

## Spaghetti selber machen - so gelingt dir der Nudelklassiker

ZUBEREITEN

150  
Min.

NIVEAU



Es gibt insgesamt **600 verschiedene Nudelsorten**, doch für die meisten nur eine einzig Wahre: **Spaghetti**. Die langen, dünnen Nudeln haben wir schon als Kinder vergöttert, am besten mit frisch gekochter Bolognese von Mama. Für die schnellen Sattmacher brauchst du kaum mehr als einen Topf. Und vielleicht ein wenig Knoblauch, Chili, Olivenöl und eine Parmesanhaube. Schon ist das perfekte Abendessen fertig. Natürlich tun es für den schnellen Hunger Nudeln aus der Packung. **Spaghetti selber machen** ist allerdings wirklich nicht schwer und belohnt dich mit unvergleichlich frischem Geschmack.

Du möchtest deine **Spaghetti selber machen** und hast etwas Zeit mitgebracht? Alles, was du für die große Nudelliebe wissen musst, haben wir für dich zusammengefasst.

### 4 knallharte Fakten über Spaghetti

- Spaghetti stammen, na klar, aus Italien und sind ca. 25 cm lange Nudeln mit rundem Querschnitt von 2 mm Durchmesser. Auf Italienisch bedeutet Spaghetti passend zur Form „*Schnürchen*“.

- Neben Spaghetti gibt es viele verschiedene Varianten der klassischen Nudelsorte. Bucatini z.B. sind runde, hohle Nudeln. Eine andere Abwandlung sind Linguine; flache, rechteckige Nudeln. Spaghettoni sind besonders dicke, Spaghettoni besonders dünne Spaghetti.
- Italiener wickeln Nudeln nur mit einer Gabel am inneren Tellerrand auf. Unsere „Unart“, Spaghetti mit einer Gabel auf einem Löffel aufzuwickeln, stammt hingegen aus den USA. Wenn du in Italien so deine Spaghetti isst, wirst du also direkt als Tourist erkannt.
- Spaghetti alla Bolognese ist für uns eines der klassischen Pastagerichte. Verblüffend nur, dass es dieses Gericht in Italien gar nicht gibt. Italiener verwenden Tagliatelle für eine Bolognese, da Spaghetti zu schmal sind und die Sauce nicht aufnehmen. Wenn man mal so recht überlegt, bleibt tatsächlich immer das ganze Hackfleisch unten im Teller liegen. Klassisch werden Spaghetti in Italien mit grünem oder rotem Pesto sowie „al pomodoro“, mit frischen Tomaten, gegessen.

### Spaghetti selber machen - nur mit dem richtigen Nudelteig

#### Das Mehl

Möchtest du Spaghetti selber machen, solltest du am besten das **italienische Hartweizenmehl** des Typs 00 verwenden, da es **besonders fein** ist und über einen **hohen Klebergehalt** verfügt. Falls dein Supermarkt kein Hartweizenmehl führt, kannst du ersatzweise auch **Hartweizengrieß und Weizenmehl** (Type 405 oder 550) in einem **Verhältnis von 1:1** mischen. Alternativ kannst du auch Vollkorn-, Kastanien-, Kichererbsen- oder Buchweizenmehl verwenden. Solltest du **normales**

# Spaghetti selber machen - so gelingt dir der Nudelklassiker

**Weizenmehl** verwenden, **siebe** es vor der Teigzubereitung einmal durch und gib **1 EL Olivenöl** mit dazu, damit du am Ende einen geschmeidigeren Teig hast.

Indem du die einzelnen Komponenten nur nach und nach zusammenmischst, wird der Nudelteig besonders elastisch. So kannst du sicher gehen, dass beim Formen der Spaghetti der Teig nicht reißt.

## Nudeln ohne Ei oder mit?

Du hast die Wahl, ob du deinen Nudelteig **mit oder ohne Ei** zubereiten möchtest. Je nachdem, ob du **pasta secca**, d.h. getrocknete Pasta mit Hartweizengrieß, oder **pasta fresca all'uovo**, d.h. frische Eiernudeln, zubereiten möchtest, unterscheidet sich die Rezeptur des Nudelteigs. Eier im Nudelteig machen ihn aromatischer und fester, allerdings auch klebriger. Nudelteig mit Ei wird daher vor allem für die Zubereitung von Ravioli oder Tortellini verwendet, damit die gefüllten Nudeln besonders gut halten.

