

Tortellini selber machen - kochen wie eine italienische Nonna

VORBEREITEN

30
Min.

RUHEN

30
Min.

ZUBEREITEN

150
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Portionen

Für den Nudelteig

240 g Weizenmehl Typ 405
160 g Hartweizengrieß
4 Eier
1 Esslöffel Olivenöl
1 Esslöffel Wasser

Für die Füllung

40 g Mortadella
40 g Parmaschinken
30 g mageres Kalbsfleisch
30 g Schweinefilet
75 g geriebener Parmesan
10 g Butter
1 kleines Ei
2 Eigelb
1/4 Teelöffel Muskat
Salz, Pfeffer

Besonderes Zubehör

Nudelmaschine

Frisch geriebener Parmesan, Olivenöl und frischer Basilikum... so duftet für mich **Sommerurlaub in Italien**. Man schlägt sich den Bauch mit **köstlich gefüllter Pasta**

voll und nimmt dann noch eine Portion nach.

Anschließend schwört man sich, nie wieder Nudeln zu essen, bestellt sie aber direkt am nächsten Tag wieder. Geht's dir da genauso? Dann solltest du schleunigst mal **Tortellini selber machen!**

Wenn du eine Packung Tortellini aus dem Supermarkt im Kühlschrank hast, musst du nicht viel tun, um dir schnell ein Mittagessen zu zaubern. Kurz kochen, Öl, Käse und ein paar Tomaten drüber – fertig und lecker. Allerdings schmecken **gekaufte Tortellini** immer sehr **teigig** und das Aroma der Füllung geht unter. Daher meine kulinarische Meinung: **Tortellini selber machen** lohnt sich einfach. Die **Füllung** kommt dann viel **mehr zur Geltung** und nach getaner Arbeit schmecken die Nudeln doppelt so gut.

Ich will aber ganz ehrlich zu dir sein: Tortellini selber machen ist keine Sache, die du dir zwischen Tür und Angel vornehmen solltest. Es ist **sehr zeitaufwendig** und kostet etwas **Geduld und Fingerspitzengefühl**. Doch die Mühe **lohnt sich** allemal! Für mich war es keine Arbeit, sondern ein **schöner Zeitvertreiber** an einem grauen, langweiligen Sonntag. Lade dir doch ein paar Freunde ein und macht euch gemeinsam (mit einer netten Flasche Wein) ans Werk.

Die Geschichte der Tortellini

Tortellini bedeutet übersetzt „**kleine Kuchen**“. Die Pastasorte kommt ursprünglich aus **Bologna** aus der Region Emilia Romagna. Dort ist es Tradition, dass die Großmütter sonntags die kleinen, aufwendigen Tortellini zubereiten. Anschließend werden die Tortellini dann gemeinsam mit der ganzen Familie gegessen. Seit 1974 sind Tortellini als traditionelle Bologneser Spezialität bei der **italienischen Handwerkskammer** eingetragen. Es gibt in Bologna sogar einen Verband, der das **Original-Grundrezept** genauestens festgelegt und dokumentiert hat. Die Entstehung der **gefüllten Pasta** ist allerdings etwas unklar. Einer Legende nach sind die Tortellini dem

Tortellini selber machen - kochen wie eine italienische Nonna

Bauchnabel der Venus, der Göttin der Schönheit, nachempfunden.

Tortellini werden traditionell in einer kräftigen Rinderbrühe gegessen (Tortellini in brodo). Man sagt, dass die gefüllten Nudeln ihren feinen Geschmack dann am besten entfalten können. Heutzutage werden Tortellini auf unterschiedlichste Weise serviert – besonders Tortellini mit Sahnesauce oder Tortellinisuppe sind sehr beliebt.

