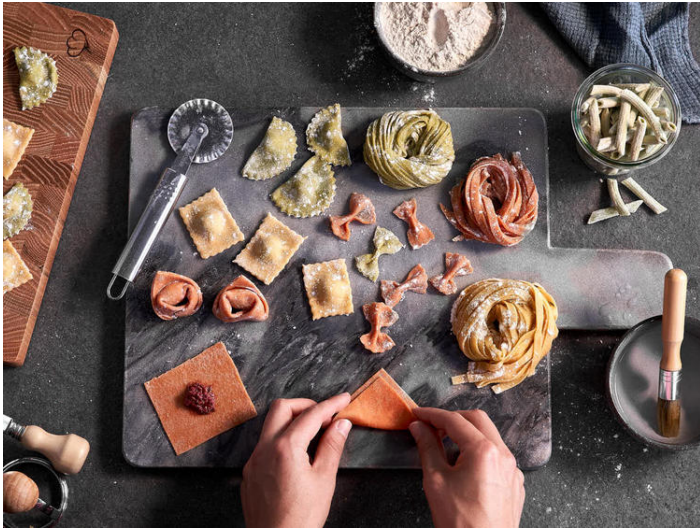


Nudelsorten - der große Guide



Wusstest du, dass es weit über 600 verschiedene Nudelsorten gibt? Und dass quasi kontinuierlich neue dazukommen? Kein Wunder, immerhin sind Nudeln laut Forschung bereits seit mehreren Jahrtausenden die Begleiter des Menschen. Die frühesten Hinweise auf die Nudelherstellung stammen aus Ostasien und sind immerhin stolze 4.000 Jahre alt. Eine Menge Zeit also, sich intensiv mit den gegarten Speisen aus Teig auf Basis von gemahlenem Getreide zu beschäftigen und zahlreiche Nudelformen zu entdecken!

Von lang bis kurz, von dick bis dünn, von gefüllt bis ausgehöhlt: Ich stelle dir hier die beliebtesten Nudelsorten und ihre Verwendung vor.

Lange Nudelsorten

Spaghetti sind wohl DIE typischen Vertreter italienischer Nudelsorten. Hierzulande werden die langen, dünnen Nudeln am liebsten mit Bolognese- oder Tomatensauce gegessen. Neben ihr gibt es allerdings noch diverse andere lange Nudelsorten.

Übrigens: Auch wenn „Spaghetti Bolognese“ ein beliebtes Gericht in den deutschen Küchen ist, typisch italienisch ist es trotz des Namens nicht. Dort wird die eingekochte Hackfleischsauce nämlich eher mit den breiteren Tagliatelle serviert. Als Faustregel gilt nämlich: Je dicker die Sauce, desto dicker die Pasta. An der breiteren Fläche der Nudel können nämlich Stückchen und schwere Saucen besser haften. Schmalere, lange Nudelsorten

dagegen eignen sich hervorragend für glatte, leichte Saucen oder Pestos.



Lange Nudelsorten passen je nach Dicke zu kräftigeren oder leichteren Saucen.

Spaghetti passen entsprechend ihrer schmalen und glatten Oberfläche zu glatten Saucen wie dünnem Sugo, Tomatensauce, Pesto oder Öl. In diesen sind eher kleine

Nudelsorten - der große Guide

Stückchen enthalten, größere haften an den schmalen „Schnürchen“ nicht so gut.

Was die Breite betrifft, befinden sich **Linguine** im Mittelfeld zwischen Spaghetti und Tagliatelle. Sie haben eine **rauere Oberfläche**, sind aber **schmäler als Tagliatelle** und passen gut zu **leichten, glatten Saucen** wie Pesto oder Tomatensauce.

Ein wenig breiter als Linguine und noch viel breiter als Tagliatelle: Das sind **Fettuccine**. Sie passen zu **würzigen, dickflüssigen Saucen** wie Ragouts. Aber auch in **Fleischgerichten** mit Hase und Wild oder **Fisch- und Gemüsesaucen** kommen sie gut zur Geltung, da an ihnen Stückchen gut haften. Sollen Nudeln mal nicht die Hauptakteure sein, eignen sich Fettuccine auch als **Suppeneinlage**.

Tagliatelle haben eine **breitere, leicht poröse und raue Oberfläche**. Diese eignet sich für **Fleischgerichte** aus Hase, Kalb oder Wild in **sämigen Saucen**. Auch das typisch italienische **Ragù alla Bolognese** serviert man klassischerweise mit Tagliatelle. Zu **cremigen Sahnesaucen** oder **bunten Nudelpfannen** passen sie aber auch, da an ihnen Saucen und Stückchen gut haften.

