

Ramen Nudeln selber machen mit Ei (einfach)

für 2 Portionen | 60 Minuten | 398 kcal

Frische, selbstgemachte Ramen sind die beste Grundlage für eine perfekte japanische Nudelsuppe! In diesem Rezept zeige ich dir, wie du Ramen Nudeln mit ganz wenigen Zutaten einfach zuhause selber machen kannst.



Zutaten (2 Portionen)

200 g Weizenmehl

1 TL Backpulver

1 TL Salz

1 Ei (Größe M)

5 EL Wasser

etwas Kartoffelstärke

Zutaten auf 1mal1japan.de/shop
bestellen und direkt nach Hause
liefern lassen – ab 39€ sogar
versandkostenfrei!

Zubereitung (60 Minuten)

1. Zutaten für die selbstgemachten Ramen Nudeln bereitlegen.

2. Weizenmehl, Backpulver und Salz in eine größere Schüssel geben, mit einem Löffel vermischen und in der Mitte eine kleine Mulde formen. In die Mulde das Ei schlagen und das Wasser hinzufügen.

3. Den Teig zuerst mit einem Löffel und dann mit den Händen in der Schüssel zu kleinen Klümpchen vermischen, sodass sich das Ei und Wasser ideal mit dem Mehl verbindet.

4. Danach den Teig mit den Händen circa 5 Minuten auf der Arbeitsfläche zu einer festen Kugel kneten. Bitte beachte, dass der Teig für Ramen Nudeln sehr spröde ist – das ist notwendig, damit zum Schluss leckere bissfeste Ramen Nudeln entstehen!

5. Die feste Teigkugel in etwas Frischhaltefolie wickeln und für 30 Minuten im Kühlschrank ruhen lassen. In der Zwischenzeit die Nudelmaschine vorbereiten, also alle Teile zusammenstecken, an der Arbeitsplatte befestigen und die Rollen mit etwas Weizenmehl bestäuben.

6. Nach Ablauf der Ruhezeit die Teigkugel auswickeln, mit einem Messer halbieren und eine der Hälften wieder einwickeln sowie zurück in den Kühlschrank legen. Die andere Teighälfte mit den Händen kräftig flach drücken, sodass sie durch die weiteste Öffnung der Nudelmaschine (hier Stufe 1) passt.

7. Jetzt beginnt das Ausrollen des Nudelteigs: Zuerst den Teig durch die weiteste Öffnung der Nudelmaschine führen. Nicht wundern, der Teig wird extrem zerrissen und rau aussehen!

8. Diesen länglichen Teigfetzen der Länge nach von beiden Seiten jeweils ins Drittel falten und erneut durch die Maschine laufen lassen.

9. Diesen Vorgang 5 weitere Male wiederholen – auf diese Weise wird der Teig sowohl weich geknetet als auch ausgerollt. Sobald der Teig eine geschmeidige Textur erhalten hat und zu einer rechteckigen Platte ausgerollt wurde, diesen noch zweimal durch die Maschine laufen lassen, aber in einem Stück, ohne ihn in Drittel zu falten! Die Teigplatte von beiden Seiten mit etwas Kartoffelstärke bestäuben, damit dieser anschließend nicht an den Walzen anklebt.

10. Die Nudelmaschine auf die nächst kleinere Stufe einstellen und den Teig durch die Walzen führen (Achtung: NICHT mehr in Drittel zusammenfalten!). Anschließend die Teigplatte auf Stufe 3 mit der Nudelmaschine ausrollen – je nach Modell und individuellen Vorlieben kann weiter auf Stufe 4 ausgerollt werden (wir mögen lieber etwas dickere Ramen Nudeln).

11. Die dünne Teigplatte nochmals mit Kartoffelstärke bestäuben und mit einem Messer halbieren. Jede Teigplatte nun durch den Spaghetti-Aufsatz drehen, um schöne schmale Ramen Nudeln herzustellen. Gleich danach in etwas Stärke wenden und als Nester auf eine bemehlte Fläche (Teller oder Platte) legen, damit die Nudeln nicht zusammenkleben. Den gezeigten Prozess für die zweite Teighälfte, die sich noch in der abgedeckten Schüssel befindet, wiederholen.

12. Die selbstgemachte Ramen Nudeln sind nun fertig. Sie können direkt zu einer leckeren Ramen Nudelsuppe weiterverarbeitet werden (dazu die Nudeln in einem großen Topf für 1 bis 2 Minuten sprudelnd kochen, danach abgießen und mit kaltem Wasser gut abspülen – damit sie leichter zu schlürfen sind). Die Nudeln können aber auch für bis zu 24 Stunden flach ausgelegt und gut mit Stärke bemehlt in einem Gefrierbeutel (z.B. Ziploc-Beutel) im Kühlschrank aufbewahrt werden.