

Schupfnudeln

Die beliebte Beilage ist auch als Fingernudeln oder Kartoffelnudeln bekannt!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, milchfrei, fruktosearm



Für 4 Personen

750g Kartoffeln, mehlig kochend

50g helle glutenfreie Mehlmischung auf Maisbasis

ODER 65g Mehlmischung auf Reis-/Kartoffelbasis

Salz

2 Eier (Gr. M)

Fett zum Ausbacken

1. Die Kartoffeln kochen, pellen und noch heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Den Kartoffelschnee auskühlen lassen.
2. Mehl, Salz und Eier zum Kartoffelschnee geben und mit den Händen rasch zu einem glatten Teig verarbeiten. Den Kartoffelteig sofort weiterverarbeiten, sonst entwickelt sich eine weiche Konsistenz!
3. Den Teig mit bemehlten Händen zu fingerlangen Nudeln formen und die Enden spitz auslaufen lassen. Anschließend in heißem Fett langsam goldbraun braten. Mit dem Schaumlöffel herausnehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Heiß servieren.

Tipp: Die Schupfnudeln können auch in kochendem Wasser

zubereitet werden. Diese Garmethode ist bekömmlicher. Hierzu einfach einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Die Schupfnudeln in das siedende Wasser einlegen und etwa 2 Minuten garen lassen, bis diese an der Oberfläche schwimmen. Anschließend mit dem Schaumlöffel herausnehmen.

Bild: Geformte Schupfnudeln vor dem Garen.