Extrabreit wird es mit **Pappardelle**. Mit Ausnahme von Lasagneplatten sind sie die breitesten Vertreter von Bandnudeln. Gemäß ihrer großen Oberfläche passen sie am besten zu **kräftigen, stückigen Saucen** mit Fleisch, Wild, Meeresfrüchten oder Fisch sowie Sahnesaucen mit Gemüse.

Vermicelli sind lang und dünn, aber im Gegensatz zu Spaghetti flach statt rund. Ebenso wie diese passen sie gut zu dünnen Tomaten- und Gemüsesaucen oder Pesto. Aufgrund ihrer sehr dünnen Breite von nur 1,5 bis 2,2 mm halten sie sich geschmacklich allerdings deutlich mehr zurück und lassen deiner Sauce den Vortritt.

Mafaldine sind wohl die am auffälligsten geformten langen Nudeln: In der Mitte flach und an den Rändern wellenförmig gekräuselt passen sie bestens zu edlen Saucen mit **Scampi, Muscheln und Meeresfrüchten**.

Lasagneplatten sind die breitesten Vertreter dieser Kategorie. Als klassische **Schichtnudel** wandert sie in deftige Lasagne al forno, wahlweise mit Fleisch, aber auch in vegetarischer oder sogar süßer Variante.

Gedrehte Nudelsorten

Wer sagt denn, dass Nudeln immer ausschließlich heiß gegessen werden müssen? Den besten Beweis für **schmackhafte, kalte Nudelgerichte** liefern wohl **gedrehte Nudelsorten**. Ihnen allen ist gemein, dass es sich bei ihnen um **sehr formstabile Sorten** handelt, bei denen meist mindestens ein Teigstrang um sich selbst gewunden ist. Dies sorgt dafür, dass diese Nudeln auch **nach dem Abkühlen bissfest** bleiben. Zudem haften an den Zwischenräumen ihrer Windungen Saucen, Stückchen und Kräuter besonders gut, weshalb sie **sowohl in Nudelsalaten als auch in Gerichten mit cremigen oder öligen Saucen** mit viel Gemüse oder kräftigen Käsesorten eine schmackhafte Figur abgeben.

Nudelsorten - der große Guide



Gedrehte Nudeln passen wegen ihrer Windungen hervorragend zu kräftigen Saucen mit Stückchen.

Die wohl bekanntesten Spiralnudeln, **Fusilli**, sind gemacht für die **kalte Küche und Nudelsalate**. An ihren Spiralen haften nämlich Dressings auf Ölbasis bestens. Soll es doch warm sein, kommen sie bei **cremigen Saucen mit Fleisch oder Ricotta** zum Einsatz. Hier lohnt sich feineres Schnibbeln übrigens, damit die Stücke von den **engen Windungen** auch aufgenommen werden können.

Gemelli bestehen aus zwei ineinander verschlungenen Nudelsträngen. Dadurch sind sie auch nach dem Kochen

noch **besonders bissfest**. Wegen ihrer gleichzeitig **großen Oberfläche** passen sie zu **kräftige, sämige Saucen** wie Bolognese oder Rahmsaucen oder auch zu Aufläufen.

Casarecce erinnern optisch an kleine Schriftrollen. Durch ihre **raue Oberfläche** und ihre Windungen haften Saucen sehr gut an ihnen, wodurch ihr Aroma optimal zur Geltung kommt. Zu Casarecce passen **typisch mediterrane Zutaten** wie Auberginen, Tomaten, Ricotta und Basilikum, aber auch **Pilze oder Meeresfrüchte**.

Castellane zeichnen sich durch ihre **gerillte Oberfläche** aus. In diesen Rillen sammeln sich **cremige und ölige Saucen** bestens, aber auch **überbacken** mit Béchamelsauce machen sie einiges her.

Die gedrehten, zum Ende hin spitz zulaufenden **Trofie** werden traditionell mit der Hand geformt und kommen in **cremigen Saucen, Pestos oder mit Bolognese** am besten zur Geltung.

Strozzapreti sind in sich gedrehte, hohle Nudelstränge mit einem Spalt in der Mitte. Sie sind in Italien sehr weit verbreitet und werden dort klassischerweise mit **Ragout, sahnigen Pilzsaucen, in Tomatensugo** oder auch besonders pikant mit würziger **Salsiccia** serviert.

