

Ravioli-Rezepte

Ravioli selber zuzubereiten, ist keine Hexerei. Der Gesundheitstipp stellt in diesem Merkblatt feine Rezepte in vielen Variationen vor.

Tipp: Wer den Teig nicht selber machen will, verwendet fertigen Pastateig vom Grossverteiler.

Ravioliteig

(4 Portionen)

- ▶ 250 g Mehl
- ▶ 2 frische Eier
- ▶ 2 EL Olivenöl
- ▶ 3 EL Wasser

Mehl in eine Schüssel geben, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Eier, Öl und Wasser in einem Messbecher verrühren, in die Mulde giessen, mit einer Gabel das Mehl vom Innenrand her nach und nach mit Flüssigkeit mischen, bis ein dickflüssiger Brei entsteht. Restliches Mehl daruntermischen. Teig ca. 10 Minuten kneten, bis er glatt und geschmeidig ist. Teig zu einer Kugel formen, unter einer heiss ausgespülten Schüssel bei Raumtemperatur ca. 30 Minuten ruhen lassen.

Spargel-Ricotta-Ravioli

Von Caroline Thaler
(4 Portionen)

- ▶ 150 g grüner Spargel
- ▶ 250 g Ricotta
- ▶ 1 Eigelb
- ▶ 50 g Sbrinz, gerieben
- ▶ 1 Bio-Zitrone, wenig Abrieb
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ 2 EL frische Küchenkräuter
- ▶ 2 Packungen Pastateig à 250 g (insgesamt 4 Teigrollen)
- ▶ 1 Eiweiss

Spargel waschen, im unteren Drittel sparsam schälen, die holzigen Enden abschneiden, die Spitzen beiseitestellen. Spargelstangen fein hacken, mit allen Zutaten bis und mit Pfeffer mischen. Küchenkräuter fein hacken, dazugeben. Pastateig ausbreiten. Mit einem Buttermesser 5,5 cm x 5,5 cm grosse Quadrate einzeichnen (nicht durchschneiden). Den Teig mit Eiweiss bepinseln, die Hälfte der Füllung auf die eingezeichneten Quadrate verteilen. Mit dem zweiten Teig bedecken, gut andrücken. Mit den anderen Teigrollen gleich verfahren.

Ravioli mit einem Teigrad oder einem scharfen Messer zuschneiden. Dann in leicht siedendem Salzwasser 4 bis 5 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen. Spargelspitzen anbraten, mit etwas Pastawasser, Salz, Pfeffer und Kräutern würzen und über die Ravioli geben.

Bärlauch-Ravioli

(4 Portionen)

- ▶ 250 g Ricotta
- ▶ 125 g Frischkäse, nature
- ▶ 80 g Parmesan, gerieben
- ▶ 2 Limetten, abgeriebene Schale und 1 EL Saft
- ▶ 1 Bund Bärlauch, grob geschnitten
- ▶ ¼ TL Salz
- ▶ wenig Pfeffer
- ▶ 4 Rollen Pastateig
- ▶ wenig Wasser
- ▶ 80 g Butter
- ▶ 1 Limette, abgeriebene Schale und 1 EL Saft

Ricotta und alle Zutaten bis und mit Bärlauch in eine Schüssel geben, mischen und würzen. Teig längs halbieren. Teigstreifen mit wenig Wasser bestreichen. Füllung in vier Portionen teilen. Eine Portion in 14 Häufchen mit gleichmässigem Abstand auf die Mitte beider Teigstreifen verteilen. Teigstreifen längs so falten, dass die Teigkanten aufeinanderliegen, gut andrücken und eingeschlossene Luft herausdrücken. Mit einem runden Guetsliausstecher (ca. 8 cm Durchmesser) halbmondförmige Ravioli ausschneiden. Ränder gut andrücken. Fertige Ravioli auf ein Backpapier legen. Mit restlichen Teigstreifen weitermachen. Butter in einer weiten Bratpfanne erwärmen, bis sie schäumt und leicht nussig riecht. Limettenschale und -saft begeben, mischen. Ravioli portionenweise im knapp siedenden Salzwasser ca. 5 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen, zur Butter geben, mischen und servieren.

