

Saftige Spinatspätzle

Das Rezept für die saftigen Spinatspätzle besteht aus preisgünstigen Zutaten. Auf dem Bild ist das leckere Gericht mit gerösteten Zwiebelringen garniert.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 10 min

Ruhezeit: 15 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

120 g	Spinat (tiefgekühlten)
160 ml	Wasser
350 g	Mehl
3 Stk.	Eier
1 TL	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Muskat
	Zwiebel (zum Garnieren)

Zubereitung

1. Für die saftigen Spinatspätzle zu Beginn den Spinat auftauen lassen. In eine Schüssel füllen, die Hälfte des Wassers zufügen und mit dem Stabmixer fein pürieren (oder gleich passierten Spinat verwenden, ebenfalls TK-Ware).
2. Mehl in eine große Rührschüssel füllen. Passierten Spinat, restliches Wasser, Eier, Pfeffer, Salz und Muskat. Alles mit dem Rührgerät gut durchschlagen, bis eine homogene Masse entsteht und Blasen wirft. Den Spätzleteig 15 Minuten ruhen lassen.
3. Einen großen Kochtopf mit reichlich Salzwasser aufkochen und den Teig mit einem Spätzlesieb oder Schaber nach und nach in das Wasser gleiten lassen. Nach etwa 2 bis 3 Minuten schwimmen die Spätzle an der Oberfläche, dann sind sie fertig. Mit einem Schaumlöffel oder Sieb herausheben und kurz abtropfen lassen.

Tipp

Die saftigen Spinatspätzle kann man als Beilage zu Fleisch servieren. Sie schmecken aber auch als Hauptgericht, zum Beispiel mit einer Käse-Sahne-Sauce.