

Rezept des Monats – Februar 2018

Linsen mit Spätzle und Saitenwurstchen



Zubereitung:

Die Linsen ca. 4 Stunden in reichlich Wasser einweichen, dann abschütten. In der Zwischenzeit für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte des Mehlbergs eine Mulde drücken, Eier aufschlagen und diese, sowie eine Prise Salz dazugeben. Alles mit einem Kochlöffel vermengen, nach und nach so viel Wasser hinzugeben und so lange schlagen, bis ein glatter Teig entstanden ist (oder der Teig blasen wirft). Wasser mit Kohlensäure macht den Teig lockerer. Die Teigschüssel mit einer Klarsichtfolie verschließen und den Teig eine halbe Stunde ruhen lassen.

Sellerie, Lauch und die Möhre putzen und sehr fein würfeln, Zwiebel schälen und fein schneiden. In einem Topf 1 EL Butterschmalz erhitzen, die Zwiebel darin anschwitzen, eingeweichte Linsen zugeben und Brühe auffüllen (Tipp: einen Schluck Rotwein hinzufügen). Die Kartoffel schälen, fein reiben und zugeben (dient zur Bindung, da eine Kartoffel immer viel Stärke enthält). Alles aufkochen und ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen, dann Thymian und das Suppengemüse zugeben. Ca. 15 Minuten köcheln, dann mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Die Saitenwurstchen dazugeben, damit sie warm werden.

Für die Spätzle einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Den Spätzleteig mit einer Spätzlepresse in das kochende Wasser hineinpressen oder ein Spätzlebrett kurz ins kochende Wasser tauchen, darauf ca. 2 EL Teig streichen. Den Teig mit einem ebenfalls feuchten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben. Wenn die Spätzle gar sind, steigen sie nach oben. Mit einem Sieblöffel die Spätzle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist. Spätzle mit Butter kurz in einer Pfanne schwenken.

Spätzle mit den Linsen und Wurstchen anrichten – und den schwäbischen Klassiker genießen!

Zutaten für 4 Personen:

200 g	Berglinsen oder kleine Alblinsen
200 g	Mehl
2-3	Eier
100 ml	Wasser mit Kohlensäure
etwas	Salz
100 g	Sellerieknolle, Möhre, Lauch
1	Zwiebel
1	EL Butterschmalz
500 ml	Gemüsebrühe
1	Kartoffel, mehlig kochend
2	Zweige Thymian
etwas	Pfeffer aus der Mühle
2 EL	Essig
2 EL	Butter
4 Paar	Saiten (Wiener Wurstchen)

Alle Rezepte unter:
www.seezeit.com/rezept-des-monats