Ratatouille-Ravioli mit Mozzarella-Creme

(4 Portionen)

- ▶ 1 Aubergine, längs halbiert
- ▶ 1 TL Meersalz
- ▶ 4 EL Olivenöl
- ▶ ½ Zwiebel, fein gehackt
- ▶ 1 Knoblauchzehe, gepresst
- ▶ 1 Zucchini, in Würfeln
- ▶ 1 rote Peperoni, in Würfeln
- ▶ 400 g gehackte Tomaten aus der Dose
- ▶ ½ TL Salz
- ▶ wenig Pfeffer
- ▶ ½ Bund Basilikum, fein geschnitten
- ▶ 3 EL Parmesan, gerieben
- ▶ 4 Rollen Pastateig
- ▶ 250 g Mozzarella di bufala, zerzupft
- ▶ 1 Prise Salz

Schnittflächen der Aubergine mit Salz bestreuen, 10 Minuten ziehen lassen. Trocken tupfen, in Würfeln schneiden. 2 EL Öl in einer Bratpfanne wärmen. Zwiebel und Knoblauch andämpfen. Aubergine, Zucchini und Peperoni begeben, 3 Minuten mitdämpfen. Tomaten begeben, würzen, 30 Minuten zugedeckt weich kochen. Basilikum daruntermischen, auskühlen. Eventuell etwas Wasser abgiessen, Parmesan daruntermischen. Teige entrollen, längs halbieren. Je ca. 1 TL Füllung mit gleichmässigem Abstand auf die Hälfte der Teigstreifen verteilen. Restliche Teigstreifen über die Füllungen legen, Kanten gut andrücken, dabei eingeschlossene Luft herausdrücken. Ravioli mit dem Teigrad voneinander trennen, Ränder mit einer Gabel gut andrücken. Ca. 1 dl der Mozzarella-Lake in einen Messbecher geben, Mozzarella und Salz begeben, fein pürieren.

Salzwasser in einem Topf aufkochen. Ravioli portionenweise 3 Minuten ziehen lassen. Ravioli mit der Schaumkelle herausnehmen, abtropfen, mit der Mozzarella-Creme anrichten, Olivenöl darüberträufeln.

Randen-Feta-Ravioli

(4 Portionen)

- ▶ 250 g Randen, vorgekocht
- ▶ 150 g Feta
- ▶ 2 EL Olivenöl
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ Salz, Pfeffer
- ▶ 4 Rollen Pastateig

Randen schälen und klein hacken. Feta zerbröseln. Olivenöl in einer Pfanne wärmen, Knoblauch andünsten. Randen mitdünsten. Pfanne vom Herd ziehen, Feta einrühren, bis eine cremige Masse entsteht. Nach Belieben würzen. Abkühlen. Teige entrollen, längs halbieren. Je ca. 1 TL Füllung mit gleichmässigem Abstand auf die Hälfte der Teigstreifen verteilen. Restliche Teigstreifen über Füllungen legen, Kanten gut andrücken. Ravioli mit dem Teigrad voneinander trennen, Ränder mit einer Gabel gut andrücken. Salzwasser aufkochen. Ravioli portionenweise 3 Minuten ziehen lassen, mit Schaumkelle herausnehmen, abtropfen.

Ravioli mit Salami-Auberginen-Füllung

(4 Portionen)

- ▶ 2 EL Olivenöl
- ▶ 1 Zwiebel, fein gehackt
- ▶ 200 g Auberginen, in Würfeln
- ▶ 1,5 dl Gemüsebouillon
- ▶ 100 g Ricotta
- ▶ 100 g Salami, in Würfeln
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ 4 Rollen Pastateig
- ▶ 1 Ei, verklopft
- ▶ 50 g Butter
- ▶ 2 Prisen Salz
- ▶ 1 Chicorée, in feinen Streifen

Öl in einer Pfanne wärmen. Zwiebel ca. 3 Minuten andämpfen. Aubergine dazugeben, 5 Minuten mitdämpfen. Bouillon dazugliessen und 10 Minuten köcheln lassen, bis sie aufgesogen ist.

