



NUDELTEIG

Jeder Mag sie, Teigwaren in allen Variationen, frisch zubereitet merkt man keinen Unterschied zu den herkömmlichen glutenhaltigen Teigwaren.

Arbeitszeit: 20min

Niveau: mittel - schwer

Zutaten für 2 - 4 Personen

- 200g Mehlmix hell
- 100g Ei (2 Stk)
- 25g Wasser
- 10g Pflanzenöl
- 2g Salz

Tip

- !!!Sehr genau abwiegen!!!
- Wenn der Teig etwas zu trocken ist mach nur deine Hände nass und knete ihn weiter.
- Ist der Teig zu feucht, gib etwas Mehl auf die Arbeitsfläche und knete es mit ein.

Zubereitung

- ✓ Alle Zutaten in einen Mixtopf geben und zu einem Teig mischen. Es entsteht ein krümeliger Teig.
- ✓ Diesen nun auf der Arbeitsfläche weiter kneten bis ein elastischer und glatter Teig entsteht. Dies kann bis zu 10min dauern.
- ✓ Nun kannst du den Teig ausrollen und nach belieben weiter verarbeiten zu Nudeln, Ravioli, oder Lasagneblätter die du sofort verwendest.

Der Teig kann bis 2 Tage im Kühlschrank aufbewahrt werden wenn er in Folie und luftdicht verpackt wird. Am besten vakuumieren. Ansonsten sollten die Teigwaren eingefroren werden.