

VON ASTRID KUTH
& BARBARA FROMMANN (FOTOS)

Pasta mit Blüten und Kräutern: Der optische Effekt begeistert jeden. Es sieht einfach fantastisch aus, wenn sich die Blattmuster im Pasta-Teig abzeichnen. Allerdings ist dies auch ein Rezept für etwas versiertere Köche und Köchinnen, die gern mit Kräutern und Blüten arbeiten und auch bereit sind, bei der Vorbereitung etwas mehr Zeit zu investieren.



Es braucht ein bisschen Fingerspitzengefühl. Wer die Blüten- und Kräuterblättchen in den Pasta-Teig einarbeiten möchte, sollte vorsichtig vorgehen, sonst reißt der Teig beim Durchwalzen oder beim Kochen. Wer sich das nicht zutraut, streut die Blättchen einfach über das fertige Gericht. So kann gar nichts schief gehen.

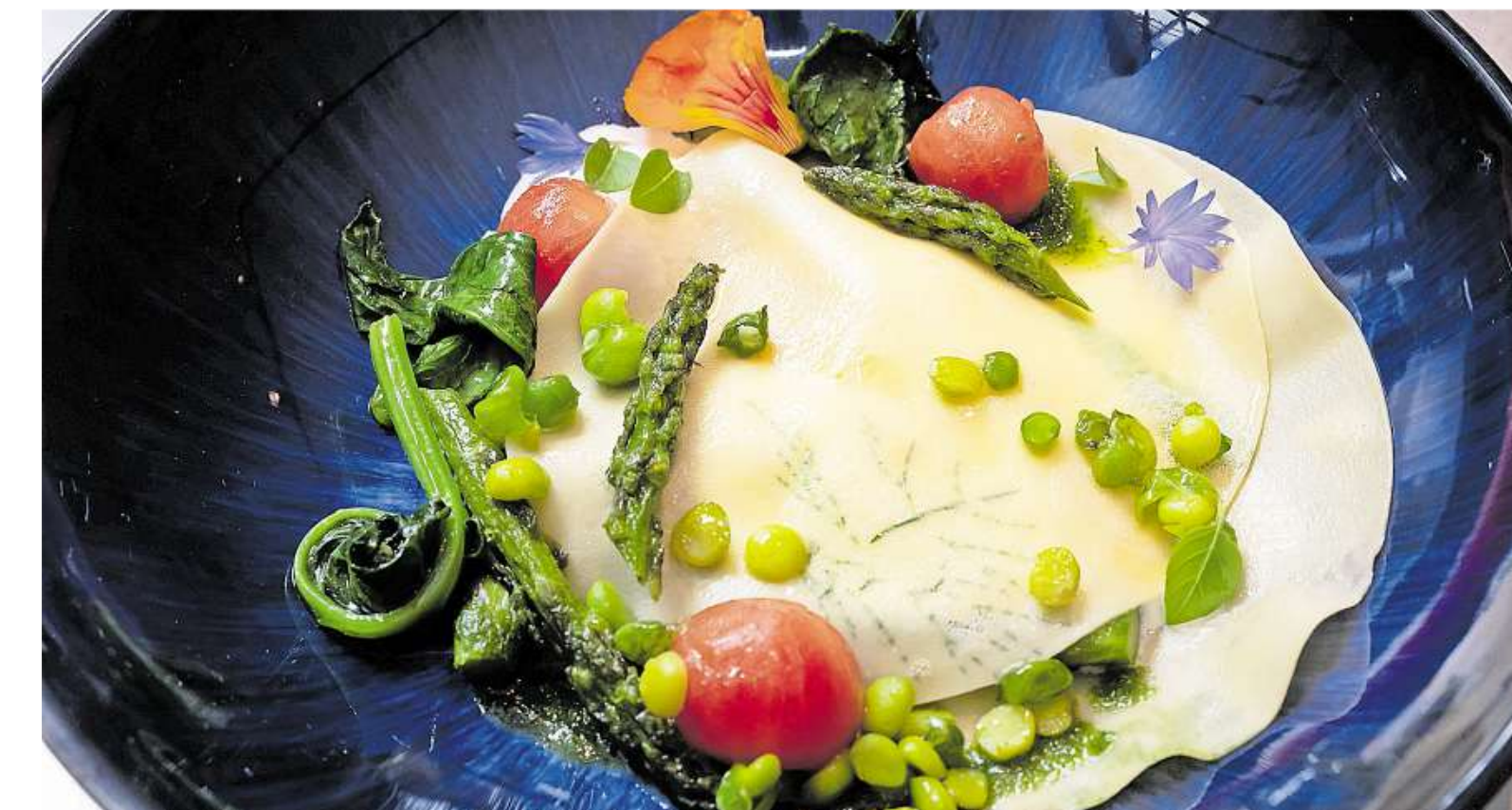
Geschmacklich taucht hier der Frühsommer auf – und ich mag besonders den Kontrast zwischen dem kühlen Käse, dem frischen Gemüse und dem duftigen Kräuteröl.

