Azis Can**

im Multizerkleinerer mit dem Messer zubereitet

125 gr Semola ([Erläuterung Semola](#))

125 gr Mehl

80 ml Wasser  
3 ml Olivenöl



Foto Gisela M./Cannelloni/Teig Nr. 1

**Teig Nr 2 – Rezept von Azis Can**

im Multizerkleinerer mit dem Messer zubereitet

125 gr Semola ([Erläuterung Semola](#))

50 ml Wasser

3 ml Olivenöl



Foto Gisela Martin/Casarecce/Teig 2

**Teig Nr. 3 Pasta Fresca:**

im Multizerkleinerer mit dem Messer zubereitet

Rezept von Dirk Ebeldt

125 gr Semola ([Erläuterung Semola](#))

1 Ei

3 ml Olivenöl

10 ml Wasser (Anmerkung Gisela M.: lasse ich immer erst mal weg, und füge es nach Bedarf, je nach Eiergröße, zu)



Foto Gisela Martin/Casarecce/Casarecce im Dampfgarkorb  
gedämpft/Teig 3







Foto Gisela Martin/1. Reihe von links nach rechts  
Silatelli/Orecchiette/Teig 3

Foto Gisela Martin/2. Reihe von links nach rechts  
Spaccatelli/Fusili/Teig 3

Foto Gisela Martin/3. Reihe von links nach rechts Bigoli mit  
Petersiliensaftzugabe/Teig 3

Foto Gisela Martin/4. Reihe von links nach rechts

Conchigliette/Reginette/Teig 3

Foto Dorothee Saunders/5. Reihe Paccheri lisci

Foto Dorothee Saunders/6. Reihe Spaghetti 2 mm

Foto Dagmar Möller/7. Reihe Mafalde

Foto Katrin Russek/8. Reihe Gnocco napoletano

#### **Teig Nr. 4 Pasta Fresca:**

im Multizerkleinerer mit dem Messer zubereitet

Rezept von Stefan Dardas

50gr Mehl, erweitern bis zu 75 gr.

50gr. Semola, erweitern bis zu 75 gr.

1 Vollei

Alternativ: Unter den Teig frische Kräuter, Currysüppchen oder Steinpilzmehl mischen.

#### **Teig Nr. 5 Pasta Fresca ohne Ei**

mit K-Haken im Kessel (da Menge für Multi viel zu groß ist)

Rezept von Chefkoch.de

2025 gr Hartweizengrieß gemahlen

676 ml Wasser

Mit K-Haken rühren



Foto Regina Brand/Maccheroni Lisci/Teig Nr. 5

#### **Teig Nr. 6 Pasta Fresca Vollkornvariante**

im Multizerkleinerer mit dem Messer zerkleinert  
 50 gr Weizenvollkornmehl  
 200 gr. Vollkornriess  
 150 gr. Hartweizengriess  
 2 Eier  
 8 g Olivenöl  
 etwas Wasser (nach Bedarf und Eigröße) vorsichtig einlaufen lassen.



Foto Gisela Martin/von links nach  
 recht/Casarecce/SpaccatelliTeig 6

### **Teig Nr. 7 Glutenfreie Nudeln**

wurde in [Facebookgruppe](#) von Corinna Schletz gepostet, stammt aus einem schwedischen glutenfreien Kochbuch. Dort wird eine glutenfreie Mehlmischung hergestellt, die man für jedes Rezept als Basis nimmt.

45 g Reismehl  
 45 g Mais-, Buchweizen- oder Hirsemehl  
 60 g Kartoffelstärke  
 1 Msp. Backpulver glutenfrei  
 2 g Guarkernmehl  
 2 Eier

Das Guarkernmehl dient als Ersatz für das fehlende Gluten, das ja quasi der Kleber im normalen Getreide ist. Ohne Bindemittel werden glutenfreie Teige bröselig und trocken. Man kann auch Johannibrotkernmehl nehmen.

Anmerkung Gisela Martin: Getestet mit Variante Hirsemehl. Funktionierte nur bei Silatellimatrize, bei anderen Matritzen

kamen Nudeln "zerrissen" raus. Hätte man ggf. 1 gr. mehr Guarkernmehl nehmen müssen. Nudeln waren sehr lecker und bissfest. Foto siehe unten.



Foto von links nach rechts: Gisela Martin, Silatelli, Teig 7/Foto Christian Schmidt, Silatelli und Rigatoni, Teig 7



Foto Elvira Preiß , Teig Nr. 7 mit Reismehl, Maismehl, ohne Backpulver, Kartoffelstärke , Eier und Guarkernmehl etwas mehr ca 4g ,

#### **Teig. Nr. 8. Dinkelnudeln aus der Pasta fresca:**

Rezept von Britta Knoche

500g Dinkeldunst

170g Wasser

Mit dem K-Haken verrühren, etwas ruhen lassen und dann in die

Pasta fresca geben.

