



Νούντι με βασιλικό και σάλτσα ταχίνι

1 ώρα 30 λεπτά

Χρόνος
Εκτέλεσης

4

Μερίδες

3

Βαθμός
Δυσκολίας



Μέθοδος Εκτέλεσης

- Σε μία κατσαρόλα πάνω σε μέτρια φωτιά ρίχνουμε λίγο νερό (2-3 κ.σ.) και τα 170 γρ. από τα φύλλα του βασιλικού.
- Τα μαραίνουμε ανακατεύοντας τα και τα αφαιρούμε από την κατσαρόλα βάζοντάς τα πάνω σε ένα σουρωτήρι.
- Πατάμε το βασιλικό με μια ξύλινη κουτάλα μέχρι να φύγει η εξτρά υγρασία.
- Μεταφέρουμε σε ένα μπλέντερ μαζί με τα 100 γρ. από τη ρικότα και τα χτυπάμε μέχρι να γίνει πάστα.
- Βάζουμε σε ένα μεγάλο μπολ και προσθέτουμε την υπόλοιπη ρικότα, την παρμεζάνα, τα αυγά και το αλεύρι. Ανακατεύουμε ελαφρά με ένα πιρούνι και αν το μείγμα είναι πολύ υγρό μπορούμε να προσθέσουμε λίγο αλεύρι ακόμα.
- Βάζουμε αρκετό αλεύρι πάνω στον πάγκο.
- Βάζουμε το μείγμα σε ένα κορνέ με στρογγυλή μύτη και κάνουμε γραμμές από τη ζύμη πάνω στον πάγκο. Από πάνω ρίχνουμε λίγο αλεύρι ακόμα.
- Σε ένα ταψί βάζουμε αρκετό αλεύρι.
- Κόβουμε με ένα κοφτερό μαχαίρι κομματάκια από τη ζύμη μήκους 1-2 εκ. και τα βάζουμε στο ταψάκι με το αλεύρι, κουνώντας το ταψί καλά έτσι ώστε να πάει το αλεύρι παντού.
- Μπορούμε τώρα να τα διατηρήσουμε στο ψυγείο για μία μέρα έτσι ώστε να τα βράσουμε τη στιγμή που τα θέλουμε.
- Σε μία κατσαρόλα γεμάτη με πολύ αλατισμένο νερό που βράζει ρίχνουμε λίγα-λίγα τα νούντι. Είναι έτοιμα όταν σηκωθούν στην επιφάνεια. Τότε τα αφαιρούμε από την κατσαρόλα και τα βάζουμε σε ένα ταψί με ελαιόλαδο και τα ανακινούμε για να μην κολλήσουν.
- Παράλληλα ετοιμάζουμε τη σάλτσα ανακατεύοντας τα υλικά της και προσθέτουμε αλάτι και πιπέρι αν χρειαστεί.
- Σερβίρουμε τα ζυμαρικά πάνω από τη σάλτσα, πασπαλισμένα με ξέτρα παρμεζάνα και με τα υπόλοιπα φύλλα βασιλικού.

Συστατικά

Για τα νούντι

- 200 γρ. βασιλικό, τα φύλλα του και λίγα κοτσάνια
- 250 γρ. ρικότα
- 140 γρ. παρμεζάνα
- 3 αυγά
- 80 γρ. αλεύρι γ.ο.χ., +έξτρα για το αλεύρωμα
- ελαιόλαδο, λίγο

Για τη σαλάτα

- 200 γρ. ταχίνι
- 150 γρ. νερό, από τα ζυμαρικά
- ξύσμα λεμονιού, από 1 λεμόνι
- χυμό λεμονιού, από 1 λεμόνι
- αλάτι
- πιπέρι

Διατροφικός πίνακας

Διατροφική αξία ανά 100 γρ.

286 Θερμίδες (kcal)	20.7 Λιπαρά (γρ.)	7.6 Κορ.Λίπη (γρ.)	6.7 Υδατ/κες (γρ.)
14%	30%	38%	3%
0.36 Σάκχαρα (γρ.)	17.4 Πρωτεΐνη (γρ.)	1.6 Φυτικές Ίνες (γρ.)	0.89 Αλάτι (γρ.)
0%	35%	6%	15%