Grüner Spargel, Erbsen und Kirschtomaten im Pasta-Blatt mit Stracciatella di Bufala

Rezept für 4 Personen als Vorspeise oder als Pasta-Gang im Menü

Zutaten

Pasta-Teig: 130 g Hartweizengrieß, 200 g Weizenmehl Type 405, 120 g Eigelb, 4 EL warmes Wasser, 2 EL Olivenöl, 4 g Salz, essbare Blüten und ein paar zarte Kräuterblättchen (z. B. Dill und Kerbel)
Gemüse: 400 g grüner Spargel, 50 g Erbsen (TK Ware oder 200 g frische Erbsenschoten und selbst pülen), 100 g möglichst kleine Kirschtomaten, eine Handvoll Baby-Spinatblätter, Salz, Pfeffer und Olivenöl zum Garen und Abschmecken, 1 unbehandelte



Pasta mit Blütenmuster

Das Rezept von Stadtköchin Astrid Kuth verlangt zwar etwas Fingerspitzengefühl, aber dafür begeistert der optische Effekt umso mehr – und es schmeckt mit Gemüse und Stracciatella di Bufala einfach frühlingshaft

Zitrone (Schale), 3 EL Olivenöl
Minzöl: 40 g Minze, 30 g Zitronenmelisse, 100 ml Rapsöl, 2 g Salz
Außerdem: 250 g Stracciatella di Bufala (italienischer Weichkäse, geschmacklich ähnlich dem Büffel-Mozzarella)

Zubereitung

Zuerst alle Zutaten für den Pasta-Teig gut verkneten, zu einer Teigkugel formen und fest in Folie gewickelt für mindestens eine Stunde kaltstellen.

Das Gemüse vorbereiten: Alle Zutaten gründlich waschen. Grünen Spargel in schräge Stücke schneiden (nach Bedarf vorher die Enden schälen). Die Kirschtomaten oben über Kreuz einritzen, mit kochendem Wasser übergießen und dann die Schale vorsichtig abziehen.

Das Minzöl herstellen: Minze und Zitronenmelisse in einem Topf mit



Macht diesmal Pasta mit Blütenmuster: Stadtköchin Astrid Kuth

kochendem Wasser für ein paar Sekunden blanchieren, abgießen, kalt abschrecken, gut ausdrücken und dann mit dem auf 60°C erwärmten Rapsöl fein pürieren. Durch ein Sieb geben und in eine Spritzflasche füllen.

Die Pastablätter herstellen: Den Nudelteig in Scheiben schneiden und auf die gewünschte Stärke ausrollen.

Die Blütenblätter und Kräuter auf der einen Hälfte der Teigplatten verteilen und sanft andrücken. Dann die anderen Nudelblätter drauflegen und auch andrücken (die Blättchen dürfen nicht verrutschen, daher gern ein Rollholz benutzen).

Diese Teigplatten jetzt noch einmal vorsichtig durch die Nudelmaschine drehen, bis die gewünschte Stärke erreicht ist. Die Blättchen bilden jetzt ein Muster im Inneren der Teigplatten. Diese jetzt mit einem Metallring

rund ausstechen und „al dente“ kochen.

Das Gericht fertigstellen: In einer großen Pfanne das Olivenöl erhitzen, den Spargel darin anbraten. Die Erbsen kurz mit anbraten. Ganz zum Schluss die geschälten Kirschtomaten und die Spinatblätter unterziehen, alles gut mit Salz und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer würzen.

Anrichten

Den Stracciatella-Käse auf 4 Tellern verteilen, etwas Zitronenschale abreiben und darüber geben. Das Gemüse heiß obendraufgeben, mit einem oder mehreren Nudelblättern belegen. Das Kräuteröl drumherum träufeln.

