

BIOLOGISCH-DYNAMISCH
SEIT 1959



Kochanleitung auch als
Video auf YouTube oder
spielberger.de

Spätzle

Handgemacht schmeckt's
am besten

Spätzle-Freude für alle

Bei uns im Schwabenland, der Heimat unserer Spielberger Mühle, wäre ein Leben ohne Spätzle undenkbar. Vom Kleinkind bis zur Großmutter zaubern die leckeren Teigwaren hier jedem ein Lächeln ins Gesicht. Doch längst sind Spätzle nicht mehr nur in Süddeutschland beliebt, sondern finden Liebhaber weit über Schwaben hinaus. Kein Wunder, sind sie doch ganz einfach aus wenigen Zutaten zuzubereiten, vielfältig in verschiedensten Gerichten einsetzbar und vor allem wirklich lecker.

Ganz besondere Nudeln

Im Gegensatz zu italienischer Pasta oder klassischen Eier-Nudeln werden Spätzle aus einem weicheren Teig zubereitet und direkt in kochendes Wasser vom Brett geschabt, mit einem Spätzlehobel gehobelt oder mit der Spätzlepresse gepresst. Je nach Art der Zubereitung und der Konsistenz des Teiges entstehen dabei ganz unterschiedliche Formen – von kleinen runden „Knöpfle“ bis hin zu länglichen Spätzle.

Handgemacht schmeckt's am besten

Mehl, Eier, Wasser, eine Prise Salz und eine Portion Muskelkraft – mehr braucht es für echte, selbstgemachte Spätzle nicht. Von Hand mit einem Rührlöffel geschlagen schmeckt es am besten. Man spürt, wie sich die Zutaten nach und nach zu einem elastischen Teig verbinden und sieht, wie kleine Bläschen entstehen – dann ist der Teig perfekt.

Damit selbstgemachte Spätzle gut gelingen und einen feinen Biss bekommen, wird klassisch etwas Grieß unter das Mehl gemischt. Für unser Weizen- und Dinkel-Spätzlemehl haben wir bereits die optimale Mischung aus Mehl und feinem Grieß, dem sogenannten Dunst, ausgetüftelt. In unserer Mühle wird das Mehl aus besten Rohstoffen in Demeter-Qualität traditionell handwerklich verarbeitet und sorgfältig gemischt. Damit könnt Ihr ganz einfach echte, handgemachte Spätzle kochen. Wie das geht? Das zeigen wir Euch auf den folgenden Seiten Schritt für Schritt.

Viel Freude und Genuss wünscht

Eure Spielberger Mühle



ERGERER



Weizen-
Ätzlemehl

Spätzle, Schritt für Schritt

Gelingt mit Dinkel- oder Weizen-Spätzlemehl



Zutaten für 4 Portionen

400 g Spätzlemehl

5 Eier

1 Prise Salz

100 ml lauwarmes Wasser

frisch geriebene
Muskatnuss

1-2 EL Butter zum
Schwenken der fertigen
Spätzle

Für die Zubereitung folgt Ihr der Schritt für Schritt-Anleitung auf den nächsten Seiten und lernt perfekte Spätzle zu kochen, wie ein schwäbischer Meisterkoch. Auch als Video auf [spielberger.de](https://www.spielberger.de)

1



Mehl, Eier, lauwarmes Wasser, eine Prise Salz und etwas frisch geriebene Muskatnuss zusammen in eine Schüssel geben.

2



Den Teig mit einem Kochlöffel gründlich rühren und schlagen, bis er Blasen wirft. Danach den Teig ca. 30 Minuten ruhen lassen.

3



Der Teig sollte eine zähe Konsistenz haben. Falls nötig, noch etwas Wasser zugeben.

4



In einem 3-5 Liter-Topf Wasser zum Kochen bringen und 2 TL Salz hinein geben. Den Spätzlehobel oben auf den Rand des Topfes legen.

5



Die Teigkammer mit Teig füllen und dann langsam auf dem Hobel hin und her schieben, so dass der Teig ins kochende Wasser fällt. Je fester der Teig, desto kürzer die Spätzle.

6



Sobald die Spätzle im Topf oben aufschwimmen, mit einem Schaumlöffel oder ähnlichem abschöpfen und abtropfen lassen. In eine Schüssel geben und mit etwas Butter vermischen.

