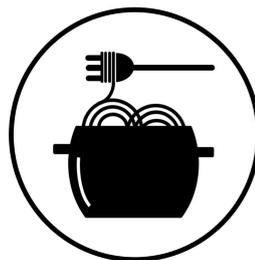


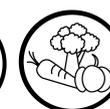
Bärlauch Kartoffel Spätzli-Teig



Vorbereitung
30 Minuten



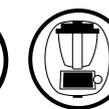
Laktose
frei



Vegi



30 Minuten
Kalt stellen



Thermomix®
geeignetes Rezept

4 Portionen
und mehr

250g Kartoffel
mehligkochend
1 EL Salz

Kartoffeln waschen, schälen und in Würfel schneiden. In Salzwasser kochen. Anschliessend das Wasser absieben, die Kartoffeln abkühlen lassen und in eine Schüssel oder in den Mixtopf vom Thermomix® (TM) umfüllen.

3 Eier
1½ dl Pflanzenmilch
100g Bärlauch

Eier, Pflanzenmilch und Bärlauch hinzufügen. Mit einem Stabmixer pürieren oder im TM 10 Sekunden auf Stufe 10 verarbeiten.

250g Mehl*
1½ TL Salz

Das Mehl dazusieben. Das Salz befügen und mit der Hand oder einem Rührgerät vermengen. Mit dem TM kannst du dies einfach auf der Knetstufe 3 Minuten kneten lassen.

Den Teig mindestens 30 Minuten ruhen lassen.

Salz

Anschliessend Salzwasser in einem grossen Topf zum Sieden bringen. Den Teig portionsweise durch ein Spätzlisieb oder durch das Passevite in das siedende Wasser drücken oder alternativ vom Spätzlibrett schaben. Die Spätzli im siedenden (nicht kochenden) Wasser garen, bis sie an die Oberfläche steigen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen und in einem Becken mit kaltem Wasser abschrecken.

Zitronenöl

Die Spätzli in Zitronenöl in einer Bratpfanne goldbraun braten und heiss servieren oder mit Rahm und Käse garnieren. Du kannst grössere Mengen zubereiten und sie einfrieren oder einige Tage im Kühlschrank aufbewahren.

