

Bärlauchspätzle

Mit Bärlauch verfeinert schmecken die herrlichen Spätzle überaus aromatisch und sind die perfekte Basis für delikate Bärlauch-Käsespätzle ☐

Glutenfrei, weizenfrei, maisfrei, laktosefrei, milchfrei.
Eifrei siehe Tipp am Rezeptende



Für 2 – 3 Portionen

250g (1 Packung) [„Meine liebste Mehlmischung – SPÄTZLE“ von Tanjas glutenfrei](#)

2 Eier Gr. M

100g Wasser

40 – 50g Bärlauch, frisch

1,5 TL (6g) Salz

1. Bärlauch mit 100g Wasser mixen oder pürieren. Gerne dürfen vereinzelt gröbere Bärlauch-Stücke enthalten sein, falls das Pürieren Probleme bereitet.
2. Mehlmischung, Eier, Bärlauchpüree-Wasser und Salz in eine Rührschüssel geben und mit einem Schneebesen einen klümpchenfreien Teig herstellen.
3. Den Teig bei Zimmertemperatur, abgedeckt mit einem Geschirrtuch, 30 Minuten ruhen lassen.
4. Einen großen Kochtopf mit 2 L Wasser befüllen und zum Kochen bringen.
5. Den Teig portionsweise in einen Spätzlehobel oder eine

Spätzlereibe einfüllen und in das siedende Wasser geben.

6. Binnen weniger Sekunden schwimmen die Spätzle an der Wasseroberfläche. Nun die Spätzle sofort mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen und dabei etwas abtropfen lassen.

Tipp: Bärlauchspätzle mit geriebenen Emmentaler mischen für köstliche Bärlauch-Käsespätzle.

Eifrei – Tipp: Die eifreie Zubereitung ist auf der Verpackungsrückseite notiert.