Echte Käsespätzle

Gelingt mit Dinkel- oder Weizen-Spätzlemehl



Zutaten für 4 Portionen

Für den Spätzleteig

400 g Spätzlemehl
5 Eier
1 Prise Salz
100 ml lauwarmes Wasser
frisch geriebene
Muskatnuss

Für die Käsespätzle

400 g würziger Bergkäse
2 EL Butter
1 große Zwiebel für
Zwiebelringe

Zubereitung

Den Spätzleteig nach dem Grundrezept auf den Seiten 3-5 zubereiten und mindestens 30 Minuten ruhen lassen. Währenddessen eine Auflaufform mit Butter einfetten und den Käse reiben.

Nun einen Teil des Teiges in das kochende Wasser hobeln (siehe Schritt für Schritt-Anleitung). Sobald die Spätzle an der Oberfläche schwimmen, mit dem Schaumlöffel herausheben, kurz abtropfen lassen und in der gefetteten Auflaufform gleichmäßig verteilen. Einen Teil des Käses darüber streuen. Jetzt die zweite Portion Spätzle kochen, herausheben, auf die erste Spätzleschicht geben und wieder mit Käse bestreuen. So füllst Du Schicht für Schicht die Auflaufform. Die letzte Schicht sollte Käse sein.

Den fertigen Auflauf im Backofen auf mittlerer Schiene bei 180 °C Ober-/ Unterhitze für 20–30 Minuten überbacken, bis der Käse geschmolzen ist und sich eine leichte goldene Bräune zeigt.

In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne 1 EL Butter schmelzen lassen und die Zwiebelringe darin anbraten. Dabei darauf achten, dass die Butter nicht zu heiß wird, denn sonst wird sie bitter. Die Zwiebeln leicht salzen und auf den fertigen Käsespätzle verteilen.

Dazu passt ein frischer, grüner Salat.

Grüne Spätzle mit Nuss-Zwiebel-Schmelze

Gelingt mit Dinkel- oder Weizen-Spätzlemehl



Zutaten für 4 Portionen

Für die grünen Spätzle

40 g Babyleaf-Spinat
100 ml Mineralwasser
mit Kohlensäure
420 g Spätzlemehl
6 Eier
1 TL Salz
1 EL Öl

Nuss-Zwiebel-Schmelze

20 g Haselnusskerne
200 g rote Zwiebeln
4 Stiele Salbei
100 g Butter
3 EL Rotwein
1 TL Rohrohrzucker
120 g Berkäse oder
Parmesan

Zubereitung

Für die Spätzle Spinat waschen und gut abtropfen lassen. In kochendem Salzwasser 5 Sekunden blanchieren, in ein Sieb abgießen, abschrecken und gut abtropfen lassen. Gründlich ausdrücken. Spinat mit Mineralwasser im Rührbecher sehr fein pürieren.

Mehl, Eier, 1 TL Salz und Spinat-Mineralwasser mischen. Den Teig mit der Hand oder dem Kochlöffel schlagen, bis er Blasen wirft. 10 Minuten ruhen lassen. Der Teig sollte zähflüssig sein.

Den Teig portionsweise durch einen Spätzlehobel in kochendes Salzwasser hobeln und einmal aufkochen lassen. Mit einer Schaumkelle herausnehmen, abschrecken, im Sieb gut abtropfen und abkühlen lassen. Spätzle mit neutralem Öl mischen und in einer Schale abgedeckt kalt stellen.

Für die Schmelze die Haselnüsse mittelfein hacken, die Zwiebeln schälen und achteln. Den Salbei waschen, trocken schleudern, Blätter von den Stielen abzupfen und fein schneiden. Die Butter in einem Topf zerlassen. Zwiebeln, Rotwein und Zucker zugeben, bei milder bis mittlerer Hitze unter Rühren ca. 10 Minuten garen. Die Zwiebeln sollten noch leichten Biss haben. Salbei und Haselnüsse unterrühren, mit Salz und Pfeffer würzen.

Die fertigen Spätzle mit der Schmelze mischen und kurz erhitzen. Jede Portion mit geriebenem Bergkäse oder Parmesan bestreuen.

Leberspätzle

Gelingt mit Dinkel- oder Weizen-Spätzlemehl



Zutaten für 4 Portionen

150 g Schweineleber

150 g Spätzlemehl

2 Eier

Salz, Pfeffer, Muskatnuss

1 mittelgroße Zwiebel

1/2 Bund Petersilie

2 EL Butter

Zubereitung

Die Schweineleber fein hacken, dann in einer Schüssel gründlich mit dem Spätzlemehl vermischen. Die Eier dazugeben und mit einem Kochlöffel zu einer glatten Masse verrühren. Mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss kräftig abschmecken.

In einem Topf Wasser zum Kochen bringen und den Spätzleteig portionsweise mit dem Spätzlehobel in das kochende Wasser hobeln. Darin 2 - 3 Minuten köcheln lassen. Wenn sie an die Oberfläche steigen, mit einem Schaumlöffel herausnehmen und in kaltem Wasser kurz abschrecken. Herausnehmen, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben.

Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Die Petersilie waschen, trockenschütteln und in feine Streifen schneiden.

In einer Pfanne bei mittlerer Hitze die Butter schmelzen lassen und die Zwiebeln darin langsam goldbraun anbraten. Die Leber-spätzle dazu geben und unter die Zwiebeln rühren, bis alles schön gebräunt ist. Die Petersilie dazu geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Mehr als Spätzle

Mit unseren Spätzlemehlen könnt Ihr mehr als erstklassige Spätzle zaubern, denn es gelingen auch elastische Strudelteige, leckere und lockere Hefezöpfe, italienische Pasta, deutsche Bandnudeln und knusprige Pizzaböden.

Auf den nächsten Seiten stellen wir Euch zwei Basisteige dazu vor.





Nudelteig

Gelingt mit Dinkel- oder Weizen-Spätzlemehl

Zutaten für 4 Portionen

325 g Spätzlemehl

3 Eier

1 TL Salz

2-3 El Öl

lauwarmes Wasser

Mehl für die Arbeitsfläche

Zubereitung

Das Spätzlemehl in eine Rührschüssel sieben und mit dem Salz, Eiern, Öl und 2 bis 3 EL lauwarmem Wasser zu einem mittelfesten Teig verkneten.

Der Teig soll nicht an den Fingern kleben. Bei Bedarf noch etwas Mehl unterkneten bis die richtige Konsistenz erreicht ist.

Den Teig luftdicht abdecken und 1 Stunde kühl ruhen lassen.

Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben, den Teig halbieren und dünn ausrollen. Die Teigplatten 10 Minuten trocknen lassen und mit Mehl bestäuben.

Die Teigplatten in Streifen schneiden und in sprudelnd kochendem Salzwasser 3 Minuten bissfest kochen. Durch ein Sieb abgießen und in einer Schüssel mit etwas Öl mischen.

Tipp

Dieser Teig eignet sich auch für die Verarbeitung mit einer Nudelmaschine.

Sollen die Nudeln nicht direkt verwendet werden, können sie auch getrocknet und aufbewahrt werden. Dafür die geschnittenen Nudeln auf bemehlte Küchentücher oder Kuchengitter verteilen und bei Zimmertemperatur für mindestens 6-10 Stunden (je nach Dicke der Nudeln) trocknen lassen.

Dunkel, kühl und luftdicht verschlossen ist selbstgetrocknete Pasta rund 2-3 Monate haltbar. Getrocknete Nudeln benötigen beim Kochen rund 5-7 Minuten.



Pizzateig

Gelingt mit Dinkel- oder Weizen-Spätzlemehl

Zutaten für 4 Portionen

400 g Spätzlemehl

10 g frische Hefe

1 TL Salz

10 ml Öl

ca. 150-200 ml
lauwarmes Wasser

Mehl für die Arbeitsfläche

Zubereitung

Alle Zutaten zu einem glatten Teig verkneten und luftdicht zugedeckt an einem warmen Ort 3-4 Stunden gehen lassen. Die Arbeitsfläche mit Mehl bestäuben, den Teig nochmals kräftig durchkneten und langsam dünn auf Backblechgröße ausrollen. Lieber langsam und mit wenig Druck mit dem Nudelholz arbeiten, damit der Teig luftig und locker bleibt.

Den Backofen auf 250 °C Ober- / Unterhitze vorheizen.

Den Teig auf das bemehlte Backblech legen.

Ein einfacher Belag lässt sich aus Tomatenpassata herstellen: Dafür ca. 100 ml Tomatenpassata mit Salz, Pfeffer und Oregano (getrocknet oder frisch zerkleinert) mischen und auf den Teig streichen.

Nun entweder mit etwas geriebenem Käse bestreuen oder noch andere Zutaten darauf legen und dann geriebenen Käse darüber.

Auf der untersten Schiene ungefähr 15 Minuten backen.

Der Sinn der Sache.

Spielberger GmbH
Burgermühle 1
D-74336 Brackenheim

0 71 35/98 15 -51
info@spielberger-muehle.de

www.spielberger.de



Aus Verantwortung für
Umwelt und Klima.

100% Recyclingpapier.



Gutes Einkaufen für eine
bessere Welt. Im Bioladen.
100% Bio. Voll Öko
ökostattego.de



print-pool.com

Umweltfreundlich gedruckt:
Klimaneutral produziert mit

Biodruckfarben und Recyclingpapier.

www.spielberger.de