Tortellini vs. Tortelloni

Die zwei Pastasorten sind in der Form identisch, unterscheiden sich allerdings in ihrer Größe und ihrem Geschmack. Beide werden aus Eiernudeln hergestellt, doch ihre klassische Füllung ist verschieden. Die Tortellinifüllung ist sehr geschmacksintensiv, sodass sie zu würzig schmecken würden, wenn sie größer wären. Tortellini sind ca. 1,5 cm breit und mit einer würzigen Farce aus verschiedenen Fleischsorten und Parmesan gefüllt. Die größeren Tortelloni hingegen sind mindestens 3-4 cm breit und werden mit einer Mischung aus Weichkäse wie Ricotta und Gemüse gefüllt.

Tortellini selber machen - der Nudelteig



Nudelteig aus Mehl und Eiern

Das Mehl

Für die Herstellung deines Nudelteigs verwendest du am besten italienisches Weizenmehl Type 00 oder Semiola Mehl, das du beim Feinkosthändler oder online bekommst. Auch eine 1:1-Mischung aus doppelgriffigem Weizenmehl Type 405 und Hartweizengrieß eignet sich für die Herstellung von

Tortellini. Das Mehl nimmt durch eine gröbere Körnung Flüssigkeiten gleichmäßiger auf und macht den Tortelliniteig dadurch elastischer, sodass du ihn besser ausrollen und verarbeiten kannst. Solltest du normales Weizenmehl verwenden, siebe es vor der Teigzubereitung einmal durch und gib 1 EL Olivenöl und 1 EL Wasser mit dazu, damit du am Ende einen geschmeidigen Teig hast.

Die Zutaten

Tortelliniteig muss klebriger als normaler Bandnudelteig sein, da er fürs Befüllen und Formen besonders elastisch sein muss. Sonst reißt der Teig. Daher gehören in jeden Tortelliniteig Eier. Als Faustregel gilt: auf 100 g Mehl brauchst du immer 1 Ei.

Am besten nimmst du die Eier bereits eine halbe Stunde vor Zubereitungsbeginn aus dem Kühlschrank. Bei Zimmertemperatur verbinden sie sich besser mit dem Mehl und dein Teig wird geschmeidiger. Auch das Wasser, das du eventuell zum Mehl gibst, sollte lauwarm sein. So wird dein Teig noch elastischer.

Die Zubereitung

Wichtig ist, dass du immer als erstes mit dem Nudelteig startest. So kannst du in der Zwischenzeit gemütlich die Füllung zubereiten und der Teig hat genug Zeit zum Ruhen.

Der Teig gelingt besonders gut, wenn du das Mehl auf deine Arbeitsfläche gibst, eine Mulde formst und die Eier sowie 1 Prise Salz dann hinein gibst. Arbeite dann das Ei mit einer Gabel von innen nach außen ein. Lass dich nicht entmutigen - der Teig wird zwischendurch sehr unkooperativ sein. Wichtig ist, dass du erst etwas Wasser nachschüttest, wenn der Teig auch nach 5 Minuten noch bröselig ist. Möchtest du es dir einfacher machen, kannst du auch alle Zutaten in eine Schüssel geben und sie dort vermischen.

Tortellini selber machen - kochen wie eine italienische Nonna



Nudelteig kräftig mit den Händen zu einem glatten Teig kneten

Tortellinigteig solltest du **mindestens 5, maximal jedoch 10 Minuten kneten**. 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. 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** oder bedecke ihn mit einem leicht feuchten Geschirrhandtuch und lasse ihn **mindestens 30 Minuten ruhen**. So wird der Teig schön geschmeidig.

Das Ausrollen

Möchtest du Tortellini selber machen, kannst du deinen Teig entweder mit einer **Nudelwalze** bzw. manuellen Nudelmaschine oder einem **Nudelholz** ausrollen. Die Walze erleichtert das Ausrollen und ermöglicht dir, sehr dünne Nudelplatten herzustellen. Du solltest sie aber immer **mit einer dünnen Schicht Mehl bestreuen**, damit der Teig nicht kleben bleibt. Doch auch wenn du **Tortellini ohne Maschine** selber machen möchtest, ist dein Vorhaben nicht zum Scheitern verurteilt. Mit einem **Nudelholz** brauchst du lediglich eine große Arbeitsfläche, um den Teig flach genug ausrollen zu können.

