

Lasagneplatten selber machen



Wusstest du, dass es **über 600 Nudelformen** gibt? Von lang bis kurz, von groß bis klein, von simpel bis ausgefallen gefertigt – in Sachen **Vielfalt** macht der Pasta so schnell niemand etwas vor! Aber bei all den fantasievoll geformten und gewickelten Nudeln müssen es doch einfach auch immer wieder **Klassiker** sein. Immerhin öffnen uns **Lasagneplatten** die wunderbare kulinarische Tür zum wohl besten italienischen Auflauf: **der Lasagne**. Ihre **große Fläche** ist nämlich der **ideale Träger für alle anderen Zutaten** des geschichteten Leckerbissens, egal, ob du nun den Klassiker mit Ragù bevorzugst, vegetarische Lasagne oder sogar Lachslasagne. So simpel und reduziert ihre Form ist, so einfach kannst du **Lasagneplatten selber machen**. Wie genau das geht, habe ich einmal für dich festgehalten.

Das sind die Vorteile vom Lasagneplatten selber machen

Lasagneplatten gibt es natürlich in **jedem Supermarkt** zu kaufen, je nach Anbieter sogar in verschiedenen Farben, Größen oder auch mit anderen Mehlen als Weizenmehl zubereitet. Dennoch lohnt es sich, die dünnen, großen **Platten per Hand zu machen**. Das sind die **Vorteile im Überblick**:

- du brauchst nur **sehr wenige Zutaten**
- du musst sie nur **sehr kurz vorkochen**
- bei der **Wahl und Herkunft der Zutaten** hast du vollen

Einfluss

- für **feinere Ergebnisse** kannst du die Dicke bestimmen
- du kannst **Unverträglichkeiten und spezielle Vorlieben** berücksichtigen (z.B. durch Spinat- oder Vollkornnudelteig)
- du kannst **Reste einfrieren** oder für **andere Nudelgerichte** wie Tortellini oder Maultaschen verwenden

Lasagneplatten selber machen – mit oder ohne Maschine?

Das ist wohl eine der spannendsten Fragen, wann immer es um das Thema Nudeln selber machen geht. Eine Nudelmaschine, ob nun **automatisch oder manuell**, ist natürlich immer ein **Kostenfaktor**. Für die **Herstellung mit der Hand** dagegen brauchst du lediglich ein **Nudelholz**, was in der Erstanschaffung günstiger ist. Möchtest du allerdings **häufiger frische Nudeln herstellen**, lohnt sich die Anschaffung eines professionellen Gerätes definitiv.

Du sparst vor allem Muskelkraft und Zeit – insbesondere, wenn du eine automatische Nudelmaschine benutzt, die dir so ziemlich **alle Arbeitsschritte** vom Kneten bis zum Auspressen **abnimmt**. Außerdem gelingt dir so ein deutlich **gleichmäßigeres Ausrollen** deines Nudelteiges als per Hand. Das ist vor allem für das **Durchgaren** im Kochwasser oder Ofen sehr wichtig. Zudem bieten dir **diverse Aufsätze** auch eine besonders **große Vielfalt** in deiner persönlichen Pasta-Küche. So gibt es zu den meisten **Nudelmaschinen Aufsätze** für **Bandnudeln, Spaghetti oder Tagliatelle**, manche automatischen Nudelmaschinen können sogar Penne herstellen.

Die Zutaten

Das richtige Mehl

Für Lasagneplatten brauchst du nur **sehr wenige Zutaten**. **Mehl, Wasser und eine kleine Prise Salz**, um genau zu sein. Trotzdem kommt es hier auf die richtige Auswahl an: am besten eignet sich das **italienische Hartweizenmehl des Typs 00**, auch **Semola Mehl** genannt. Alternativ kannst du

Lasagneplatten selber machen

auch eine 1:1-Mischung aus Hartweizengrieß und 405- oder 550-Weizenmehl benutzen. 1 EL Olivenöl macht den Teig übrigens **besonders geschmeidig**. Reduziere dabei die **Wassermenge**, damit dein Teig nicht zu feucht wird.

