

»Pasta&Saucen&Weine«

Hier die sechs klassischen Saucen-Rezepte zu unserer Kombinations-Verkostung zum Nachkochen

Alle Rezepte sind für zwei Personen berechnet.

Carbonara

Die cremige Eiersauce

Zutaten

200 g Spaghetti
Salz
60 g durchwachsene Räucherspeckwürfel
1 Knoblauchzehe
1 TL Olivenöl
2 Eier
2 EL Milch
2–3 EL frisch geriebener Parmesan
frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

- Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Anweisung auf der Packung al dente kochen.
- Inzwischen die Speckwürfel und die geschälte, ganze Knoblauchzehe in Olivenöl goldbraun braten. In einer Schüssel Eier, Milch und Käse verquirlen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- Die Knoblauchzehe entfernen und die gut abgetropften Spaghetti sowie die Eiermischung in die Pfanne geben und schnell mit zwei Löffeln vermischen. Kurz erwärmen, aber keinesfalls stocken lassen. Mit frisch gemahlenem Pfeffer bestreut servieren.

Lachssauce

Das sahnige Vergnügen

Zutaten

200 g Spaghetti
Salz
1/8 l Sahne
2 cl Noilly Prat (französischer trockener Wermut)
1 Dillstängel
Cayennepfeffer
frisch gemahlener weißer Pfeffer
200 g frischer Lachs
1 TL frisch gehackter Dill

Zubereitung

- Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Anweisung auf der Packung al dente kochen.
- Sahne, Noilly Prat und Dillstängel in eine Sauteuse geben und sämig einkochen lassen. Den Dill herausfischen und die Sauce mit Salz, Cayennepfeffer und Pfeffer würzen. Den Lachs in kleine Stücke schneiden und mit dem Dill unter die Sauce mischen. 2 bis 3 Minuten ziehen lassen, dann die gut abgetropften Spaghetti untermischen.

Tomatensauce

Einfach und gut

Zutaten

200 g Spaghetti
Salz
40 g durchwachsener Räucherspeck
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 kleine Möhre
1 Selleriestange
2 EL Olivenöl
1 kleine Dose geschälte Tomaten (etwa 380 ml)
je 1 Oregano-, Thymian- und Rosmarinzweig
frisch gemahlener Pfeffer
einige Basilikumzweige
frisch geriebener Parmesan

Zubereitung

- Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Anweisung auf der Packung al dente kochen.
- Speck, geschälte Zwiebel und Knoblauchzehe sowie die Möhre und die Selleriestange in kleine Würfel schneiden und in erhitztem Olivenöl andünsten. Klein geschnittene Tomaten mitsamt Saft sowie die Kräuter dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 20 Minuten köcheln lassen.
- Die Kräuter herausfischen und die fein geschnittenen Basilikumblätter untermischen. Mit der Pasta vermischen und den frisch geriebenen Parmesan getrennt dazu reichen.

Sauce Bolognese

Macht nicht nur Kinder froh

Für 2 Personen

50 g durchwachsener Räucherspeck
1 kleine Möhre
1 kleine Zwiebel
1 Knoblauchzehe
1 Selleriestange
10 g Butter
125 g Hackfleisch
1 EL Tomatenmark
Salz
frisch gemahlener Pfeffer
100 g Tomatenstücke aus der Dose
3–4 EL Fleischbrühe
3–4 EL Rotwein
1 Thymianzweig
2 Oreganozweige
2 EL Sahne
200 g Spaghetti
frisch geriebener Parmesan

Zubereitung

- Speck, Möhre, geschälte Zwiebel und Knoblauchzehe sowie die Selleriestange in kleine Würfel schneiden und in heißer Butter anschwitzen. Das Hackfleisch und das Tomatenmark unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen und kurz anbraten. Dann die Tomatenstücke, Fleischbrühe, Rotwein sowie die Kräuterzweige hinzufügen und etwa 30 Minuten bei schwacher Hitze garen.
- Die Sahne unterrühren und erneut 15 Minuten köcheln lassen, bis sich die Sahne mit der Sauce verbunden hat. Die Kräuterzweige herausnehmen.
- Die Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Anweisung auf der Packung al dente kochen. Auf einem Durchschlag abtropfen lassen und mit der Bologneser Sauce vermischen. Parmesan getrennt dazu reichen.

Gorgonzola-Sauce

Mal mild, mal pikant

Zutaten

200 g Spaghetti

Salz

80 g Gorgonzola dolce oder piccante

1/8 l Sahne

einige Tropfen alter Aceto Balsamico

frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

- Die Spaghetti in kochendem Salzwasser nach Anweisung auf der Packung al dente kochen.
- Den Gorgonzola in kleine Stücke schneiden und in der Sahne bei mittlerer Hitze unter Rühren erst schmelzen und dann sämig einkochen lassen. Mit etwas Aceto und frisch gemahlenem Pfeffer abschmecken und mit einem Stabmixer schaumig aufschlagen.
- Die gut abgetropften Spaghetti unter die Sauce mischen und sofort servieren.

Pesto

Hinein ins Grüne

Zutaten

200 g Spaghetti oder Trenette

Salz

20 g Pinienkerne

30 g Basilikum

1–2 Knoblauchzehen

1 TL grobes Meersalz

3–4 EL bestes Olivenöl

30 g frisch geriebener Parmesan

1 kleine gekochte Kartoffel

Zubereitung

- Die Pasta in kochendem Salzwasser nach Anweisung auf der Packung al dente kochen.
- Pinienkerne grob hacken, Basilikumblätter abzupfen, Knoblauch schälen und grob hacken. Alles gemeinsam in einen Mörser geben und mit dem Stößel zerstoßen, dabei abwechselnd Meersalz, Öl und Parmesan dazugeben. So lange bearbeiten, bis eine cremige Masse entsteht.
- Die Kartoffel schälen und in kleine Würfel schneiden. Mit dem Pesto unter die Pasta mischen und falls nötig noch etwas Nudelkochwasser dazugeben.

Rezepte: Monika Kellermann