

Nudelteig mit Quark Rezept

Bei diesem Rezept Nudelteig mit Quark wird der Teig mit etwas Butter und Magerquark, dafür mit weniger Eiern zusammen geknetet.

Dabei entsteht ein elastischer Nudelteig, welchen man sehr gut ausrollen und formen kann.

Besonders gut geeignet ist dieser Nudelteig mit Quark für die Herstellung von Lasagne, gefüllten Ravioli oder anderen Teigtäschchen und auch da der Teig nicht so schnell reißt, für die eigene Herstellung von den etwas breiteren Pappardelle Nudeln.

Zutaten: für ca. 700 g Nudelteig

50 g zimmerwarme Butter
1 gestrichener TL Salz
1 Ei Gr. M
250 g Quark (Magerstufe)
350 g Mehl Type 405



Zubereitung:

Für die Zubereitung von diesem **Nudelteig mit Quark Rezept** sollte zuerst die zimmerwarme Butter mit Salz in einer Rührschüssel mit den Rührstäben vom elektrischen Handmixer schaumig gerührt werden.

1 Ei hinzugeben und mit untermischen.

Magerquark ebenfalls kurz unterrühren.

Die Rührstäbe am Handmixer durch die Knethaken ersetzen und damit das Mehl nach und nach unterkneten.

Zuletzt den Inhalt der Schüssel samt dem noch nicht eingearbeiteten Mehl auf eine Arbeitsfläche geben und den Teig mit den Händen weiterkneten, dabei keine weitere Flüssigkeit dazu geben. Den Teig solange mit Ausdauer weiterkneten, bis das ganze Mehl eingearbeitet und ein schön glatter Nudelteig entstanden ist, welcher je länger man knetet, immer weicher und elastischer wird.

Diesen Nudelteig mit Quark nun in eine Gefriertüte stecken und für mindestens 1 ½ Stunden in den Kühlschrank legen.



Zum Auswalzen und Verarbeiten des Nudelteiges:

Den kühlen Teig in mehreren Etappen entweder von Hand mit dem Nudelholz ausrollen, oder noch besser eine Nudelmaschine zum Auswalzen des Nudelteigs verwenden.

Dabei den Nudelteig nicht zu dünn auswalzen, sondern bei der Nudelmaschine mit einer Einstellung von 1 – 7, bei Stufe 4 - 5 damit aufhören.

Sonst den Teig etwa 2 mm dick ausrollen.

Für Lasagne die nicht zu dünnen Teigplatten in gut gesalzenem Kochwasser nur 1,5 bis 2 Minuten vorkochen.

Ravioli mit Füllung, je nach Größe und Dicke etwa 5- 6 Minuten kochen.

Für Breite Nudeln oder Pappardelle den ausgewalzten Nudelteig in etwa 2- 2,5 cm breite lange Streifen schneiden, etwas antrocknen lassen, danach und in etwa 3 Minuten zu bissfesten Nudeln kochen.

Kalorienangaben

100 g von diesem Nudelteig mit Quark Rezept roh, enthalten ca. 138 kcal und ca. 7 g Fett