Ravioli-Teig

Einfach



Zutaten

für 4 Personen

150 g	Weizenmehl
150 g	Weizengriess
	Salz
3	Eier
2 EL	Olivenöl

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

357	kcal
14 g	Eiweiss
52 g	Kohlenhydrate
10 g	Fett

enthält Gluten

Laktosefrei

Zubereitung

1. Mehl, Griess und Salz mischen, auf eine Arbeitsfläche geben und in der Mitte eine Mulde eindru?cken. Eier und Olivenöl in die Mulde geben und zuerst mit einem Holzlöffel vermengen. Alles mit den Händen zusammenfu?gen und den Teig 4–5 Minuten mit dem Handru?cken zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten. Unter einer heiss ausgespu?lten Schu?ssel 30 Minuten ruhen lassen.

2. Den Teig auf einer bemehlten Fläche portionsweise 1–2 mm dick ausrollen. Es sollten dabei möglichst gleich grosse Teigstu?cke entstehen.

3. Jeweils 1–3 TL Fu?llung mit 1–2 cm Abstand (je nach Grösse der Ravioli) auf eine Teigplatte geben.

4. Die Ränder gut anfeuchten und eine zweite Teigplatte daru?berlegen.

5. Den Teig zwischen der Fu?llung gut andru?cken und mit einem Messer oder Teigrädchen trennen.

Schweiz. Natürlich. SUISSE GARANTIE

Erhalte Rezepte, Tipps und spannende Geschichten rund um Schweizer Fleisch auf schweizerfleisch.ch.

6 In siedendes Wasser geben und 2–4 Minuten garen. Sobald die Ravioli an die Oberfläche kommen, sind sie gar.