

SCHWÄBISCHE SPÄTZLE

🍴 REZEPT FÜR 4 PORTIONEN | ⌚ ZUBEREITUNGSZEIT: 20-30 MINUTEN

Zutaten – Teig

- 500 g Spätzlemehl
- 5 Eier (je nach Geschmack kann der Ei-Anteil auch erhöht und die Wassermenge reduziert werden)
- 300 ml Wasser
- etwas Salz
- nach Belieben weißer Pfeffer



Frische Eier aus der Region

Die Spätzle schmecken am besten mit frischen Eiern aus der Region. Das Dorfladennetzwerk Donau-Ries trägt neben vielen weiteren Direktvermarktern in der Region dazu bei, die Produzenten vor Ort zu stärken indem der Fokus in den Läden klar auf die regionalen Produkte gelegt wird.



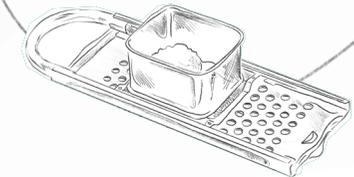
Zubereitung

1. Mehl, Eier, Wasser und Salz zu einem glatten Teig verrühren.
2. Der Teig sollte zwar eher fest, aber doch leicht fließend sein. Ist der Teig zu dünn, einfach etwas Mehl dazugeben. Andersherum dem Teig mithilfe etwas Wasser zur zähflüssigen Konsistenz verhelfen.
3. Den fertigen Teig nach und nach mithilfe eines Spätzelhobels oder einer Spätzlepresse ins kochende, leicht gesalzene Wasser hobeln, bzw. pressen.
4. Schwimmen die Spätzle nach dem Aufkochen an der Oberfläche, diese mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen, im warmen Wasser schwenken oder direkt mit kaltem Wasser abschrecken.
5. Werden die Spätzle als Beilage serviert, diese vorher kurz in Butter schwenken und in der Pfanne erhitzen.
6. Spätzle sind vielfältig einsetzbar und können sowohl als Hauptspeise, als Beilage, süß oder salzig serviert werden. Ebenso kann der Grundteig durch das Hinzufügen verschiedener Gewürze oder Zutaten leicht abgewandt und angepasst werden.



Alles Spätzle!

Früher wurde der Spätzleteig durch den dreifüßigen Seiher ins Wasser gerührt. Heute unterscheidet man zwischen Knöpfle, die mithilfe eines Spätzlehobels hergestellt werden und länglichen Spätzle, die vom Brett geschabt oder durch die Spätzlepresse gedrückt werden.



Regionale Spezialität

Schwäbische Spätzle sind seit 2012 als geschützte geografische Angabe (g.g.A.) bei der EU eingetragen und gelten als regionale Spezialität.



Einen Überblick aller Rezepte findest Du unter:

[bayerisch-schwaben.de/
kulinarisches-erbe](http://bayerisch-schwaben.de/kulinarisches-erbe)