Für die klassische *pasta secca* wird bei der Zubereitung anstatt der Eier **Hartweizengrieß** verwendet. Hartweizengrieß hat einen hohen Anteil an Gluten. Das Klebereiweiß verhindert, dass die Nudeln im trockenen Zustand leicht brechen. Der Hartweizengrieß sorgt dank seiner Körnung außerdem dafür, dass sich die Pasta leichter *al dente* (bissfest) kochen lässt.

Ich habe mich dazu entschieden, frische Nudeln mit Ei herzustellen. Die Spaghetti sind dann schön gelb und besonders geschmacksintensiv. Diese Variante eignet sich allerdings nicht besonders gut, um die Spaghetti anschließend für längere Haltbarkeit zu trocknen. Wenn du größere Mengen Spaghetti vorbereiten und aufbewahren möchtest, empfehle ich dir, deinen Nudelteig ohne Ei, stattdessen also mit Hartweizenmehl zu machen.

Für **Nudelteig mit Ei** gilt als Faustregel: **Auf 100 g Mehl** brauchst du für frische Pasta immer **1 Ei** Größe M.

## Wasser und Öl

Es gibt viele Variationen bei den Zutaten von frischem Nudelteig, aber **Olivenöl** sollte bei deinem Spaghettiteig nicht fehlen. Zumindest, wenn du deine Nudeln mit einer manuellen Nudelmaschine herstellen möchtest. Es trägt ebenfalls zu besonders geschmeidigem Teig bei.

Nimm die Eier für den Nudelteig am besten eine halbe Stunde, bevor du mit der Zubereitung beginnst, aus dem Kühlschrank. Bei **Zimmertemperatur** verbinden sie sich besser mit dem Mehl und dein Teig wird geschmeidiger. Musst du etwas **Wasser** zu deinem Teig dazugeben, falls er zu trocken ist, sollte auch dieses **lauwarm** sein, um den Teig elastischer zu machen.

Besitzt du dagegen eine elektrische Nudelmaschine, kannst du das Öl und Salz getrost weglassen. Neben dem Mehl ist hierbei die wichtigste Zutat beim Spaghetti selber machen **Wasser**. Hast du einmal das passende Programm ausgewählt, errechnet deine Maschine im weiteren Schritt die Menge der benötigten Flüssigkeit. Bei **Spaghetti mit Ei** solltest du zunächst das verwendete Eigelb abwägen und das restliche Gewicht mit Wasser auffüllen. Verquirle beides gut, ehe du es in die Maschine gibst, so entsteht ein ebenmäßiger Teig.

## Die Zubereitung: Step by Step Spaghetti selber machen

Auch hier hast du verschiedene Möglichkeiten. Wenn du eine Küchenmaschine mit Nudelaufsatz oder eine elektrische Nudelmaschine besitzt, kannst du den Teig ganz schnell und bequem darin zubereiten. Ebenso leicht, aber mit traditionellerem Touch, gelingt die Zubereitung mit einer manuellen Nudelmaschine. Du brauchst lediglich etwas mehr Zeit und ein bisschen Muskelkraft in den Armen, da der Teig ein paar Minuten geknetet werden muss.

## Spaghetti selber machen - mit einer Küchenmaschine

Grundrezept mit Ei:

- 400 g Weizenmehl + etwas zusätzlich zum Einmehlen der Arbeitsfläche
- 4 Eier
- 1 TL Wasser
- 1 Prise Salz

Um den Teig herzustellen, kannst du alle Zutaten direkt in die Küchenmaschine geben – den Rest übernimmt sie fast ganz von allein.

1) Benutze zuerst einen Flachrührer, um alle Zutaten gut miteinander zu vermischen. Schalte die Maschine nach 1 Minute kurz aus und stecke den Knethaken auf. Lass den

## Spaghetti selber machen - so gelingt dir der Nudelklassiker

Teig weitere 2 Minuten kneten, bis eine **bröselige, lockere Masse** entstanden ist. Keine Sorge, diese Konsistenz hat noch nichts mit deinem fertigen Pastateig zu tun.

2) Nimm die Masse aus der Schüssel und knete sie auf einer bemehlten Arbeitsfläche ca. 5 Minuten zu einem glatten Teig. Wichtig ist, dass du vorher deine **Hände leicht anfeuchtest**. Wenn dein Nudelteig schön geschmeidig ist, rolle ihn zu einem glatten Ball und wickle ihn in Frischhaltefolie ein. Gib ihn anschließend zum **Ruhen 30 Minuten in den Kühlschrank**.