Girandole sind ebenfalls spiralförmig und erinnern optisch an ein Windrad. In ihren **großzügigen Windungen** bleiben auch größere Fleisch- oder Gemüsestücke bestens haften. Gekocht behält sie ihren Biss und einet sich daher sowohl für **kalte Nudelsalate** als auch für **heiße Aufläufe** oder **aromatische Saucen mit Gemüse und Kräutern**.

Röhrennudeln

Die wohl leckersten kleinen Saucentransporter? Eindeutig **Röhrennudeln**! Sie kommen in den **unterschiedlichsten Längen und Dicken** vor und haben zudem **unterschiedlich große Hohlräume**. Diese wiederum können Saucen oder auch Füllungen bestens aufnehmen, weshalb Röhrennudeln vor allem **als gefüllte Nudeln in Aufläufen** oder **mit dicken, sämigen Saucen** serviert werden.

Nudelsorten - der große Guide



Röhrennudeln nehmen cremige Saucen bestens auf, passen aber auch zu Aufläufen oder können gefüllt werden.

Paccheri sind große Röhrennudeln. Dank ihres großzügigen Fassungsvermögens nehmen sie besonders gut **kräftige Saucen** mit Fleisch oder Fisch auf und umschließen auch **rotes Pesto** bestens. Alternativ lassen sie sich auch mit **diversen Füllungen** versehen und im Ofen **überbacken**.

Penne erinnern optisch an Schreibfedern, sind aber innen hohl mit geringem Fassungsvermögen. Ihre gerillte

Oberfläche sorgt aber dafür, dass **Gulasch, cremige und stückige Fleisch-, Käse- oder Gemüsesaucen** gut an ihnen haften. Da auch sie nach dem Kochen ihre Form behalten, sehen sie auch in **kalten Nudelsalaten** ansehnlich aus.

Bucatini oder **Makkaroni** sind quasi Strohhalme aus Nudelteig. Sie passen gut zu **Aufläufen mit viel Käse und Sahne**, wegen ihrer bissfesten Form aber auch zu **Meeresfrüchten** und knackigem **Gemüse**. Zudem nehmen ihre kleinen Öffnungen **flüssigen Sugo** bestens auf. Soll es einmal ganz traditionell werden, kannst du diese Nudeln als „**Bucatini all'amatriciana**“ servieren: mit Guanciale (luftgetrockneter, ungeräucherter Speck aus Italien), Pecorino, scharfen Peperoncini und Olivenöl.

Cannelloni sind die größten und dicksten Röhrennudeln. Sie eignen sich hervorragend zum **Füllen** mit diversen Zutaten: Ob Tomatensauce, Fachtiertes, Geflügel, Fisch oder Meerestiere. Mit **Käse überbacken** bringen Cannelloni ihre Füllung zur Geltung. Oder du probierst dich einmal an der **süßen Variante** mit Ricotta-Füllung und überbacken mit Milch, Ei und Zucker.

Rigatoni sind kleiner als Paccheri, dafür länger, und größer als Bucatini. Dank ihres mittleren Fassungsvermögens und ihrer gerillten Oberfläche haften an und in ihnen vor allem **dicke, sämige Fleisch- oder Käsesaucen**, aber auch **Ragouts** am besten. Wie die meisten Röhrennudeln passen auch sie gut zu **Aufläufen**.

Lumache sehen aus wie kleine Schneckenhäuser. In ihrem ausgehöhlten Inneren sammeln sich **flüssige sowie sämige Saucen** aus Rind- oder Schweinefleisch, Pilzen, Artischocken oder Peperoni besonders gut.

Pipe, oder in kleinerer Form **Pipette**, sind kleine Hörnchen mit hohlem Innern. Ob in **Aufläufen**, zu **Fleischragouts**, als **Suppeneinlage** oder dank ihrer Bissfestigkeit in **Nudelsalaten** sind sie sehr vielseitig einsetzbar.

Gefüllte Pastasorten

Hier spricht jede einzelne Nudel für sich: **Gefüllte Pastasorten** bestehen meistens aus **eihaltigem Nudelteig**. Dieser ist deutlich klebriger als Teig aus Hartweizengrieß und sorgt dafür, dass die **würzige, feine Füllung** beim Kochen fest umschlossen bleibt. Hier musst du dir selten große Gedanken um die Sauce machen, die

Nudelsorten - der große Guide

Würze und das Aroma liefern nämlich bereits Teig und Füllung. Am besten servierst du sie mit einer leichten Tomatensauce, in Brühe oder einfach mit geschmolzener Butter und frischen Kräutern wie Salbei oder Petersilie.

einmal ein al dente gekochter Schmetterling auf dem Teller landet. Oder ein kleines Wagenrad durch deine Sauce rollt. Welche besonderen Nudelformen du kennen solltest und wozu sie passen, verrate ich dir hier.