Dabei gelegentlich rühren, auskühlen. Ricotta und Salami daruntermischen, würzen. Teige längs halbieren. Eine Teighälfte mit wenig Ei bestreichen. Auberginenmasse halbieren, jeweils 6 baumnussgrosse Portionen auf dem Teig verteilen. Die andere Teighälfte darüberlegen, leicht andrücken, dabei eingeschlossene Luft herausdrücken. Ravioli mit einem Messer voneinander trennen. Mit den anderen Teigrollen gleich verfahren. Ravioli im leicht siedenden Salzwasser etwa 5 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen lassen.

Für die Sauce Butter in einer Pfanne warm werden lassen, bis sie schäumt und nussig riecht. Salzen. Chicorée mit den Ravioli auf Tellern anrichten, Nussbutter darüberträufeln.

Nuss-Ravioli

(4 Portionen)

- ▶ 1 EL Baumnüsse
- ▶ 1 EL Pinienkerne
- ▶ 250 g Mascarpone
- ▶ 100 g Rahmquark
- ▶ 50 g Parmesan
- ▶ 1 Zitrone, wenig abgeriebene Schale
- ▶ 3 EL Milch
- ▶ 0,5 TL Salz
- ▶ Wenig Pfeffer
- ▶ 4 Rollen Pastateig

Nüsse hacken und leicht anrösten. Mit allen anderen Zutaten für die Füllung in einer Schüssel gut mischen, kühl stellen. Teige entrollen, längs halbieren. Je ca. 1 TL Füllung auf die Hälfte der Teigstreifen verteilen. Restliche Teigstreifen über die Füllungen legen, Kanten gut andrücken, dabei eingeschlossene Luft herauspressen. Ravioli mit dem Teigrad voneinander trennen, Ränder mit einer Gabel gut andrücken.

In leicht siedendem Wasser ca. 5 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen.

Ravioli à l'orange

(4 Portionen)

- ▶ 2 Bio-Orangen
- ▶ 200 g Hüttenkäse
- ▶ 70 g Sbrinz, gerieben
- ▶ 1 Ei (Eiweiss und Eigelb getrennt)
- ▶ 1 TL Salz
- ▶ wenig Pfeffer
- ▶ 4 Rollen Pastateig
- ▶ 50 g Butter
- ▶ 1 EL Rosmarin, fein gehackt

Von einer Orange die Schale in eine Schüssel reiben. Hüttenkäse, Sbrinz, Eigelb begeben, mischen und würzen. Von beiden Orangen Schale ringsum bis auf das Fruchtfleisch wegschneiden. Fruchtfleis mit einem scharfen Messer zwischen den weissen Häutchen heraus schneiden, beiseitestellen. Pastateig entrollen, längs halbieren. ¼ der Füllung in 8 Portionen in gleichmässigem Abstand auf den Teigstreifen verteilen. Freie Streifen mit Eiweiss bestreichen, über die Füllung legen, leicht andrücken, mit einem gezackten Förmchen Ravioli ausstechen. Weiterfahren, bis die Teige und die Füllung aufgebraucht sind. Ofen auf 60 Grad vorheizen, Teller und Platte vorwärmen.

Ravioli portionenweise im leicht siedenden Salzwasser ca. 5 Minuten ziehen lassen, mit Schaumkelle herausnehmen, abtropfen, warm stellen.

Butter warm werden lassen, Rosmarin und Orangenfilets begeben, warm werden lassen. Auf den Ravioli verteilen.

