

Maultaschen gerollt

Traditionelle Maultaschen sind mit einer Fleischmasse gefüllte Teigtaschen. Durch die „gerollte“ Herstellungsweise lassen sich die beliebten Maultaschen jedoch im Nu zubereiten!

Für dieses Rezept gibt es eine Videoanleitung:
<https://youtu.be/rTn-zhkhdPQ?pid=12405>

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei siehe Tipp,
fruktosearm siehe Tipp



Für 4 Personen (etwa 20 Stück)

Für die Füllung:

1 Scheibe glutenfreies Toastbrot (ggf. laktosefrei)

125 g Spinat, gehackt

25 g Speck, durchwachsen und klein gewürfelt

$\frac{1}{2}$ Zwiebel, gehackt Schalotte

200 g Hackfleisch, gemischt

200 g glutenfreies Kalbsbrät*, alternativ gemischtes Hackfleisch

2 Eier

1 Knoblauchzehe, gehackt

Salz, Pfeffer, Majoran, Muskatnuss

Öl zum Dünsten

Für den Nudelteig:

300 g glutenfreie Mehlmischung (ich verwende Mehl Farine von Schär)

2 Eier (Gr. L)

1 Eiweiß

1 EL Öl

$\frac{1}{2}$ TL Xanthan

$\frac{1}{2}$ TL Salz

Bei Bedarf: 30 – 60 ml Wasser

Salzwasser zum Kochen

1 Eigelb zum Bepinseln

1. Alle trockenen Zutaten für den Teig in eine Schüssel geben und mischen. Alle restlichen Zutaten zugeben und zu einem glatten Teig kneten. Je nach verwendeter Mehlmischung variiert der Wasserbedarf. Der Teig soll eine gut knetbare Textur aufweisen. In Frischhaltefolie wickeln und bei Zimmertemperatur 20 Minuten ruhen lassen.

2. Für die Füllung das Toastbrot in Wasser einweichen. Wenig Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Spinat darin weich dünsten, auskühlen lassen. Das Toastbrot ausdrücken mit allen Zutaten für die Füllung gut vermengen, kräftig mit Salz, Pfeffer, Majoran und Muskatnuss würzen.

3. Den Teig auf einer bemehlten Arbeitsfläche zu einem sehr großen und dünnen Rechteck ausrollen. Die Füllung gleichmäßig darauf verteilen und die Teigränder mit Eigelb bepinseln. Den Teig von der Längsseite her aufrollen und etwa 2 cm breite Scheiben abschneiden.

4. Die Maultaschenröllchen in siedendes Salzwasser einlegen, Hitze sofort etwas reduzieren, und 15–20 Minuten ziehen lassen. Mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen.

5. Als Hauptspeise die Maultaschen kurz in einer Pfanne mit etwas Butter braten und mit Kartoffel- oder Blattsalat servieren.

Tipp: Als Suppeneinlage reicht die halbe Rezeptmenge für vier Personen.

Milchfrei – Tipp: Bei glf Toastbrot auf Milchbestandteile achten.

Fruktosearm – Tipp: Für die Füllung die Zwiebel durch eine

Schalotte ersetzen. Knoblauch nur nach Verträglichkeit einsetzen.

*Kalbsbrät: Bitte beim Einkauf nachfragen bzw. darauf achten, dass das Produkt glutenfrei ist.