Gefüllte Pastasorten bringen von sich aus Aroma satt mit und kommen mit leichten, einfachen Saucen aus.

Tortellini gibt es mit den verschiedensten Füllungen. Die beliebtesten sind **Gemüse, Kalb, Rind, Huhn oder Schwein**. Aromatischer Parmesan ist in den meisten Fällen ebenfalls dabei, weshalb Tortellini keine besonders aufwändige Sauce benötigen. Meistens werden sie mit **Ragout** oder **geschmolzener Salbei-Butter** serviert, eignen sich aber auch als sättigende **Suppeneinlage**.

Ravioli sind kleine, quadratische Päckchen mit einer **Füllung aus Fleisch, Fisch oder Gemüse**. Zur Bindung wirken hier meistens noch Eier mit, sowie Parmesan für die Würze. Da sie ebenfalls von sich aus schon viel Aroma mitbringen, passen einfach **zerlassene Butter** oder **fruchtige Tomatensauce** zu ihnen.

Cappelletti sehen aus wie kleine Hütchen mit einer **Füllung aus Gemüse, Lachs oder Kalb**. Sie eignen sich am besten als würzige **Suppeneinlage** in Brühe.

Besondere Nudelformen

Weder richtig lang noch gefüllt, weder innen hohl noch um die eigene Achse gedreht: Die Auswahl verschiedener Nudelsorten ist unendlich vielfältig! Genau wie ihre Formen. Da kann es schon mal vorkommen, dass dir auf



Besondere Nudelformen machen deine Gerichte zu richtigen Hinguckern.

Ruote sehen aus wie Wagenräder. Der Rand und die Speichen haben nach dem Kochen oft eine unterschiedliche Bissfeste. Das sorgt nicht nur in **Nudelsalaten**, sondern auch in **Suppen** und **Aufläufen** für Abwechslung. Wegen ihrer Öffnungen nehmen sie

Nudelsorten - der große Guide

außerdem **dickflüssige Fleisch- und Gemüsesaucen** gut auf.

Orechiette werden auch als „Öhrchen“ bezeichnet. Die handgefertigten Nudeln verwendest du am besten für **leichte, milde Saucen, Gemüse wie Kürbis, Blumenkohl oder Tomaten** oder auch in **stückigen Ragouts** mit Hülsenfrüchten oder Fisch.

Die **schmetterlingsförmigen Farfalle** sind DIE Klassiker für **Nudelsalate**. Sie sehen nicht nur schick aus, sondern behalten ihren Biss auch nach dem Kochen. Wegen ihrer großen Oberfläche nehmen sie aber auch **Ragout, Brühe von Suppen oder Tomatensaucen** gut auf und können auch in **Aufläufen** verwendet werden, ohne ihre Form zu verlieren.

„**Conchigliette**“, „**Conchiglie**“ und „**Conchiglioni**“ bezeichnen alle das gleiche: **Muschelnudeln**. Die jeweilige Endung gibt aber Hinweise auf ihre Größe. Nach dieser richtet sich dann auch ihre Servierweise. Kleine **Conchigliette** geben eine fabelhafte **Suppeneinlage** ab. Die größeren **Conchiglie** passen zu **größeren Fleischstreifen oder Fischwürfeln**. Die größten **Conchiglioni** dagegen kannst du hervorragend füllen und als überbackene **Aufläufe** servieren.

Cavatelli sehen aus wie kleine Muscheln. Sie können per Hand hergestellt werden – dazu werden sie mit zwei Fingern nach innen geformt, wodurch eine kleine Höhle entsteht. In dieser bleiben insbesondere **dickflüssige Saucen mit Hülsenfrüchten, Tomaten- oder Fischsaucen** gut haften.

Bei **Fregola Sarda** handelt es sich um kleine Kügelchen aus Hartweizengrieß. Sie werden nicht gekocht, sondern im Ofen geröstet. Du kannst sie **ähnlich wie Reis** verwenden und sogar eine Art **Risotto mit Muscheln, Fleisch oder Pilzen** mit ihnen kochen.

Risoni oder **Kritharaki** sehen zwar aus wie Reis, gehören aber auch zu den Nudelsorten. Sie bleiben beim Garen bissfest und passen zu **herzhaften Suppen, mediterranen Pfannengerichten** oder leichten, aber sättigenden **Sommersalaten**.