Die Nudeln sind eher weich, aber lecker und schmecken allen in der Familie.

### **Teig Nr. 9. Dinkelvollkornnudeln**

Rezept von Silke Haderlein

500 gr. Dinkelvollkornmehl

4 Eier

Mit dem K-Haken zu einem krümeligen Teig verarbeiten.

### **Teig Nr. 10 Emmervollkornnudeln mit Ei**

Rezept von Dagmar Möller

3 Eier (163 g)

2 Msp. Kurkuma

6 g Salz

5 g Olivenöl

180 g Emmervollkornmehl

130 g Semola rimacinata



Foto von Dagmar Möller, Funghi, Teig Nr. 10

### **Teig Nr. 11. Dagmas ultimatives Pastafresca-Rezept**

#### **Zutaten:**

2 Eier

130 g 550er Mehl

90-100 g Semola grano duro rimacinata (je nach Eiergröße)

etwas Salz und etwas Öl – kein Wasser!

Nicht zu feucht, aber auch nicht ganz so trocken, so dass der rieselige Teig gerade von alleine zusammenklebt, aber noch

kugelig ist.



Teig Nr. 11 – Dagmar Möller

**Teig Nr 12 – Zucchininudeln**

Gisela M.

im Multizerkleinerer mit dem Messer zubereitet

**Zutaten:**

125 gr Semola ([Erläuterung Semola](#))

50 ml Zucchinisaft (Eine mittlere Zucchini mehrfach durch die Beerenpresse laufen lassen, ergab bei mir 100 ml Zucchinisaft, aus dem Trester kann man Bratlinge backen)

5 ml Olivenöl

Anmerkung: Anstelle von Zucchinisaft kann man auch Rotkohlsaft oder andere Gemüsesäfte verwenden.



Teig Nr. 12 – Gisela M. mit Zucchinisaft

**Teig Nr 13 – Teigempfehlung von Pastidea**

Pastidea produziert die schönen Matrizen, die man hier auf den

Bildern sieht. Erwerben kann man sie in Deutschland auf [www.Gaumen-Freun.de](http://www.Gaumen-Freun.de)

**Zutaten** für 2/3 Personen:

250 g Semola

95 ml Wasser (ca. 38 % vom Mehlgewicht) oder

100 ml Wasser und Ei (mit Wasser auffüllen, bis 100 ml erreicht)

**Zutaten** für 4/5 Personen

500g Semola\*\*

190ml Wasser (ca. 38 % vom Mehlgewicht) oder \* \*

200ml Wasser und Ei (mit Wasser auffüllen, bis 200 ml erreicht) \*

**Matrizenvorbereitung:**

Reinigen Sie sorgfältig die Matrize vor der Verwendung und tauchen Sie diese ins warme Wasser.

Trocknen Sie die Aussenseite der Matrize ab, die Innenseite der Matritze soll feucht bleiben.

Wenn der Teig fertig vorbereitet ist, eine kleine Teigmenge mit den Fingern nehmen und zusammendrücken. Der Teig muss zusammenkleben und gleichzeitig krümelig sein.

\*Die Angaben gehen von normalen Feuchtigkeitsbedingungen mit 50 % aus, sie können sich ändern unter feuchten/trockenen Bedingungen.

\*\*Je nach unterschiedlicher Mehlsorte kann die Menge der zugebenden Flüssigkeit variieren. Daher immer o. g. Fingertest durchführen.

**Teig Nr. 14 – Rezept zur Verfügung gestellt von Pia Bachfischer-Straub**

**Zutaten:**

260g 405er Mehl

140g Hartweizengriess/Dunst mittel (Mühle Kleeb)

180g Vollei, evt etwas Wasser



Foto Pia Bachfischer-Straub/Fusili A2

### **Teig Nr. 15 – Teigrezept von Pastidea für Philips Pastamaker**



*Auf Pastafresca wie folgt umwandeln:*

*Anstelle im Pastamaker in dem Kessel mit K-Haken rühren und Teig jeweils abgedeckt stehen lassen.*

#### **Zutaten:**

250gr Semola rimacinata

Wasser + 2 Eigelb leicht verquirlt, gesamt 100 ml  
(Originalrezept sind 110 ml für Pastamaker, da besteht aber die Gefahr, dass der Teig zu feucht ist und man stopfen muss)  
(die Mengenangaben sind Ca-Angaben und können abweichen je nach Temperatur und Luftfeuchtigkeit)

5 gr Olivenöl

#### **Zubereitung:**

3 Minuten kneten lassen und am Ende vom Knetvorgang die Maschine ausschalten.

Den Teig ruhen lassen für circa 30 min.