**Pastateig ohne Nudel- oder Küchenmaschine herstellen**  
Grundrezept mit Ei:

- 400 g Mehl (Typ 405)
- 4 Eier
- 1 Prise Salz

Grundrezept ohne Ei:

- 200 g Mehl (Typ 405)
- 200 g Hartweizengrieß
- 1 Prise Salz
- 200 ml kaltes Wasser



Gib deine Eier in die Mulde im Teig.

1) Der Nudelteig gelingt besonders gut, wenn du das Mehl auf deine Arbeitsfläche gibst, eine **Mulde** formst und die Eier sowie **1 Prise Salz** hineingibst. Das Ei mit einer Gabel **von innen nach außen** einarbeiten. Lass dich nicht entmutigen – der Teig wird zwischendurch sehr unkooperativ sein. Es

wird schwer, sich vorzustellen, dass aus dem trockenen Klumpen mal ein geschmeidiger Teig werden soll. Doch mit etwas Geduld und kräftigen Händen wird es dir gelingen! Wichtig ist, dass du erst etwas Wasser nachschüttest, wenn der Teig auch nach 5 Minuten noch bröselig ist.

2) Knete deinen Pastateig **mindestens 5, maximal jedoch 10 Minuten**. Er soll zwar leicht klebrig sein, aber wenn du ihn länger als 10 Minuten knetest, verbindet sich das im Mehl enthaltene Gluten zu stark und du erhältst eine zähe, zu klebrige Masse.

3) Wenn du den fertigen Teig mit den Fingern leicht eindrückst, sollte er sich nach wenigen Sekunden wieder ausdehnen. Ist er soweit, wickle den Teigball fest in Frischhaltefolie ein oder bedecke ihn mit einem leicht feuchten Geschirrtuch und lass ihn **mindestens 30 Minuten ruhen**.



Perfekter Pastateig dehnt sich nach dem Eindrücken wieder aus und ist elastisch

**Spaghetti selber machen mit einer Küchenmaschine mit Nudelaufsatz**

Das A und O bei selbstgemachter Pasta ist, dass dein **Nudelteig nicht austrocknet**. Arbeite daher am besten **portionsweise**. Die Teilstücke, die gerade nicht an der Reihe sind, solltest du am besten stets mit einem leicht angefeuchteten Geschirrtuch oder etwas Frischhaltefolie abdecken.

1) **Viertel** den kalten Teig mit einem Messer oder Teigsachtel. Schneide die Viertel anschließend nochmal

## Spaghetti selber machen - so gelingt dir der Nudelklassiker

in ca. 3-4 cm breite Stücke und forme sie zu kleinen Teigbällchen. So kannst du den Teig beim Formen der Spaghetti besser portionieren und nach und nach in deinen Nudelaufsatz geben.

2) Befestige den Pasta-Aufsatz auf deiner Küchenmaschine. Beginne mit dem ersten Teigbällchen: Drücke es mit dem Handrücken zu einer platten Scheibe und walze ihn das erste Mal auf dem größten Walzenabstand durch. Die **Geschwindigkeitsstufe 2-3** reicht hier übrigens vollkommen aus. Falte deine entstehende Teigplatte einmal in der Mitte und walze sie erneut auf der gleichen Stufe durch. Wiederhole diesen Vorgang erneut und verringere dann den Walzenabstand.



Walze deinen Pastateig zunächst zu einer Platte mit der gewünschten Dicke aus.

3) Hat dein Pastateig die gewünschte Dicke, kannst du den Spaghetti-Aufsatz an deiner Küchenmaschine befestigen. Schneide die Spaghetti, die aus dem Aufsatz kommen, direkt bei deiner präferierten Länge ab. Mehle sie im Anschluss direkt gut ein, damit sie nicht zusammenkleben und lege sie zu kleinen Nudelnestern zusammen.



Mit dem passenden Aufsatz wird deine Teigplatte ganz bequem zu Spaghetti zugeschnitten.

### Spaghetti selber machen - mit der elektrischen Nudelmaschine

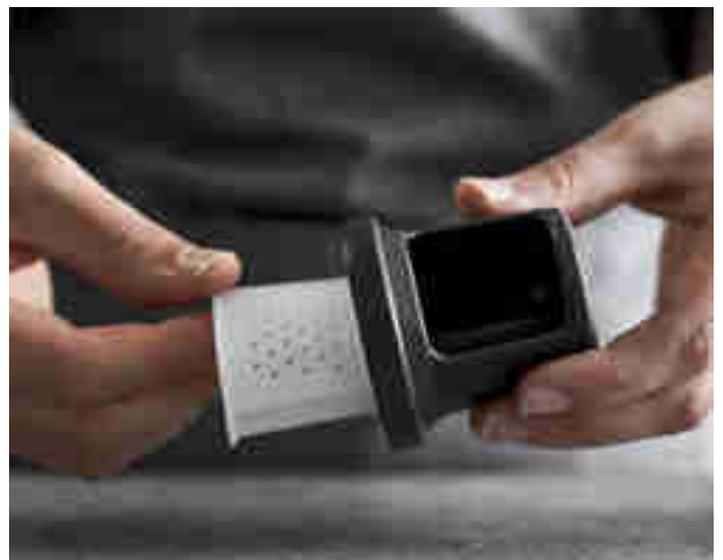
Grundrezept mit Ei:

