

Rezept

Schupfnudeln mit Pesto

Ein Rezept von Schupfnudeln mit Pesto, am 13.10.2024

Zutaten

Für die Schupfnudeln

700 g mehligkochende Kartoffeln	1 Ei (M)
100 g Mehl	1 Msp. frisch geriebene Muskatnuss
Mehl für die Arbeitsfläche	20 g Butter

Für das Pesto

300 g Brokkoli (ersatzweise Romanesco)	1 kleine Knoblauchzehe
1 EL Sonnenblumenkerne	1 EL Kürbiskerne
1 EL Walnuskerne	1 TL Sesam
3 EL Olivenöl	Salz
Pfeffer (für die Großen)	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 3 Personen (2 Erwachsene, 1 Baby) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 525 kcal, 24 g F, 16 g EW, 61 g KH

Zubereitung

1. Kartoffeln mit wenig Wasser im geschlossenen Topf in ca. 25 Min. gar kochen. In ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und sofort pellen. Mit einem Kartoffelstampfer fein zerstampfen oder durch eine Kartoffelpresse drücken. Ei, Mehl und Muskat dazugeben. Mit den Knethaken des Handrührgeräts glatt verkneten. Kartoffelteig 15-20 Min. ruhen lassen.
2. Inzwischen Brokkoli putzen, waschen und in daumengroße Röschen teilen, Strunk schälen und in Stücke schneiden. In einem geschlossenen Topf in wenig Wasser 5 Min. garen, in ein Sieb abgießen und kalt abschrecken. Knoblauch schälen. Sonnenblumen- und Kürbiskerne, Walnüsse und Sesam in einer Pfanne ohne Fett ca. 3 Min. rösten. Mit Knoblauch, Brokkoli und Olivenöl in einem Standmixer fein pürieren. Fürs Baby etwas Pesto abnehmen, übriges Pesto für die Erwachsenen kräftig mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Auf der gut bemehlten Arbeitsfläche den Schupfnudelteig mit bemehlten Händen zu sechs 35 cm langen Rollen formen, diese in 3 cm lange Stücke schneiden. Stücke mit leicht bemehlten Händen und sanftem Druck zu ca. 8 cm langen Schupfnudeln rollen, die Enden durch etwas mehr Druck leicht spitz formen.
4. Nebenher in einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Schupfnudeln im köchelnden Wasser (nicht sprudelnd kochend!) portionsweise je 2-3 Min. garen. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen, mit einer Schaumkelle herausheben, abtropfen lassen und in ein Sieb geben. Hälfte der Butter in einer Pfanne erhitzen, Hälfte der Schupfnudeln bei mittlerer bis großer Hitze 3 Min. braten. Vorsichtig wenden und 3 Min. weiterbraten, dann herausnehmen. Übrige Schupfnudeln ebenso braten. Schupfnudeln in einer großen Schüssel mit Brokkolipesto mischen.