Nochmals 3 Minuten kneten lassen und am Ende vom Knetvorgang die Maschine ausschalten.

Für weitere 30 Minuten ruhen lassen.

Der Teig muss bröselig sein, aber gleichzeitig feucht.

Das komplette Programm incl. 3 Minuten kneten durchlaufen lassen, diesmal incl. dem Prozess der Ausgabe.

---

## **Zubehör-Tabelle von Kenwood**

[KenwoodZubehoerTabelle](#)

---

## **Trick, wenn der Pasta-Fresca-Ring sich nicht löst**

Autor: Gisela Martin

Folgende Vorgeschichte:

Bislang habe ich meine PastaFresca immer brav gereinigt. Dazu

habe ich alles zerlegt, den Restteig antrocknen lassen und am nächsten Tag sind die Brösel dann fast von alleine rausgefallen.

Beim letzten Mal machte ich Pasta Fresca an zwei Tagen hintereinander und war noch nicht zum Reinigen gekommen. Ich gab daher oben den frischen Nudelteig rein und der Nudelteig vom Vortag (da Pasta Fresca nicht auseinandergelegt) war noch frisch und kam unten raus. Das gefiel mir, keine Verschwendung, kein Wegwerfen.

Seit meiner letzten Pasta-Fresca-Herstellung sind nun drei Tage vergangen. Ich hatte den Verschlussring zwischenzeitlich nicht gelöst, um wieder den Restteig mitzuverwenden. Ein Fehler! – Weder Verschlussring noch Schneidaufsatzen haben sich lösen lassen. Sass bombenfest!

Die Lösung: Ich habe die PastaFresca ganz langsam und sanft im Backofen bei 50 Grad aufwärmen lassen, da alle Metalle sich mit Wärme ausdehnen.

Und siehe da.... Mit 50 Grad war das abdrehen kein Problem. Puh, was für ein Glück!

Und die Moral von der Geschicht: In Zukunft reinige ich meine PastaFresca wieder sofort. Doofe Idee von mir!

---

## **Gedämpfte Nudeln mit Lachs auf rahmigem (Fenchel)-Safran-Gemüse**



Rezept angelehnt aus "Meine Cooking Chef" von Johann Lafer  
Autor: Gisela Martin

**Zutaten für 4 Personen:**

Nudeln für 4 Personen mit Pasta Fresca, ich habe Rezept Nr. 3 aus den Dateien verwendet

400 g Lachsfilet

Salz/Pfeffer

Saft von halber Zitrone

2 kleine Fenchelknollen (fehlte bei mir)

2 Schalotten

1 Knoblauchzehe

2 EL Olivenöl

1 EL Zucker

1 TL Curry

1 TL Safranfäden

100 ml Sekt (alternativ Weißwein)

250 ml Fischfond

150 g Sahne

50 g Butter

**Zubereitung:**

Pasta Fresca-Nudeln zubereiten, sehr kurz kochen, werden ja noch gedämpft, kalt abbrausen und zur Seite stellen

Fischfilet abbrausen, trocken tupfen, in Würfel schneiden und mit Salz/Pfeffer/Zitronensaft marinieren

Fenchel waschen, putzen, halbieren. Fenchelgrün zum Garnieren

zur Seite legen. Fenchel mit Multizerkleinerer, Scheibe Nr. 5 in Scheiben hobeln

Nudeln mit Fischwürfel in Dampfgareinsatz legen

Schalotten und Knoblauch klein schneiden

Flexi einsetzen, 2 EL Olivenöl zugeben, 140 Grad, Rührintervall 3, erhitzen. Knoblauch/Schalotten zugeben, ca. 30 Sek. anschwitzen. Fenchel zugeben und noch eine Minute laufen lassen. Dann Zucker, Curry, Safran, Sekt, Fischfond und Sahne zugeben und Flexi entfernen.

Dampfgarsieb einsetzen, Spritzschutz drauf, 130 Grad, Rührintervall 3, Timer auf 8 Min. stellen.

Nudeln mit Fisch auf Teller anrichten. Fenchel aus Sosse herausnehmen und ebenfalls auf Nudeln verteilen.

Den Fond mit Salz/Pfeffer abschmecken, zusammen mit Butter im Blender schaumig aufmixen und über Gemüse/Nudeln/Fisch verteilen.

War so lecker!