- 200 g Mehl (Typ 405 oder 550)
- 76 g Eigelb und Wasser verquirlt

Grundrezept ohne Ei:

- 200 g Mehl (Typ 00)
- 72 g Wasser

Um den Nudelteig herzustellen, kannst du einfach alle Zutaten direkt in die elektrische Nudelmaschine geben – erst das Mehl, im Anschluss das Wasser bzw. das Wasser-Ei-Gemisch. Den Rest, vom Abwiegen der Zutaten bis zum Vermischen, übernimmt die Maschine für dich.



Wähle zuerst den richtigen Aufsatz für deine

# Spaghetti selber machen - so gelingt dir der Nudelklassiker

Nudelmaschine aus.

1) Wähle zunächst den richtigen Aufsatz aus. Die meisten elektrischen Nudelmaschinen kommen mit einer Vielzahl verschiedener Aufsätze, mit denen du von Spaghetti über Bandnudeln bis hin zu Lasagneplatten oder sogar Penne freie Wahl bei der Nudelsorte hast, die du herstellen möchtest.



Gib das Ei-Wasser-Gemisch in die Maschine.

2) Wähle im Anschluss das passende Programm an deiner Maschine aus. In der Regel richtet sich dieses danach, ob du deinen Nudelteig mit oder ohne Ei herstellst. Als nächstes kannst du dein Mehl in die Maschine geben. Die meisten elektrischen Nudelmaschinen haben bereits eine integrierte Waage, sodass du immer die richtige Menge triffst. Gib zuletzt deine Flüssigkeit hinzu.



Die Maschine presst deine Nudeln automatisch aus.

3) Benutzt du eine vollautomatische

Nudelmaschine, dauert die Produktion deiner Spaghetti je nach Modell und Programm um die 10 Minuten. Währenddessen kannst du z.B. schon mal die Sauce ansetzen oder den Tisch decken. Sobald die Maschine allerdings mit dem Auspressen beginnt, solltest du deine Aufmerksamkeit wieder auf sie lenken. Trenne deine fertigen Spaghetti einfach per Hand ab und mehle sie gut ein und forme sie zu kleinen Nestern, damit sie nicht zusammenkleben.

## Spaghetti selber machen - mit der manuellen Nudelmaschine

1) Nimm den Teig aus dem Kühlschrank und viertle ihn. Arbeite immer nur mit einem Teilstück und verwahre den Rest wieder kühl, damit er nicht austrocknet. Drücke dein Viertel mit den Händen in eine flache, ovale Form und bestäube dieses und die Walze der Nudelmaschine mit Mehl.



Drehe deinen Teig mit dem größten Walzenabstand durch die Maschine.

2) Wähle bei deiner Nudelmaschine zunächst den größten Walzenabstand aus. Drehe den Nudelteig durch und falte ihn anschließend zweimal zur Mitte. Drehe ihn mit der schmalen Seite vorn erneut durch die Maschine. Wiederhole dies ca. 3 Mal. Verringere danach nach jedem Durchgang den Walzenabstand. Halbiere deine Nudelplatte, sollte sie zu lang werden. Sorge immer dafür, dass Teig und Maschine ausreichend mit Mehl bestäubt sind, damit nichts festklebt.

## Spaghetti selber machen - so gelingt dir der Nudelklassiker



Gib deinen platten Teig durch den passenden Schneideaufsatz.

3) Hat der Teig die passende Stärke (ca. 2-3 mm), kannst du ihn durch den passenden Schneideaufsatz geben oder alternativ mit einem Messer zuschneiden. Mehle auch hier die fertigen Nudeln immer ein und forme sie zu Nestern, damit sie nicht aneinander kleben.

Spaghetti selber machen - jetzt geht's in den Kochtopf



Gleich ist es soweit - Spaghetti kochen.