Das A und O beim Tortellini selber machen ist, dass dein **Nudelteig nicht austrocknet**. Arbeite daher am besten **portionsweise**. Die Teilstücke, die gerade nicht an der Reihe sind, stets **mit einem feuchten Geschirrtuch abdecken** (oder in Frischhaltefolie wickeln). Nachdem du dann ein Stück gewalzt hast, bedecke es von beiden

Seiten mit einem leicht feuchten Geschirrtuch.

Gib die Teilstücke **ca. 5 Mal durch die erste Stufe deiner Walze**. So sorgst du dafür, dass der Teig noch mehr an Elastizität gewinnt. Sollten die Nudelplatten zu klebrig sein, bestäube sie **mit ein wenig Mehl**. Jetzt wird's etwas knifflig: Dein Teig sollte nicht zu dick, aber auch nicht zu dünn sein. Wenn er zu dick ist, werden deine Tortellini zu teigig und die Nudel überdeckt den Geschmack der Füllung. Ist er zu dünn, reißen sie und die Füllung quillt heraus. Ideal ist dein Teig, wenn er eine **Dicke von 2-3 mm** hat.

Tortellini selber machen - die Füllung

Ursprünglich bestand die **Tortellinfüllung** aus Küchenresten. Nach und nach bildete sich eine traditionelle, klassische Tortellinfüllung heraus, die man **alla Bolognese** nennt. Die gleichnamige Pastasauce hat allerdings nichts damit zu tun – der Name führt auf Bologna, den Herkunftsort der beiden Köstlichkeiten, zurück. Die originale **Tortellini Füllung** besteht aus einer in Butter scharf angebratenen **Farce aus magerem Kalbsfleisch, Schweinefleisch, Mortadella, Parmaschinken und Parmesan**.

Das Schöne am Tortellini selber machen: Du kannst die kleinen Teigtaschen **so füllen, wie du es am liebsten magst**. Geflügel, Spinat, Ricotta, Kürbis, Pesto, Tomaten, Steinpilze... deiner Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.

So schmeckt deine Füllung am besten

Am besten **überwürzt** du deine Füllung immer ein kleines bisschen. **Später**, zusammen mit den Nudeln, wird es dann genau **richtig schmecken**. Solltest du Angst haben, deine Füllung zu probieren, weil rohes Ei enthalten ist, kannst du zum Abschmecken 1 TL auf einer Untertasse in der Mikrowelle vorkochen.

Welche Konsistenz sollte die Füllung haben?

Die Tortellinfüllung sollte **schön cremig** sein. Bei der Zubereitung ist das manchmal ein **Problem**, da sie zu **flüssig** werden und dann den Nudelteig zu sehr durchnässen könnte. Ein **kleiner Trick**: Die Füllung in eine Schüssel geben, mit Frischhaltefolie bedecken und für **ein paar Stunden in den Kühlschrank** stellen. So wird die **Masse fest und verliert an Feuchtigkeit**. Nachdem du die Tortellini gekocht hast, wird die Füllung wieder schön cremig sein.

Tortellini selber machen - kochen wie eine italienische Nonna

Wie viel Füllung kommt in eine Nudel?

Das **Verhältnis von Nudelteig und Füllung** sollte immer stimmen, sonst halten deine Tortellini nicht und reißen auseinander. Als Faustregel kannst du dir merken: Für die klassischen Tortellini reicht eine **ca. 1 cm kleine Kugel Füllung** vollkommen aus. Um den Klecks mit der Füllung herum sollte jeweils **eine Fingerbreite Platz** sein, damit du die Tortellini später gut formen kannst. Für perfektes Portionieren arbeite am besten einfach mit den Fingern oder gib die Füllung in einen **Spritzbeutel**. Alternativ gelingt es auch gut mit einer **Plastiktüte**, die du unten **an der Spitze leicht aufschneidest**.

