



**ORF** extra

## Brennnessel-Frischkäse-Ravioli mit grünem Spargel

4 Personen | 45 Minuten Zubereitung | 30 Minuten Ruhezeit | 25 Minuten Garzeit

### RAVIOLI

125 g Weizenmehl (Type 405 oder 550), plus mehr zum Verarbeiten  
125 g Hartweizengrieß  
Salz  
2 Handvoll Brennnesselblätter  
1 EL Butter  
1 EL Sesam  
1 Ei (Größe M)  
250 g Frischkäse (Doppelrahmstufe)  
frisch gemahlener Pfeffer  
frisch geriebene Muskatnuss

### AUSSERDEM

1 Bund grüner Spargel  
1 EL neutrales Pflanzenöl  
1 EL Honig  
100 ml Gemüsebrühe  
½ TL Anissamen  
Salz  
frisch gemahlener Pfeffer

Für den Ravioli-Teig das Mehl mit Grieß, ½ TL Salz und 125 ml Wasser zu einem festen, glatten Teig verkneten. Abgedeckt im Kühlschrank etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Für die Füllung die Brennnesseln verlesen, waschen und trocken tupfen, dann grob hacken. Die Butter in einer Pfanne zerlassen und die Brennnesseln darin 1 Minute anschwitzen, mit Sesam bestreuen und vom Herd nehmen. Das Ei trennen und das Eiweiß kühl stellen. Den Frischkäse mit dem Eigelb verrühren, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die lauwarm abgekühlten Brennnesseln unterrühren.

Quelle: **Hello Nature: Kulinarische Abenteuer vor der Haustür vom Gemüsegarten bis zum eigenen Bienenvolk.** Markus Sämmer. Verlag Dorling Kindersley. ISBN 978-3-8310-4142-8

Den Nudelteig halbieren und jede Hälfte auf der leicht bemehlten Arbeitsfläche dünn ausrollen. Jede Teigplatte in Rechtecke (etwa 4 x 8 cm) schneiden. Auf jedes Rechteck 1 TL Füllung geben, die Ränder mit dem verquirlten Eiweiß bestreichen und die Teigrechtecke zu Quadraten zusammenfallen, dabei die Ränder gut festdrücken. So fortfahren, bis Nudelteig und Füllung aufgebraucht sind. Reichlich Wasser in einem großen Topf aufkochen, leicht salzen und die Ravioli darin portionsweise jeweils etwa 5 Minuten garen. Mit einer Schaumkelle herausheben und abtropfen lassen.

Inzwischen den Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die holzigen Enden entfernen. Den Spargel schräg in etwa 4 cm lange Stücke schneiden und in einer Pfanne im Öl 2–3 Minuten anbraten. Mit Honig beträufeln, die Brühe angießen und alles mit Anis, Salz und Pfeffer würzen.

Zum Servieren die Ravioli in der Pfanne im Honig-Spargel-Sud schwenken und damit rundum glasieren. Auf Teller verteilen und mit Pfeffer würzen.