

## Quark-Ravioli

Zutaten für 20 Stück:

Für die Füllung :

250 g Sahnequark 40 % Fett

ersatzweise: Frischkäse

Salz,

weißer Pfeffer aus der Mühle

Paprikapulver edelsüß

1 TL gehackte Blatt Petersilie

1 TL feine Schnittlauchröllchen

1 Knoblauchzehe

1 Karotte (ca. 150 g)

1 Ei, 1 Eigelb (zusätzlich)

Eiweiß zum Bestreichen der Ravioli

verwenden

1 TL geriebenen Hartkäse z. B. Parmesan

1 EL Hartweizengrieß

1 Becher Creme fraiche

je nach Geschmack noch geriebenen Parmesan zum Bestreuen

**Der Nudelteig für die Quark-Ravioli:**

200 g Hartweizenmehl ( Semola di grano duro )

½ TL Salz,

1 Ei Größe M

100 ml lauwarmes Wasser.

**Zutaten außerdem:**

400 g frischen kleinblättrigen Spinat gewaschen und geputzt

1 Zwiebel , 1 EL kleine Speckwürfelchen, 1 EL Butter

Salz

geriebenen Muskatblüte

frische Sahne

**Zubereitung des Nudelteiges:**

Für die Quark -Ravioli haben wir Kochbären zuerst den Nudelteig hergestellt.

Zubereitung des Teiges von Hand :

1. Das Mehl auf das Nudelbrett häufen, in die Mitte eine Mulde drücken. Das Salz über die Mulde verstreuen.
2. Etwas Wasser in die Mulde geben, mit einer Gabel in der Mulde verrühren. Nach und nach Mehl vom Rand her mit unterrühren.
3. Weiter rühren, immer mehr Mehl vom Rand her einrühren. Weiter Wasser zugeben.
4. Wenn in der Mitte ein dicker Brei entstanden ist, den Mehlrand mit beiden Händen über den Teig verteilen.
5. Den Teig gut durchkneten, zunächst mit den beiden Daumen, dann mit dem Handballen.
6. 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.**



# WWW.KOCHBAEREN.DE

## Rezepte > Nudeln > Rezept : Quark-Ravioli

**Neuerdings mache ich den Nudelteig mit den Knethaken des Handrührgerätes wie folgt:**

Das abgewogene Mehl kommt in die Rührschüssel des Handrührgerätes, dazu das Salz.

Dann gebe ich unter Rühren mit dem Handrührgerät nach und nach das Wasser zu. Es müssen kleine, feuchte Klumpen entstehen. In der Schüssel dürfen keine trockenen Krümel oder Mehreste bleiben! Sonst etwas Wasser (Teelöffelweise) zugeben. Je nach Qualität des Mehles sind eventuell 20 ml Wasser zusätzlich erforderlich. Dann kommen diese feuchten Krümel auf das Nudelbrett und es geht bei Punkt 5. weiter.

Während der Nudelteig im Kühlschrank auf seine Weiterverwendung wartet, die Füllung herstellen.

Ersatzweise können Sie auch Nudelteig aus der Kühltheke verwenden. Aber selbst gemacht schmeckt einfach am Besten. Annähernd so gut ist nur noch der Nudelteig, den man manchmal beim Bäcker vorbestellen kann.

### **Zubereitung des Spinats:**

Den frischen kleinblättrigen Spinat gewaschen und geputzt noch etwas grob her schneiden. Die Zwiebel schälen und in feine Würfelchen schneiden. Nun etwas Butter erwärmen und die Speck – und Zwiebelwürfelchen darin ca. 5 Minuten dünsten. Etwa 50 ml Wasser zugeben. Nun den Spinat zugeben und kurz mit dünsten bis er zusammen fällt. Mit etwas süßer Sahne, Salz und geriebener Muskatblüte abschmecken.

### **Zubereitung der Füllung:**

Den Sahnequark in eine Schüssel geben. Salz, Pfeffer und mildes Paprikapulver unterrühren. Blattpetersilie kurz unter kaltem Wasser abbrausen, abtrocknen und fein herschneiden. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die Karotte schälen und in ganz ganz feine Streifen und dann in Würfelchen schneiden. Die Knoblauchzehe durch die Knoblauchpresse drücken. Alles unter die Quarkmasse rühren und kräftig abschmecken. Dann noch das Ei, Eigelb, Hartweizengrieß und geriebenen Parmesan oder ersatzweise einen anderen würzigen geriebenen Hartkäse unterrühren. Ganz zum Schluss rühren die Aalener Kochbären noch den Hartweizengrieß unter.

Den Nudelteig für die Quark-Ravioli habe ich besonders dünn ausgewellt – sonst werden es keine 20 Ravioli. Mit einem kreisrunden Ausstecher von 12 cm Durchmesser 20 Scheiben ausstechen, mit Eiweiß bepinseln und 1 TL Füllung auf die Mitte der unteren Hälfte geben. Zusammenklappen, die Ränder gut zu pressen. Zur Verschönerung mit den Gabelzinken den Rand formen.

In reichlich Gemüse – Brühe (instant) 4 Minuten sieden lassen, mit dem Schaumlöffel herausheben, sofort servieren. Am Tisch mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen. Dazu passt wunderbar etwas gedünsteter Spinat.

Guten Appetit wünschen die Aalener Kochbären.

© WWW.KOCHBAEREN.DE