

### Ferrazzuoli mit Artischocken

Ferrazzuoli ai carciofi, vegetarisches Nudelgericht

#### Zutaten ( für 4 Portionen )

##### Für die Ferrazzuoli :

300 g Semola di Grano duro,  
(Hartweizenmehl),  
3 Eier, Größe M,  
1 EL Olivenöl,  
eine Prise Salz,  
eine 30 cm lange Stricknadel, oder ein dünner Draht,  
ganz gerade, nicht verbogen!

##### Für die Artischockensoße :

12 kleine Artischocken,  
Saft einer Zitrone,  
½ TL Salz,  
2 EL Tomatenmark,  
1 Zwiebel,  
1 Knoblauchzehe,  
60 g Möhren,  
60 g Staudensellerie,  
2 EL Oliven – Öl,  
¼ l Gemüsebrühe,  
½ TL Thymian – Blättchen,  
1 TL Speisestärke,  
Salz, Pfeffer aus der Mühle.



#### Zubereitung

##### Die Ferrazzuoli :

Das Mehl auf das Nudelbrett häufen, in die Mitte eine Mulde drücken. Das Salz über die Mulde verstreuen, die Eier hineingeben. Mit einer Gabel die Eier in der Mulde verrühren. Nach und nach Mehl vom Rand her mit unterrühren. Weiter rühren, immer mehr Mehl vom Rand her einrühren. Wenn in der Mitte ein dicker Brei entstanden ist, den Mehtrand mit beiden Händen über den Teig verteilen. Den Teig gut durchkneten, zunächst mit den beiden Daumen, dann mit dem Handballen. Die Teigkugel weiterkneten, dabei nicht mehr falten, nur noch verformen. Dann die Teigkugel in zwei Teile teilen und in Klarsichtfolie einpacken. Möglichst 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.

Die Herstellung der Ferrazzuoli ist zeitaufwändig (ca. 4 Std.). Damit uns der Nudelteig nicht betrocknet, teilen wir jede Teigkugel nochmals in 4 Teile und verpacken alle in Klarsichtfolie.

Das Nudelbrett wird nicht bemehlt, der Teig muss glatt und glänzend, darf aber nicht klebrig sein. Die erste Teigkugel rollen wir jetzt zu einer etwa 2 cm dicken Wurst aus. Diese teilen wir mit einem Messer in gleichmäßig 1 cm lange Stücke. Jedes Stück rollen wir zu einer dünnen „Spaghetti“ von etwa 2 bis 3 mm Durchmesser aus. Zuerst mit einer Hand, dann mit beiden Händen, wobei wir die Wurst auseinanderziehen. Diese schlingen wir um die Stricknadel und rollen sie auf dieser so auf, dass die Spiralen dicht aneinander liegen. Die Stricknadel mitsamt der Nudel rollen wir nochmals auf dem Backbrett, so dass sich die Spiralen miteinander verkleben und

## Rezepte > Nudelgerichte > Ferrazzuoli mit Artischocken

die Wand der Nudel noch dünner wird. Dann streifen wir die Nudel von der Stricknadel. Von Vorteil dafür ist, wenn wir die Stricknadel etwas mit Olivenöl fetten. Aber Vorsicht – Die Hände sollten fettfrei sein, damit die Spiralen miteinander verkleben. (Also ein Stück Küchenpapier bereit halten und daran die Hände gut entfetten.)

So verarbeiten wir alle 8 Teigklumpen. Die Ferrazzuoli kommen zwischendurch auf ein leicht bemehltes Brett.

### **Die Artischockensoße :**

In eine große Schüssel 2 l Wasser und den Zitronensaft geben. Den Stiel der Artischocken kurz unter dem Blütenansatz abschneiden, die kleinen äußeren Blätter abreißen, von den äußeren Blättern die Spitzen abreißen, bis die helleren inneren Blätter kommen. Den oberen Teil der Artischocken abschneiden. Mit einem großen scharfen Messer nochmals den oberen Rand der äußeren Blätter schräg abschneiden. Die Artischocken achteln, die harten ( violetten ) inneren Blätter und das „Heu“ entfernen und sofort in den Topf mit dem Zitronenwasser geben. Die Stiele schälen, in kleine Stücke schneiden und ebenfalls in das Zitronenwasser geben. Zwiebel und Knoblauch in kleine Würfel schneiden. Die Möhren und den Sellerie putzen und fein würfeln. In einer großen, beschichteten Kasserolle Öl erhitzen und darin die Zwiebeln und den Knoblauch hell anschwitzen. Das Tomatenmark kurz anrösten. Das Gemüse und die Artischocken zugeben und kurz andünsten. Die Gemüsebrühe zugeben und 10 min. köcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Speisestärke in 3 EL kaltem Wasser anrühren und damit die Soße ein wenig binden.

In einem großen Topf 3 l Wasser zum Kochen bringen. ( Erst ) In das kochende Wasser einen Esslöffel Salz geben, etwas Öl hineingeben und die Ferrazzuoli in etwa 8 bis 12 Minuten bissfest kochen. Beginnen Sie nach 8 Min. zu probieren und probieren Sie jetzt jede Minute, ob die Nudeln schon al dente sind. Da es sich um Eier-Nudeln mit Semola di Grano duro von hoher Qualität handelt, ist die Gefahr, dass sie zu „Matsch“ verkocht werden nicht so groß.

Die gegarten Nudeln gut abtropfen lassen, portionsweise auf Teller verteilen und mit der Soße übergießen.