

Eierschöberl

Eine luftig – leichte Suppeneinlage!

glutenfrei, weizenfrei, laktosefrei, fruktosearm, histaminarm
siehe Tipp



Für 4 Personen (etwa 30 Klößchen)

80g helle glutenfreie Mehlmischung auf Maisbasis. [HIER](#) gibt's Infos zu Mehlmischungen.

1/8 L heiße Milch (ggf. laktosefrei)

1 Ei

Salz

1 Prise Muskat

1 Prise Backpulver

1,5 L Brühe

Fett zum Ausbacken

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben und rasch mit der heißen Milch verrühren.
2. Alle restlichen Zutaten zum Teig geben und gut durcharbeiten.
3. Mit einem Teelöffel kleine Klößchen abstechen und in heißem Fett goldgelb ausbacken. Achtung! Das Fett sollte nicht zu heiß sein, sonst werden die Eierschöberl zu schnell dunkel! Mit einem Schaumlöffel aus dem Fett nehmen und auf einem Küchenkrepp abtropfen lassen. Die Klößchen zu heißer Brühe servieren.

Tipp: Diese Suppeneinlage lässt sich gut vorbereiten und ist auf Vorrat zum Einfrieren geeignet.

Histaminarm – Tipp: Anstatt Ei, zwei Eigelb verwenden. Weinsteinbackpulver anstatt herkömmlichem Backpulver verwenden. Gemüsebrühe ist bei Histaminunverträglichkeit bekömmlicher als Fleischbrühe.

