



Einkorn-Spätzle

Perfekt als Beilage oder für Käsespätzle.

Menge:	Zutaten:	Zubereitung:
500 g 4 2 Prisen ca. 400 ml	Einkornvollkornmehl, zentrotan-gemahlen Eier Salz Wasser	<ul style="list-style-type: none"> • Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und mit einem Kochlöffel oder Handrührgerät zu einem zähen Spätzleteig verarbeiten. • Den Teig ca. 30 Minuten ausquellen lassen.
		<ul style="list-style-type: none"> • In der Zwischenzeit Wasser zum Kochen bringen. • Den Spätzleteig in mehreren Portionen in das kochende Wasser hobeln. • Die Spätzle sind fertig, wenn sie oben schwimmen. Dann kann man sie mit dem Schaumlöffel herausnehmen und in ein Nudelsieb zum Abtropfen geben.

Tipp:

Die Spätzle können nach dem Abseihen mit kaltem Wasser überbraust werden, damit sie nicht zusammenkleben. Zum Erwärmen reicht es aus, sie mit heißem Wasser gründlich zu überbrausen.

Man kann sie auch in Butter schwenken.



BIOHOF
Fischer-Ittlinger