Mit oder ohne Ei

Bei der Entscheidung **für oder gegen Ei** in deinem Nudelteig kommt es ganz darauf an, was du von deinem Teig erwartest und ob du ihn direkt verwenden möchtest. Nudeln ohne Ei, auch *pasta secca* genannt, bestehen zum Teil aus **Hartweizengrieß**. Dieser bringt einen **hohen Anteil Gluten** mit und macht deine Lasagneplatten somit **elastisch**. Dadurch, dass der Teig außerdem **keine frischen Zutaten** enthält, ist er **lange haltbar**. Das ist vor allem praktisch, wenn du deine **Lasagneplatten auf Vorrat herstellen** möchtest.

Pasta fresca all'uovo dagegen lautet der malerische Name von **Eiernudeln**. Nudelteig mit Ei ist etwas **farbintensiver, aromatischer und klebriger**. Traditionellerweise wird er vor allem **für gefüllte Nudelsorten** wie Ravioli, Tortellini oder Cannelloni verwendet, aber auch in Lasagne macht sich das dezente Aroma bestens.

Flüssigkeiten: Wasser und Öl

Welche **Flüssigkeiten** gehören in einen Nudelteig? Bei dieser Frage scheiden sich die Geister. Ich habe die besten Erfahrungen mit einer **Mischung aus Wasser und Olivenöl** gemacht, du kannst aber auch auf das Öl verzichten und ganz puristisch arbeiten.

Achte nur darauf, dass du **lauwarmes Wasser** verwendest und auch bei der Herstellung von Nudeln mit Ei **Eier mit Zimmertemperatur** verwendest. So verbinden sich deine Zutaten beim Kneten am besten und der Teig wird **geschmeidig und elastisch**.

Arbeitest du dagegen mit einer automatischen Nudelmaschine, genügen die Zutatenkombinationen aus **Mehl und Wasser** oder **Mehl, Wasser und Ei**. Im passenden Programm errechnet dir dein Pasta Maker sogar **selbstständig die benötigte Menge** deiner Zutaten, sodass du kaum eigene Arbeit hast.

Lasagneplatten selber machen – Schritt für Schritt

Egal, ob du deine Lasagneplatten ganz **traditionell per Hand** oder mit einer **manuellen oder automatischen Nudelmaschine** herstellst – mit dem passenden

Grundrezept gelingen dir alle Varianten!

Per Hand und manueller Nudelmaschine

Hier verrate ich dir einmal, wie du **frische Lasagneplatten** ganz einfach mit nur einem **Nudelholz** oder einer **manuellen Nudelmaschine** ausgestattet selber machen kannst. Neben diesem Küchenequipment brauchst du außerdem noch etwas **Mehl** zum Bestreuen deines Nudelteiges, damit auch nichts kleben bleibt. Zuerst verrate ich dir aber die **Grundrezepte für Lasagneplatten mit und ohne Ei**.

Der Teig

Grundrezept ohne Ei (für 4 Portionen)

- 200 g 405-Mehl
- 200 g Hartweizengrieß
- 1 Prise Salz
- 200 ml Wasser



Forme eine Mulde in dein Mehl und gib deine Eier hinein.

1. Vermische dein Mehl und Hartweizengrieß.
2. Gib beides auf eine Arbeitsfläche, forme eine **Mulde** und gib das **Salz und das Wasser** hinein.
3. Arbeite das Mehl **von außen nach innen** ein, bis eine **bröselige Masse** entsteht.
4. Knete die Masse **5-10 Minuten** kräftig durch, bis ein **elastischer Teig** entsteht.
5. Wickle deinen Teig in **Frischhaltefolie** und lass ihn **30**

Lasagneplatten selber machen

Minuten bei Zimmertemperatur ruhen.

Grundrezept mit Ei (für 4 Portionen)

- 400 g Mehl
- 4 Eier
- 1 Prise Salz

1. Gib dein Mehl auf eine Arbeitsfläche, forme eine Mulde und gib dein Eigelb und das Salz hinein.
2. Arbeite das Mehl von innen nach außen mit einer Gabel ein, bis eine bröselige Masse entsteht.
3. Knete deinen Nudelteig 5-10 Minuten.
4. Wickle den Teig in Frischhaltefolie und lass ihn mindestens 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen.



Fertiger Pastateig ist leicht klebrig mit glänzender Oberfläche ohne Risse.

