

Dampfnudeln mit Basilikum-Pesto und Serrano-Schinken



ZUTATEN (12 Stück):

Für den Teig:

- 500 g Weizen (oder Weizenmehl)
- 20 g Hefe
- 175 ml warme Milch
- 60 ml Teutoburger Raps-Kernöl mit Buttergeschmack
- 1 Ei
- 1 Prise Vollmeersalz
- 20 g frische Küchenkräuter (z.B. Rosmarin, Thymian, Schnittlauch)

Als Beilage:

- 200 g Serrano-Schinken
- 1 Bund Basilikum
- 100 g Pinienkerne
- 70 g Parmesan, frisch gerieben

Zum Garen:

- 100 ml Teutoburger Raps-Kernöl
- etwas Salz

Getreide fein mahlen und einen Vorteig herstellen. Dazu in die Mitte des Mehls eine Mulde drücken, die zerbröckelte Hefe hinein geben und mit etwas lauwarmer Milch und wenig Mehl verrühren. Zudecken und ca. 10 Minuten an einen warmen Ort stellen und gehen lassen. Die Küchenkräuter fein hacken, zum gegangenen Vorteig geben und mindestens 5 Minuten kneten. Danach 12 Kugeln formen und zugedeckt an einem warmen Ort 30 Minuten gehen lassen, bis der Teig etwa doppeltes Volumen hat.



Für die Flüssigkeit werden $\frac{1}{4}$ l Wasser, 1 Esslöffel Salz und 100 ml Raps-Kernöl in einem Bräter oder großen Topf erhitzt. In die kochende Flüssigkeit werden die HefeklöÙe gesetzt und 15 – 20 Minuten gegart und gleichzeitig „gebraten“. Wenn alles Wasser verdampft ist und die Nudeln eine leckere Kruste haben, aber nicht angebrannt sind, sind sie fertig.

Für das Basilikum-Pesto Pinienkerne trocken in einer Pfanne rösten, etwas abkühlen lassen. Die abgezupften Basilikumblätter klein schneiden und mit den Pinienkernen, dem Parmesan und Öl pürieren. Danach evtl. mit Salz abschmecken. Mit dem Serrano-Schinken anrichten.

Tipp: Zu den Kräutern können auch etwa 100 g Speckwürfel und 100 g gebratene Zwiebelwürfel in den Teig eingearbeitet werden.

Dieses Rezept wurde in Kooperation mit Show- und TV-Koch Klaus Breinig entwickelt.

Regional Genießen: HeiÙe Luft um einen HefekloÙ

Dampfnudeln sind eine traditionelle Mehlspeise aus der süddeutschen Küche. Sie sind eigentlich keine Nudeln, sondern Knödel aus Hefeteig, die im Dampf gegart werden. Wo genau die Dampfnudel erfunden wurde, darüber lässt sich streiten: Als 2008 das bayerische Landwirtschaftsministerium in einer Datenbank die Dampfnudeln neben anderen bayerischen Spezialitäten auflistete, legte der rheinland-pfälzische Landwirtschaftsminister Beschwerde ein. In Rheinland-Pfalz gilt der gedämpfte HefekloÙ ebenfalls als regionale Spezialität. Man werde sich „die Dampfnudel nicht kampflos nehmen lassen“, hieß es in einer Mitteilung. Doch das Münchner Ministerium gab Entwarnung: Die Dampfnudel gehöre nicht zu den Spezialitäten, die Bayern EU-weit schützen lassen will. Während der HefekloÙ in Rheinland-Pfalz mit einer Salzkruste serviert wird, bevorzugen die Bayern die süÙe Variante mit VanillesoÙe oder zerlassener Butter.

Pro Stück:

375 kcal (1572 kJ), 12,9 g Eiweiß, 21,2 g Fett, 31,0 g Kohlenhydrate (2,6 BE)