



Heute gibt es Fettuccine Alfredo

Die Fettuccine Alfredo sind ein Klassiker und ganz einfach - wenn man den Trick für die Soße kennt. Unsere Köchin Verena Lugert verrät ihn. SPIEGEL 10-20

Zwei Zutaten nur ergeben eine Soße, die ihresgleichen sucht: elegant in ihrer Schlichtheit und reichhaltig beladen mit den Aromen von Parmesan und Butter, den beiden einzigen Zutaten, die es zur [weltberühmten Alfredo-Soße](#) braucht, die wirklich unglaublich einfach ist.

Erfunden wurden die Fettuccine Alfredo im Jahr 1908 vom Koch Alfredo di Lelio in seiner kleinen Trattoria in Rom. Alfredos Frau Ines war von der Geburt des gemeinsamen Sohnes Armando geschwächt, sie kam einfach nicht mehr auf die Beine, und Alfredo sorgte sich. Er ging das Problem nach der Art eines Koches an: in der Art des *mangiare in bianco*, "in Weiß essen", bereitete er seiner Frau eine, wie er sich dachte, leichte, helle Speise, wie man das damals im Krankheitsfalle in Italien tat. Man ging davon aus, dass alles Helle auch leicht verdaulich war. Alfredo machte seiner Frau eine einfache Pasta mit Butter und Parmesan – und weil er seine Frau so liebte und es ganz besonders gut meinte, gab er wirklich ordentlich Butter zu seinen Fettuccine, deren Stärke sich im Kochwasser gelöst hatte und sich zusammen mit der Butter und dem Käse zu einer wundervoll schmelzenden Emulsion verband.

Der Rest ist Küchengeschichte: Ines liebte das Gericht und war bald wieder voller Energie, Alfredo hob das Gericht auf die Karte – und als die beiden Hollywoodstars Mary Pickford und Douglas Fairbanks während ihres Honeymoons in Alfredos lauschiger Trattoria in der Via della Scrofa die in himmlischer Butterigkeit gebadeten Fettuccine Alfredo aßen, waren sie begeistert. Später erzählten sie ganz Hollywood von den Zaubernudeln, wo man sofort versuchte, die Wunderspeise aus den Erzählungen der beiden nachzukochen. Meist mit Sahne, denn keiner kannte das Geheimnis, auf dem der Soßenschmelz beruhte. Bei einem ihrer späteren Rombesuche schenkte das Glamourpaar dem inzwischen berühmt gewordenen Alfredo einen goldenen Löffel und eine goldene Gabel, mit der Aufschrift: "To Alfredo, the King of the Noodles". Und weil Alfredo nicht nur der König der Nudeln, sondern auch der Inszenierung war, bereitete er das Gericht für seine Gäste hinfort direkt am Tisch zu, mit ausgreifenden Bewegungen und opernhafem Ernst - unter Benutzung des goldenen Bestecks.



Wir kochen heute Alfredos Nudeln nach, zwar ohne goldenen Löffel, aber nach dem Originalrezept – und mit dem Trick, der die Butter und den Parmesan in das herrlich butterige Emulsionsgewand veredelt, in das sich jede Nudel hüllt.

Fettuccine Alfredo Für 4 Personen

- 400 g Fettuccine
- 180 g Parmesan, fein gerieben
- 120 g Butter

- Salz, Pfeffer
- 1. Fettuccine in Salzwasser kochen, ein Trick ist nicht allzu viel Wasser zu nehmen und einen nicht ganz so großen Topf wie sonst beim Pastakochen. Je weniger Wasser, desto höher der Stärkegehalt.
- 2. Die Hälfte der Butter in einer großen Pfanne schmelzen, die Nudeln - **ohne sie durch ein Sieb zu seihen, das Nudelwasser nicht weggießen, wir brauchen es** - direkt, tropfnass, am besten mit einer Küchenzange, in die Pfanne zu der Butter geben, die Hälfte des Parmesans darauf verteilen, vorsichtig unter Hitze alles miteinander vermengen, etwas vom stärkehaltigen Nudelwasser zugeben.
- 3. Die zweite Hälfte der Butter und des Parmesans zugeben, eventuell noch etwas heißes Nudelwasser, so lange sacht rühren und unterheben, bis die Soße ihren cremigen Schmelz erreicht hat. Salz ist wegen des Parmesans wahrscheinlich nicht mehr nötig. Mit Pfeffer würzen. Und, wer mag, mit Parmesan bestreut servieren. Lassen Sie es sich schmecken!

Anmerkung.

!! Das Nudelwasser nur ganz schwach salzen, sonst können die Fettuccine ungenießbar werden!!

Die Fettuccine sind schnell selber gemacht. 200g Tipo 0 oder 550iger Mehl + 200g Semola rimacinata...

(Hartweizenmehl doppelgriffig) mit 4 Eiern, etwas Salz und Olivenöl. Kneten, ruhen lassen und dann

mit einem 70-80cm langem 40mm Rundholz aus Piemonteser Eiche auf einem Nudelbrett aus 3cm Pinienholz 1mm dünn ausrollen. Klar?

Bestäuben, aufwickeln und mit einem 180zigfach gefaltetem Damaszenermesser in 4-6mm breite Streifen schneiden. Klar? 3-4 Minuten kochen.

Der redaktionelle Text ist von vielen Lesern sehr negativ beurteilt worden. HG11-20