Das Ausrollen

Arbeite beim Ausrollen deines Nudelteiges am besten mit Teilstücken – so lässt er sich am besten verarbeiten. Viertel deinen Teig nach der Ruhephase, drücke das zu verwendende Teilstück auf einer eingemehlten Arbeitsfläche mit dem Handballen platt und wickle den Rest wieder in Folie.

Nimm dir dann ein Nudelholz zur Hand und rolle deinen Teig aus. Das Wichtigste und gleichzeitig Schwierigste hierbei ist, dass du deinen Teig möglichst gleichmäßig ausrollen solltest. Da deine Lasagneplatten am besten nur

3-4 mm dick sein sollten, benötigst du hier einiges an Muskelkraft. Rolle hierfür deinen Teig zunächst von der Mitte nach oben aus. Danach von der Mitte nach unten. Drehe deinen Teig im Anschluss und wiederhole den Vorgang so oft, bis du ein gleichmäßiges Ergebnis hast.



Rolle deinen Teig mit einem Nudelholz aus, bis er gleichmäßig dick ist.

Deutlich einfacher geht das Ganze mit einer manuellen Nudelmaschine. Nimm auch hier dein platt gedrücktes Teilstück, mehl es leicht ein und walze es auf der höchsten Stufe das erste Mal durch deine Nudelmaschine. Falte danach beide Seiten deines Nudelteiges zur Mitte und walze ihn erneut. Wiederhole diesen Vorgang ruhig 3-4 Mal, denn dadurch wird das Gluten im Mehl gestärkt, was die Elastizität in deinen Lasagneplatten begünstigt.



Noch schneller kannst du deinen Nudelteig mit einer manuellen Nudelmaschine ausrollen.

Lasagneplatten selber machen

Verringer im Anschluss den Abstand **um eine Stufe**, walze deine Teigplatte durch und verringere den Abstand erneut um eine Stufe, bis **Stufe 6 oder 7** erreicht ist. Andernfalls wird dein Teig **zu dünn**. Bedeck deine **fertig ausgerollten Lasagneplatten** immer mit einer **Lage Frischhaltefolie und einem feuchten Handtuch**, damit sie nicht austrocknen.

Lasagneplatten selber machen - mit einer Küchenmaschine

Deine Küchenmaschine kommt bisher vor allem für süße Kuchenteige zum Einsatz? Dabei eignet sie sich auch hervorragend zum Lasagneplatten selber machen! Viele Hersteller bieten bereits passende Pasta-Aufsätze an und dank des Knethakens und der Rührschüssel macht sich der **Nudelteig** auch quasi **von alleine**. Wie genau das funktioniert, verrate ich dir im Folgenden.

Der Teig

Grundrezept mit Ei (für 4 Portionen):

- 400 g Weizenmehl
- 4 Eier
- 1 TL Wasser
- 1 Prise Salz

Eine **Küchenmaschine mit Pasta-Aufsatz** erspart dir sowohl die Muskelkraft beim Kneten als auch das Kurbeln beim Ausrollen. So stellst du deinen Nudelteig her:

1. Gib alle deine Zutaten in die Rührschüssel und lass sie auf niedriger Stufe mit dem Knethaken kneten. Es entsteht eine bröselige Masse.
2. Feuchte deine Hände leicht an, gib die Masse auf deine Arbeitsfläche und knete sie zu einem Teig.
3. Form deinen Teig zu einem Ball, wickle ihn in Frischhaltefolie und lass ihn 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen.

Das Ausrollen

Arbeite auch hier mit Vierteln und wickle den Rest des Teiges immer wieder in Frischhaltefolie, damit er nicht austrocknet.

1. Nimm dein **erstes Teilstück** und drück es auf einer bemehlten Arbeitsfläche **leicht platt**.
2. Befestige den **Pasta-Aufsatz** an deiner Küchenmaschine, wähle den **größten Walzenabstand** und starte die Maschine. Die **Geschwindigkeitsstufe 2-3** genügt hier.
3. Gib dein Teigstück das erste Mal hindurch, falte es in der Mitte und roll es erneut aus. Wiederhole diesen Vorgang **3-4 Mal**.
4. **Verringere den Walzenabstand** anschließend bei jedem Durchgang und gib deinen Teig erneut hindurch.
5. Wiederhole dies, bis du **Stufe 6-7** erreicht hast. Ansonsten wird dein Teig zu dünn.



