

## Rezeptvorschlag März 2013

### "Gefüllte Paccheri-Nudeln mit Brennnessel-Spinat"

Dieses Gericht kostet fast nichts und schmeckt hinreißend – die richtige Einstimmung auf den Frühling!

Die sizilianischen Paccheri sind ideal zum Füllen – etwas kleiner im Durchmesser und halb so lang wie Canneloni. Weswegen man sie gut senkrecht in eine Auflaufform stellen kann. Da hilft die Schwerkraft beim Füllen.

Brennnessel treiben jetzt gerade aus. Sie lassen sich an schneefreien Stellen an Mauern, unter Gebüsch, auf Brachland finden. Nun tief bücken – die zarten ersten Triebe sind dunkellila – grün gefärbt. Nur die zarten obersten 2 cm abknipsen und mit Handschuhen arbeiten! Achtung – nicht mit Taubnesseln verwechseln – Taubnesselblätter sind runder, riechen unangenehm, wenn man sie reibt, und haben schon kleine lila Blüten.

Es dauert eine Weile, bis genug zusammen ist – der umwerfende Geschmack nach Frühling entschädigt für die Mühe!

#### Zutaten für 4 Personen:

- 1 große Schüssel voll Brennnesselspitzen
- Olivenöl\*
- 2 El Semmelbrösel
- 2 Eier
- 250g Paccheri Artigianali\*
- 0,5l Sahne oder Soja-Sahne
- 0,2-0,5l Gemüsebrühe
- Mind. 2 Henkelbecher geriebene Käsereste (Hartkäse oder Weichkäse, muss würzig sein)
- Salz\*
- Pfeffer\*
- frisch geriebener Muskat\*



\*in unserem Weltladen erhältlich

Die gesammelten Brennnesselspitzen in kaltem Wasser mit Gummihandschuhen von Erdresten und Grashalmen befreien. In ein Sieb schütten und mit kochendem Wasser übergießen. Dabei fallen die Brennnessel zusammen und verlieren ihre brennende Eigenschaft.

In Olivenöl 5 Minuten dünsten, danach 2 Esslöffel Semmelbrösel einrühren. Wenn die Masse etwas abgekühlt ist, 2 verschlagene Eier hineinrühren und kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Eine Auslaufform mit Olivenöl einölen und die Paccheri-Nudeln senkrecht hineinstellen. Nun teelöffelweise den Brennnessel-Spinat in die Nudelröhren füllen.

Sahne mit heißer Brühe verrühren und seitlich an die senkrecht stehenden Nudeln gießen. Im Idealfall sind die Nudeln fast bedeckt, denn dort, wo die Flüssigkeit sie nicht erreicht, werden sie nicht richtig weich. Zum Schluss reichlich Käse zwischen und auf die Nudeln streuen.

Im Backofen bei 225°C ca. 30-40 Minuten garen, dann heiß servieren. Ein frischer Blattsalat passt gut dazu.

Als Weinempfehlung würde ich zu den süditalienischen Weinen von Libera Terra raten, egal, ob rot oder weiß.

Viel Freude mit diesem Rezept wünscht Ihnen

Ihr Weltladen-ZeichenDerZeit Team!