



Pasta di semola di grano duro

Teigwaren aus Hartweizengrieß

Wer liebt sie nicht: leckere Pasta in allen erdenklichen Größen und Formen, mit leckerer Sauce oder Pesto?

Und doch fällt selbst dem Laien auf, dass Pasta eben nicht gleich Pasta ist. Was ist das Geheimnis der italienischen Spezialität?

- **lange Tradition:** die erste Pasta wurde bereits im 12. Jahrhundert in Sizilien hergestellt („Fäden aus Weizen“) und verbreitete sich rasch bis nach Neapel – Hochburg der Pasta-Manufakturen
- **ideale Bedingungen:** die warme Luft des Mittelmeeres eignet sich besonders gut zum Trocknen der frisch gefertigten Pasta
- **Einzigkeit:** traditionelle italienische Pasta wird nur aus Hartweizengrieß – so verlangt es das Gesetz – und Wasser hergestellt
- **in Bronzeformen gezogen:** Teflon ermöglicht es, die Produktionszeiten zu verkürzen und Teigwarendefehler aufgrund der schlechten Qualität des verwendeten Korns zu eliminieren, da der Teig glatter und gelber wird. Die komplexere Bronzedüse verlangsamt die Produktionszeit und verleiht der Pasta ein handwerkliches Aussehen – sehr klar und rau, besonders geeignet, Saucen und Gewürze zu behalten
- **lange Trocknungszeit:** je länger die Pasta trocknet, desto besser die Qualität – das Merkmal der italienischen Pasta, die bis zu 36 Stunden langsam und schonend getrocknet wird
- **Gesundheit:** Hartweizennudeln haben einen niedrigeren glykämischen Index und enthalten mehr Proteine und antioxidative Carotinoide als Weichweizennudeln
- **außen weich, innen hart:** *al dente* gekocht schmecken die Nudeln nicht nur besser, sie sind auch verträglicher, da die Aufnahme der Kohlenhydrate verlangsamt wird
- **hoher Proteingehalt:** anhand des Proteingehalts kann man die Qualität der Pasta klassifizieren



Mittlere Qualität: 10,5-12,0% (10,5-12g in der Nährwerttabelle)

Gute Qualität: 12,0-13,5% (12-13,5g in der Nährwerttabelle)

Ausgezeichnete Qualität: $\geq 13,5\%$ ($\geq 13,5\text{g}$ in der Nährwerttabelle)

- **Reinheit:** Pasta sollte eine reine, hellgelbe Farbe haben, das Vorhandensein vieler weißer oder schwarzer Punkte deutet auf eine schlechte Trocknung oder das Vorhandensein von Weichweizenmehl hin, aber auch auf mögliche Verunreinigungen wie Pflanzen- oder Insektenfragmente