Hast du eine Küchenmaschine, kannst du deinen Nudelteig auch im passenden Nudelaufsatz ausrollen.

Das Zuschneiden

Leg deine Lasagneplatten nach dem Ausrollen auf eine **bemehlte Arbeitsfläche** oder ein **bemehltes Schneidebrett** und schneid sie mit einem **scharfen Messer** auf deine gewünschte Größe zu. Hier gibt es keine Vorgaben, wähle einfach eine Größe, die **gut in deine Auflaufform passt** und die du problemlos anheben und übereinander schichten kannst.

Lasagneplatten selber machen

Mit einer automatischen Nudelmaschine

Lasagneplatten selber machen ganz **ohne Kneten, Walzen und Zuschneiden**? Kein Problem, wenn du eine **automatische Nudelmaschine** dein Eigen nennst. Zutaten einfüllen, Programm auswählen und ganz entspannt darauf warten, dass deine Pasta ausgegeben wird - hier musst du definitiv am wenigstens selbst Hand anlegen. Damit deine Lasagneplatten trotzdem von Beginn an direkt ein voller Erfolg werden, erkläre ich dir hier einmal die Zubereitung.

Der Teig

Grundrezept mit Ei (für 4 Portionen):

- 440 g Mehl (Typ 405 oder 550)
- 166 g Eigelb und Wasser verquirlt

Grundrezept ohne Ei (für 4 Portionen):

- 440 g Mehl (Typ 00)
- 158 g Wasser

Das Kneten

Stellst du mit der automatischen Nudelmaschine Lasagneplatten mit Ei her, solltest du wie folgt vorgehen:

1. Setz den passenden Aufsatz ein,



Setz vor dem Starten der automatischen Nudelmaschine den Aufsatz für Lasagneplatten ein.

2. Wähl das „Egg Pasta“-Programm aus,
3. Wieg dein Mehl in der Nudelmaschine ab,

4. Wieg dein Eigelb getrennt mit einer Küchenwaage ab,
5. Gib so viel Wasser dazu, bis die **benötigte Flüssigkeitsmenge** erreicht ist,
6. **Verrühr** beides und gib die Flüssigkeit in die Maschine.



Gib deine Wasser-Ei-Mischung über den Deckel in deine automatische Nudelmaschine.

Den Rest übernimmt die Nudelmaschine dann für dich, du musst erst wieder aktiv werden, wenn sie deinen Nudelteig auspresst. Lass sie einfach auf die **gewünschte Länge** ausgehen und nimm sie dann direkt von der Ausgabe ab. Alternativ kannst du auch ein **scharfes Messer** verwenden.



Haben deine Lasagneplatten die gewünschte Länge, kannst du sie direkt an der Ausgabe der Nudelmaschine abnehmen.

Lasagneplatten selber machen

Lasagneplatten vorgaren oder nicht?

Frisch gemachte Lasagneplatten sind in der Regel **deutlich dünner** als die gekauften aus dem Supermarkt. Dennoch lohnt es sich, sie vor der weiteren Verwendung kurz **vorzugaren**. Zwar nehmen sie beim Backen im Ofen durch die Sauce und die übrigen Zutaten noch einiges an Flüssigkeit auf, allerdings nicht unbedingt gleich viel an allen Stellen. Durch das Vorgaren verhinderst du, dass sie sich durch eine **unregelmäßige Flüssigkeitsaufnahme wellen**.

Gar am besten **jede Lasagneplatte einzeln**. Gib sie hierfür einfach in einen **großen Topf mit kochendem Salzwasser**. Lass sie **ca. 30 Sekunden garen**, ehe du sie dann mit einer **Schaumkelle** entnimmst.



Entnimm deine vorgegarten Lasagneplatten mit einer Schaumkelle aus dem Kochwasser.

Gib sie anschließend **für ein paar Sekunden in Eiswasser**, um den Garprozess zu stoppen und leg sie zum Schluss zum Antrocknen auf ein **sauberes Küchentuch**.

Dieses Vorgehen begünstigt allerdings **nur die Optik** deiner Lasagneplatten und nicht etwa den Geschmack. Ist ein potentielles Wellen deiner Teigwaren kein Problem für dich, kannst du auf das Vorgaren auch verzichten und etwas Zeit sparen.