Rosenkohl-Ravioli mit Nüsslisalat-Pesto

(4 Portionen)

- ▶ 300 g Rosenkohl
- ▶ 1 Zitrone, wenig Abrieb
- ▶ 100 g Ricotta oder Frischkäse
- ▶ 2 EL Sbrinz, gerieben
- ▶ Salz
- ▶ schwarzer Pfeffer
- ▶ 100 g Nüsslisalat
- ▶ 50 g Kürbiskerne
- ▶ ½ dl Rapsöl oder Sonnenblumenöl
- ▶ 1 EL Kürbiskernöl
- ▶ 4 Pastateigrollen

Rosenkohl waschen, welke Blätter und Strunk entfernen. Vierteln, Wasser zum Kochen bringen, Rosenkohl zugedeckt etwa 8 Minuten bissfest garen. Abschrecken, abtropfen lassen, sehr fein hacken. Etwas Zitronenschale fein abreiben. Rosenkohl, Zitronenschale, Ricotta oder Frischkäse und Sbrinz verrühren, würzen. Fürs Pesto Nüsslisalat waschen. In einer Bratpfanne ohne Fett Kürbiskerne anrösten. Kerne und Nüsslisalat grob hacken, dann mit dem Öl pürieren, würzen. Pastateig entrollen, längs halbieren. ¼ der Füllung in einzelnen Portionen auf den Teigstreifen verteilen. Freie Streifen mit Eiweiss bestreichen, über die Füllung legen, leicht andrücken, mit einem gezackten Förmchen Ravioli ausstechen. Weiterfahren, bis die Teige und die Füllung aufgebraucht sind. In einer Pfanne Wasser zum Kochen bringen, salzen, Ravioli ca. 3 Minuten bissfest garen. Pesto mit ein paar EL Pastawasser sämig rühren. Ravioli abtropfen, in Teller geben, Pesto darüber verteilen. Mit Sbrinz bestreuen.

Lamm-Ravioli mit Salbei

(4 Portionen)

- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 2 Knoblauchzehen
- ▶ 4 EL Olivenöl
- ▶ 300 g gehacktes Lammfleisch
- ▶ Salz
- ▶ Pfeffer
- ▶ 2 TL frische Thymianblätter
- ▶ 2 Lorbeerblätter
- ▶ 2 dl Fleischbouillon
- ▶ 3 EL Paniermehl
- ▶ 4 Pastateigrollen
- ▶ 1 Eiweiss
- ▶ 30 g Butter
- ▶ 1 EL Salbeiblätter

Zwiebel schälen und sehr fein würfeln. Knoblauch schälen und pressen. Olivenöl erhitzen, Hackfleisch anbraten, bis es krümelig und leicht gebräunt ist. Zwiebel und Knoblauch beifügen, andünsten und mit Salz, Pfeffer, Thymian und Lorbeer würzen. Fleischbouillon dazugießen und 15 Minuten leicht köcheln lassen, bis die Flüssigkeit verdampft ist. Ab und zu rühren. Paniermehl dazugeben, abkühlen lassen.

Einen Teig ausbreiten, Quadrate von 5,5 cm einzeichnen. Füllung in regelmässigen Abständen verteilen. Einen weiteren Teig ausbreiten und mit Eiweiss bepinseln. Zwischenräume und Ränder gut andrücken. Ausschneiden.

Salzwasser zum Kochen bringen, Ravioli 3 bis 4 Minuten garen.

Butter in einer Pfanne schmelzen, leicht bräunen lassen. Salbei abspülen, trocken tupfen. Zur Butter geben, anschwitzen.

Ravioli dazugeben, salzen, pfeffern und servieren.

Quellen**Ravioliteig:** Bettybossi.ch**Spargel-Ricotta-Ravioli:** Caroline Thaler, Rickenbach LU**Bärlauch-Ravioli:** Fooby.ch**Ratatouille-Ravioli mit Mozzarella-Creme:** Fooby.ch**Randen-Feta-Ravioli:** Nachhaltigleben.ch**Ravioli mit Salami-Auberginen Füllung:** Fooby.ch**Nuss-Ravioli:** Bettybossi.ch**Ravioli à l'orange:** Bettybossi.ch**Rosenkohl-Ravioli mit Nüsslisalat-Pesto:** Wildeisen.ch**Lamm-Ravioli mit Salbei:** Eatsmarter.de