Tortellini selber machen - das richtige Formen

- Für das Formen solltest du ein bisschen **extra Zeit einplanen**. Die ersten Tortellini zu formen, scheint aber komplizierter, als es ist. Wenn du einmal den Dreh raus hast, geht es ganz schnell von der Hand. In der Regel brauchst du **ca. 30 Minuten**, um **Tortellini für 2 Personen** zu formen.
- Die klassischen Tortellini aus Bologna werden aus **quadratischen Teigplatten** (mindestens 4 x 4 cm) geformt. Wenn du ein Freund der Genauigkeit bist, nimm dir am besten ein **Lineal** zur Hand und schneide aus den zuvor ausgerollten Nudelplatten deine Tortelliniplatten heraus. Dazu kannst du ein **Messer oder einen Teigschneider** verwenden. Da es mit einem Lineal allerdings sehr aufwendig ist, kannst du nach einiger Zeit auch nach Augenmaß arbeiten; deine Tortellini werden trotzdem gut aussehen. Je größer du deine Platten schneidest, desto einfacher ist das Formen übrigens. Ich habe mit **8 x 8 cm** gearbeitet.
- Beim Formen ist es wichtig, dass du **so wenig Luft wie möglich** mit einschließt. Die Luft wird sich ausweiten, wenn du die Tortellini kochst und somit zum Reißen oder Platzen deiner kleinen Nudellieblinge führen. Daher die **Luft** beim Falten vorsichtig **mit den Fingern herausstreichen**.
- Damit die einzelnen Teigplatten gut zusammenkleben

und daraus hübsche Tortellini werden, solltest du die **Ränder der Platten mit etwas Wasser einstreichen**. Während der Zubereitung deiner Tortellini solltest du darauf achten, dass die Nudeln **nicht mit zu viel Mehl** bestäubt werden. Sie sollten **so trocken wie möglich, aber so klebrig wie nötig** sein, damit deine Pasta später gut zusammenhaftet.

- Während du alle Nudelplatten zu Tortellini formst, fängt ein Teil der bereits geformten Pasta an, auszutrocknen. Das ist aber okay – sobald du sie kochst, werden sie wieder weich. Du musst sie also **nicht feucht halten**.

Jetzt aber genug von der Theorie. Mit diesen Dingen im Hinterkopf bist du bestens gewappnet, um den italienischen Pasta-Mamas Konkurrenz zu machen. Schnapp dir deine Kochschürze und auf geht's!

Das Grundrezept

- 1 -

Mehl auf eine saubere Arbeitsfläche geben und in der Mitte eine tiefe Mulde formen. Eier, Öl, Wasser und Salz in die Mulde geben und mithilfe einer Gabel von innen nach außen mit dem Mehl nach und nach vermengen.

- 2 -

Es entsteht eine sehr bröselige Masse. Mit leicht angefeuchteten Händen die Masse ca. 5-10 Minuten zu einem glatten Teig kneten. Dazu immer wieder eine Teigkugel formen und diese mit dem Handballen plattdrücken, zusammenfalten und den Vorgang wiederholen. Fertigen Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.

- 3 -

In der Zwischenzeit die Füllung zubereiten: Kalb- und Schweinefleisch sowie Mortadella und Parmaschinken kleinschneiden.

- 4 -

Fleisch und Wurst in einen Food Processor geben und mit Parmesan und Ei zu einer feinen Masse zerkleinern. Mit

Tortellini selber machen - kochen wie eine italienische Nonna

Muskat, Salz und Pfeffer würzen. Farce in eine Schüssel geben, mit Frischhaltefolie bedecken und in den Kühlschrank stellen.



- 5 -

Nudelteig vierteln. Zunächst nur ein Stück verarbeiten, währenddessen die anderen drei Stücke wieder in Frischhaltefolie wickeln oder mit einem leicht feuchten Geschirrhandtuch bedecken. Das Teigstück mit den Handflächen zu einem platten, ovalen Fladen formen. Walze der Nudelmaschine mit Mehl bestäuben.

