

# SPÄTZLE BASICS / GRUNDREZEPT



Mit diesem Spätzle Basic Rezept kannst du deine eigenen schwäbischen Spätzle Nudeln super einfach selber machen. Dazu werden wenige Zutaten wie Eier, Mehl und Wasser verrührt und später weiterverarbeitet. Pro 100 g Mehl wird ein Ei benötigt. Traditionell können die Nudeln mit einem Spätzle Brett geschabt werden. Es kann aber auch eine Spätzlepresse oder ein Hobel verwendet werden. Nach dem Kochen können die Spätzle entweder als Beilage zu z.B. sauren Linsen serviert oder auch zu Käsespätzle weiterverarbeitet werden. Nach Belieben kann das Grundrezept auch durch weitere Gewürze wie Kurkuma oder auch durch Kräuter verfeinert werden.



Zubereitungszeit  
**20 Minuten**



Kochzeit  
**5 Minuten**

PORTIONSRECHNER:

Portionen: 6



Du kannst Weizenmehl 405, Dinkelmehl 630 oder ein Spätzlemehl verwenden.

## TEIG

Gib das Mehl in eine große Schüssel und rühre die Eier ein. Wenn der Teig dann zu fest zum Rühren wird, gib auch das Salz und das Wasser hinzu. Rühre den Teig nun so lang bis er Blasen wirft und klümpchenfrei ist. Das dauert etwa 4-5 Minuten. Stelle den Teig etwa 30 Minuten abgedeckt zur Seite.



Dieses Basic Rezept kannst du ganz einfach abwandeln. Du kannst z.B. Kurkuma für die Farbe zugeben oder auch Kräuterspätzle herstellen. Püriere dazu pro 100 g Mehl etwa 10 g Kräuter mit der im Rezept angegebenen Menge Wasser bevor du alle Zutaten verrührst.

## TEIG:

- 600 g** Mehl
- 6** Eier
- ½ TL** Salz
- 200 g** Mineralwasser

## ZUM FERTIGSTELLEN:

- 2 EL** Butter

## SPÄTZLE ZUBEREITEN

Koche einen großen Topf mit Wasser auf und salze es. Nun gibt es verschiedene Varianten wie du Spätzle herstellen kannst.

1. Spätzlepresse: Fülle den Teig in eine Spätzlepresse und drücke den Teig in das siedende Wasser. Koche die Spätzle nun für etwa 1-2 Minuten gar. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, sind sie fertig. Nimm sie nun aus dem Wasser heraus.
2. Spätzle schaben: Feuchte das Holzbrett mit Wasser an. Gib nun etwas Teig auf das Brett und verstreiche es nach vorne hin dünn auf. Tauche nun das Brett kurz in das heiße Wasser und schabe dünne Spätzle herunter in das Wasser. Streiche den Teig immer wieder dünn nach vorne und tauche das Brett wieder in das Wasser. Koche die Spätzle nun für etwa 1-2 Minuten gar. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, sind sie fertig. Nimm sie nun aus dem Wasser heraus.
3. Spätzlehobel: Fülle den Teig in die Vorrichtung des Hobels ein und hobe den Teig in das Wasser. Koche die Spätzle nun für etwa 1-2 Minuten gar. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, sind sie fertig. Nimm sie nun aus dem Wasser heraus.

## SPÄTZLE BASICS / GRUNDREZEPT



---

### SPÄTZLE FERTIGSTELLEN

Erhitze die Butter in einer Pfanne und brate die Spätzle darin für 3-4 Minuten an.  
Schiere die Spätzle noch heiß als Beilage oder verarbeitet sie z.B. zu Käsespätzle weiter.  
Viel Spaß beim Nachmachen, eure Sally!