Tipps

Den Rest vom Nudelteig zusammenkneten und fest in Frischhaltefolie

Hingucker: Die Nudelblätter mit Muster bedecken das Gemüse



Pasta-Platten: Darauf die Blüten und Kräuter legen und leicht andrücken



Zweiter Schritt: Nudelblatt auflegen und durch die Nudelmaschine drehen



Mit einem Metallring: Aus den Teigplatten runde Formen ausstechen

wickeln, dann hält er sich in Kühlschränken ein paar Tage und kann dann noch zu einem anderen Pasta-Gericht verarbeitet werden.

Das übrig gebliebene Eiweiß vom Nudelteig kann man z. B. zu Baiser verarbeiten und eine Eissplittertorte draus machen oder ein Eton Mess (siehe mein GA-Gericht vom 16. Mai).

Info: Astrid Kuth gibt Kochkurse und Workshops in ihrer Kochschule in der Römerstraße, kocht für private Dinner und veranstaltet Pop-up-Events. www.astrid-kuth.de

Ratgeber

Blüten Zum besonderen Hingucker werden Salate, Suppen und Co., wenn man sie mit essbaren Blüten garniert. Doch nicht alles, was blüht, ist bedenkenlos essbar. Geeignet sind etwa Blüten von Kräutern wie Salbei, Schnittlauch, Borretsch, Kapuzinerkresse, Bohnenkraut und Thymian.

Auch die Blüten von zahlreichen Zier- und Wildpflanzen kann man essen. Etwa Lavendel, Gänseblüm-

chen, Löwenzahn, Wiesenschaumkraut und Gundermann. Ebenso Rosen, Veilchen, Begonien, Dahlien, Herbstastern, Duftgeranien, Gladiolen, Kornblumen, Ringelblumen, Schlüsselblumen, Holunder- und Zucchini Blüten.

Für Unerfahrene kann ein Pflanzenratgeber da sinnvoll sein, weil manche Blüten essbaren Arten täuschend ähnlich sehen, die aber gar nicht essbar sind. Denn nicht bei

allen Kräutern kann man einfach so auch die Blüten essen. Von blühender Petersilie sollte man beispielsweise die Finger lassen.

Man sollte ohnehin nur ungespritzte Blüten verzehren. Gewissheit darüber hat, wer essbare Blüten selbst im Garten oder auf dem Balkon anbaut. Entsprechendes Saatgut kann man im Handel kaufen.

In freier Wildbahn gilt: Wildlebende Pflanzen darf man nur „in

geringen Mengen für den persönlichen Bedarf“ sammeln, nicht also in Massen oder zum Verkauf – so regelt es das Bundesnaturschutzgesetz. Arten, die unter Naturschutz stehen, darf man gar nicht pflücken.

Eine gute Zeit für die Ernte ist vormittags, wenn die Blüten vollständig geöffnet sind. Idealerweise verarbeitet man sie dann zeitnah. In kühlem Wasser halten sie sich einige Stunden lang. *tmn*

Im Einkaufskorb: Blattspinat

Nein, hier geht es nicht um die tiefgekühlten Blöcke, die meist noch mit viel Sahne zum Blubb verfeinert werden, damit die Kinder überhaupt mal Spinat essen. Es geht um den zarten, jungen Blattspinat, aus dem man wunderbare Salate zubereiten kann. Es gibt mehrere Ernten im Jahr, jetzt hat gerade der Sommersalat Saison. Man nennt ihn auch Babyspinat.

Es reicht, die Blätter gut zu waschen und in einem Sieb abtropfen zu lassen. Dazu dann eine leichte Vinaigrette mit Essig, Öl, Schalotten und ein Tropfen Honig – das ist sozusagen der Basissalat. Es geht natürlich auch raffinierter zum Beispiel mit angedünsteten Zucchini und Zuckerschoten und ausgelassenem Speck, dazu Frühlingszwiebeln und eine kräftige, lauwarme Soße, die mit Oregano abgeschmeckt wird. Oder man nimmt Kartoffel-Croutons statt Speck.

Die Italiener wissen, wie Spinat als Gemüse schmecken sollte. Sie werfen den gut geputzten und gewaschenen Spinat, in ganzen Blättern, der noch ein bisschen nass sein sollte, einfach in eine Pfanne mit heißem Olivenöl, in dem schon eine Knoblauchzehe schmort.