Perfekt gegart sind Spaghetti, wenn sie außen **al dente**, also noch bissfest, und in der Mitte ein bisschen weicher sind. Wenn du diese Tipps beherzigst, steht deinem ultimativen Spaghetti-Glück nichts mehr im Wege:

- Um deine Spaghetti zu kochen, brauchst du einen **großen Topf**. Wenn du sie in einen kleinen Topf

quetschst, wird es schwierig, die Nudeln auf den Punkt zu garen. Für perfekt gegarte Nudeln ist es wichtig, immer ausreichend Wasser zu kochen.

- In Italien gibt es eine feste Regel: 100-10-1. Das bedeutet, dass du für 100 g Spaghetti 10 g Salz und 1 Liter Wasser benötigst.
- **Gib kein Öl ins Wasser!** Das verhindert, dass die Sauce sich anschließend um die Spaghetti legen kann.
- Wichtig ist, dass du die Spaghetti erst ins Wasser gibst, **wenn es wirklich sprudelt!**
- Wenn du einen tiefen, großen Topf hast, stelle die **Nudeln aufrecht in die Mitte des Topfes**, umfasse sie mit beiden Händen und drehe die Nudeln jeweils links und rechts herum. Dann die Spaghetti loslassen. So verteilen sich die Nudeln gleichmäßig im Topf und es wird verhindert, dass sie aneinander kleben. Dies gilt allerdings nur für **gekaufte Nudeln**.
- **Frische Nudeln** sind bedeutend schneller fertig als gekaufte. In der Regel sind sie nach 2 Minuten schon fertig gekocht.
- Für ein optimales Garergebnis solltest du deine Nudeln während des Kochens **mehrmals kräftig umrühren**.
- Am besten ist es, die Nudeln nach dem Kochen **mit deiner Sauce in einer Pfanne** zu vermengen. Für ein perfektes Ergebnis solltest du sie vorher nicht mit einem Sieb abgießen, sondern mit einer **Nudelzange** aus dem Topf holen. So gelangt noch etwas Feuchtigkeit mit in die Pfanne, wodurch die Nudeln nicht aneinander kleben und die Sauce optimal verteilt wird.
- Wenn du das **Nudelwasser** doch abschüttest, dann behalte einen Rest davon im Topf, damit die Nudeln nicht aneinanderkleben und reißen.
- Der wichtigste Punkt: **Schrecke Spaghetti nicht mit kaltem Wasser ab!** Es sei denn, du brauchst sie für einen Nudelsalat. Wenn du sie abspülst, spülst du nämlich ihre ganze Stärke ab, die wiederum für die Bindung zwischen

# Spaghetti selber machen - so gelingt dir der Nudelklassiker

Pasta und Sauce benötigt wird.

## Spaghetti richtig lagern

Möchtest du deine Spaghetti bereits im Voraus oder auf Vorrat produzieren, solltest du ein paar Punkte bei der **richtigen Aufbewahrung** beachten. Zunächst müssen hierfür deine Nudeln **ganz durchgetrocknet** sein, da sie sonst leider schnell zu schimmeln anfangen. Die einfachste Möglichkeit, deine selbstgemachten Spaghetti für die Lagerung vorzubereiten ist mit einem speziellen **Pastaständer**. Auf diesen kannst du insbesondere lange Nudelsorten ganz einfach **aufhängen** – immer mit ein wenig **Abstand zwischen den einzelnen Nudeln**, damit sie nicht zusammenkleben. Bei schmalen Spaghetti beträgt die **Trocknungszeit** in der Regel zwischen **1 und 2 Tagen**, ganz sicher gehst du natürlich, wenn du sie **bis zu 1 Woche** auf dem Ständer lässt.

**Spaghetti ohne Ei** kannst du im Anschluss ganz einfach in ein **lichtdurchlässiges, luftdichtes Behältnis** geben. So gelagert halten sie sich sogar **bis zu einem Jahr** in deinem Vorratsschrank.

**Spaghetti mit Ei** dagegen solltest du am besten im **Gefrierschrank** aufbewahren. Achte auch hier darauf, dass die einzelnen Nudeln **Abstand** zueinander haben, damit sie nicht zu einem einzigen Klumpen zusammenkleben. Sind sie einmal durchgefroren, kannst du sie in Gefrierbeutel verpackt verwahren. Benötigst du deine frische Pasta mit Ei bereits innerhalb der nächsten **3 Tage nach der Herstellung**, genügt es auch, wenn du sie z.B. auf einem Backblech verteilt in den **Kühlschrank** packst.

Du hast noch nicht genug? [Hier gibt es unsere Lieblingsrezept für Spaghetti auf einen Blick.](#)