- 6 -

Nudelmaschine auf den größten Walzenabstand einstellen und den Teig durch die Maschine drehen. Danach das flache Stück zweimal zur Mitte hin falten. Mit der schmalen Seite erneut durch die Walze drehen. Diesen Vorgang ca. 5 Mal wiederholen.



- 7 -

Danach den Walzenabstand verringern. Dabei von Stufe zu Stufe arbeiten. Stelle zunächst die zweitgrößte Stufe ein und walze den Teig. Nach jedem Durchgang kannst du den Abstand der Walzen verringern. Wenn deine Nudelplatten dabei zu lang werden, halbiere sie einfach mit einem Messer und arbeite etappenweise mit den einzelnen Teilstücken. Dabei nicht vergessen, die Walzen der Maschine immer wieder mit Mehl zu bestäuben, sonst klebt der Teig an ihr fest.

- 8 -

Am Ende sollten deine Platten eine Stärke von ca. 2-3 mm haben. Diesen Vorgang mit den anderen drei Teigstücken wiederholen. Währenddessen die fertig ausgerollten Platten immer mit einem leicht feuchten Geschirrtuch abdecken, damit sie nicht austrocknen.

- 9 -

Aus den gewalzten Nudeln mit einer Teigrolle oder einem Messer 8 x 8 cm große Quadrate herausschneiden.



- 10 -

Füllung aus dem Kühlschrank nehmen und jeweils eine ca. 1 cm große Kugel formen und mittig auf die Tortelliniplatten setzen. Die Ränder der Platten mit Wasser bestreichen.

Tortellini selber machen - kochen wie eine italienische Nonna



- 11 -

Die Nudelplatte mit den Spitzen zu einem Dreieck formen. Dabei die Ränder fest andrücken.



- 13 -

Gegebenenfalls etwas anfeuchten und die beiden Enden miteinander verbinden.



- 12 -

Den unteren, bauchigen Teil nach oben auf die Spitze des Dreiecks klappen. Den halbfertigen Tortellino auf deine Finger setzen und beide Enden des Dreiecks um einen Finger wickeln.



- 14 -

In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und die Tortellini portionsweise 1 bis maximal 2,5 Minuten kochen. Hier ist Timing gefragt: Nur eine halbe Minute zu lang und die Nudeln werden matschig und können auseinanderfallen. Am besten bleibst du während der Kochzeit direkt neben dem Topf stehen und nimmst die Tortellini sofort mit einer Schaumkelle heraus, sobald sie an die Oberfläche schwimmen (oder spätestens nach 2,5 Minuten).

So, das Werk ist vollbracht und du kannst stolz auf dich sein! Zum Servieren kannst du die Tortellini einfach mit etwas Olivenöl und geriebenem Parmesan anrichten, eine kräftige Brühe kochen oder eine leckere Sahnesauce

Tortellini selber machen - kochen wie eine italienische Nonna

zubereiten. Guten Appetit!

Tortellini aufbewahren - so hältst du deine Pasta lange frisch

Du kannst Tortellini auch vorbereiten und dann solange **im Kühlschrank aufbewahren**, bis deine Gäste kommen. Dazu die kleinen Nudeltaschen auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen, mit Frischhaltefolie abdecken und in den Kühlschrank stellen.

Ich empfehle dir, **direkt eine große Ladung** Tortellini zu produzieren, um einen Teil **einzufrieren**. Du wirst dich freuen, wenn du sie dann nicht direkt nach einem Mittagessen komplett verputzt hast. Lege sie dann auf ein mit Backpapier belegtes Backblech, bedecke sie mit Frischhaltefolie und stelle die Tortellini für eine Stunde in die Tiefkühltruhe. Danach kannst du sie alle zusammen in eine Gefriertüte packen und einfrieren, ohne dass sie aneinanderkleben.