Schnell umrühren, den Deckel drauf und nach ein bis zwei Minuten ist das Gemüse fertig und passt perfekt zu einem Stück Fleisch oder Fisch. In Rom und auf Sizilien kommen in den Spinat noch geröstete Pinienkerne und Rosinen.

Längst als Fake News entlarvt ist die Geschichte von Popeye, der büchsenweise Spinat aß und da-



Schmeckt roh als Salat oder gedünstet als Beilage: Junger Blattspinat

durch Riesenkräfte kriegte. Damals dachte man, Spinat wäre wegen seines angeblich hohen Gehalts an Eisen ein ideales Stärkungsmittel. Ein Irrtum. Die Wissenschaftler hatten sich schlicht verrechnet, getrockneten Spinat genommen und die Werte frischem zugeschrieben, der aber zu circa 90 Prozent aus Wasser besteht. *Regina Krieger*

FOTO: STOCKADORE

Das große GA-Barbecue: Spitzenwinzer in der Landlust

Wenn sich das Team von Boulevard mit seinen Leserinnen und Lesern zum GA-Barbecue am 12. Juli in der Landlust trifft, geht es nicht nur um die Leckereien, die vom Grill kommen. Es geht auch um die passende Weinbegleitung dazu.

Eines der Weingüter, das seine Weine nach Flammersheim mitbringt, ist Dönnhoff von der Nahe. Das traditionsreiche Weingut in Oberhausen an der Nahe zählt zu den besten Deutschlands. Seine Rieslinge gelten als Maßstab für Eleganz und Ausdruck der Herkunft. Heute wird das Weingut von Cornelius Dönnhoff und seiner Frau Anne geleitet, die den Qualitätsanspruch von Vater Helmut fortsetzen.

Rund 80 Prozent der rund 30 Hektar Rebfläche von Dönnhoff sind mit Riesling bestockt. Anders als viele kraftbetonte Weine bedrücken Dönnhoffs Rieslinge vor allem durch ihre Balance. Sie verbinden konzentrierte Frucht mit einer lebendigen Säure und einer scheinbar mühelosen Eleganz. Besonders die Großen Gewächse

zeigen eindrucksvoll, wie präzise die Herkunft an der Nahe im Wein zur Geltung kommen kann. Davon können die Gäste beim GA-Barbecue dann selbst überzeugen. *mac*

Wann

Sonntag, 12. Juli, ab 14 Uhr, bis ca. 18 Uhr

Wo

Im Innenhof der Landlust, Burg



Ihre Rieslinge zählen zu den besten Deutschlands: Anne und Cornelius Dönnhoff schicken ihre Weine zum GA-Barbecue in der Landlust

FOTO: PETER BENDER

Flammersheim, 53881 Euskirchen-Flammersheim, Tel. (02255) 9457 52, burgflammersheim.de

Preis

69 Euro pro Kind bis zwölf Jahre, ansonsten 179 Euro pro Person (inklusive Essen und Getränke)

Bustransfer (optional)

Zusätzlich 30 Euro pro Person. Abfahrt 13 Uhr Bonn, Busparkplatz Hofgartenwiese; Rückfahrt 18.30 Uhr ab der Landlust

Reservierung

Online unter www.gurado.de/landlustburgflammersheim/ oder via E-Mail an info@burgflammersheim.de. Teilnahme nach chronologischem Eingang der Anmeldung (d. h.: first come, first serve). Es gilt Vorkasse; die Reservierungsbestätigung erfolgt nach Zahlungseingang. Bei dieser Veranstaltung werden Film-aufnahmen und Fotos gemacht, mit deren späterer Verwendung Sie sich durch den Besuch der Veranstaltung einverstanden erklären.



Wollen sie noch mehr erfahren über gutes Essen, exzellente Weine und empfehlenswerte Adressen für anspruchsvolle Genießer in Bonn und der Region? Dann abonnieren Sie gratis unseren jeden Donnerstag erscheinenden Newsletter „Bonn Appetit“. Der QR-Code, den Sie mit ihrem Smartphone einscannen können, führt Sie direkt auf die Anmeldeseite. Oder geben Sie dazu in der Adresszeile des Internetbrowsers <https://ga.de/app/newsletter/appetit.ein>.