

Kochen

Timo Böckle

Mittwoch, den 02.02.2022

Gaisburger Marsch mit Spätzle

Für 4 Personen

Zubereitung

Für die Spätzle

8 Eier (Größe M)
2 EL Mineralwasser, ca.
etwas Salz
200 g Weizenmehl
100 g Vollkorn-Dinkelmehl

Für den Eintopf

400 g Kartoffeln, festkochend
250 g Karotten, bunt, gerne 2-3 Sorten,
z. B. Urkarotten oder Karotten mit Grün
200 g Steckrübe
150 g Knollensellerie
1 Liter Wasser
40 g Gemüsebrühepulver, z. B. "KochEin-Gemüsebrühe" oder anderes
Gemüsebrühenpulver
150 g Frühlingslauch
2 EL Röstzwiebeln



Zubereitung

1. **Für die Spätzle** Eier und Mineralwasser in einer großen Schüssel kräftig verrühren.
2. Anschließend Salz und Mehle zufügen und von Hand kräftig verrühren und schlagen, bis die gewünschte, zähflüssige Konsistenz erreicht ist.
3. Den Teig auf ein angefeuchtetes Spätzlebrett oder in eine Presse geben und in siedendes Salzwasser schaben.
4. Steigen die Spätzle an die Wasseroberfläche sind sie gar.
5. Spätzle herausheben und abtropfen lassen. Eine Schüssel mit leicht gesalzenem, kaltem Wasser füllen und die Spätzle hineingeben.
6. **Für den Eintopf** Kartoffeln, Karotten, Steckrübe und Sellerie putzen bzw. schälen, abbrausen und in gleichmäßig große Stücke schneiden.
7. Wasser und Brühepulver in einem großen Topf mischen und zum Kochen bringen.
8. Temperatur herunterschalten. Ein Sieb oder Durchschlag in die siedende Brühe hängen. Darin das Gemüse und die Kartoffeln bissfest garen.
9. Gemüse und Kartoffeln jeweils herausnehmen, mit kaltem Wasser abschrecken, abdecken und kaltstellen.
10. Gemüsebrühe mit Salz und Pfeffer würzen. Dann das vorbereitete Gemüse wieder zufügen und weitere ca. 3-4 Minuten köcheln, bis das Gemüse die gewünschte Konsistenz hat.
11. Spätzle ebenfalls zufügen und erhitzen.
12. Frühlingslauch abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
13. Gaisburger Marsch erneut abschmecken. Mit Frühlingslauch und Röstzwiebeln anrichten und servieren.

Timos Tipp: Den Spätzleteig schlagen, bis er Blasen wirft, bzw. bis sich das Klebereiweiß ordentlich entfaltet hat. Der Teig kann auch durch eine Spätzlepresse gedrückt werden.