

# Glutenfreier Nudelteig

Der glutenfreie Nudelteig ist in wenigen Schritten zubereitet. Das Rezept eignet sich für viele verschiedene Nudelgerichte.

**Verfasser:** kochrezepte.at

**Arbeitszeit:** 20 min

**Ruhezeit:** 30 min

**Gesamtzeit:** 50 min



## Zutaten

250 g	glutenfreies Mehl (z.B. Schär Mehl)
50 g	Tapiokastärke (oder Kartoffelstärke)
3 Stk.	<a href="#">Eier</a> (groß)
1 TL	<a href="#">Salz</a>
0.5 TL	Flohsamenschalen (gemahlen)
2 EL	Wasser

## Zubereitung

1. Für den **glutenfreien Nudelteig** alle Zutaten vermengen und gut verkneten. Etwa 10 Minuten mit den Händen kneten bis eine geschmeidiger Teig entsteht.
2. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
3. Die Arbeitsplatte mit Mehl bestäuben und den Teig sehr dünn ausrollen. Je nach Belieben zu Nudeln, Lasagneplätter, Ravioli oder andere Nudelvarianten weiter verarbeiten.

## Tipp