



Allgäuer Käsespätzle

Ein echtes Traditionsgericht aus Süddeutschland



Portionen
4



Zubereitungszeit
60 Minuten



Schwierigkeitsgrad
Mittel

ZUTATEN

Für den Teig:

- 350 g Spätzle-Mehl
(Weizendunst)
- 6 Eier (M)
- 75 ml lauwarmes Wasser
- Salz

Für die Füllung:

- 400 g Zwiebeln
- 50 g Butterschmalz
- 1 Packung Hochland
Sandwich Scheiben mit
Emmentaler
- 1 EL Butter
- 1 Bund Schnittlauch

ZUBEREITUNG

1. Das Mehl in eine Schüssel sieben und mit Eiern, Wasser und Salz zu einem Teig verrühren. Mit einem Kochlöffel so lange schlagen, bis er Blasen wirft, dann 20 Minuten ruhen lassen.
2. Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden. Dann im Butterschmalz etwa 10 Minuten goldbraun braten, dabei gleich salzen und oft umrühren. Hochland Sandwich Scheiben in Streifen schneiden.
3. Den Backofen auf 240 Grad vorheizen (Umluft 220 Grad). Den Teig durch einen Spätzlehobel oder eine Spätzlepresse (siehe Tipp) in sprudelnd kochendes, gesalzenes Wasser drücken. Spätzle simmern lassen, bis sie an die Oberfläche steigen.
4. Die jeweils fertigen Spätzle aus dem Wasser heben, auf dem Sieblöffel kurz abtropfen lassen und direkt in eine leicht gebutterte Auflaufform geben. Mit zwei Löffeln Zwiebeln und etwas Käse bestreuen. Wiederholen, bis alle Spätzle in der Form sind. Dabei etwa ein Drittel vom Käse aufbewahren und zuletzt über die Spätzle streuen. Restliche Butter in Flöckchen auf den Spätzle verteilen.
5. Auf der mittleren Schiene im Ofen 5-6 Minuten überbacken, bis der Käse zerläuft und die Spätzle durch und durch heiß sind. Schnittlauch fein schneiden, Käsespätzle damit bestreuen und servieren.



Tipp

Die Spätzlepresse ähnelt einer Kartoffelpresse, die man stattdessen auch verwenden kann. Man kann auch einen Spätzlehobel benutzen, um die Spätzle zu formen. Dafür wird der Spätzlehobel auf einen passenden Topf mit kochendem Wasser gesetzt und mit Teig gefüllt. Wenn man dann den Hobel hin und her schiebt fallen die sogenannten „Knöpfe“ ins Wasser. Ein Spätzlesieb funktioniert ganz ähnlich.

Eine Portion enthält im Durchschnitt

Brennwert: 3355 kJ (802,6 kcal)

Kohlenhydrate: 73,9 g

Fett: 41,6 g

Eiweiß: 31,9 g