

Schwäbische Käsespätzle mit Zwiebeln und Feldsalat

Zutaten für die Spätzle (für 3 Personen):

- 375 g Dinkeldunst
- 3 Eier
- 200 ml Mineralwasser
- 200 g Emmentaler
- 40 g Butter
- 40 g Butterschmalz
- Öl
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 2 Zwiebeln
- 1 Zweig Petersilie

Eier aufschlagen und mit Dinkeldunst und etwas Salz verrühren. Mineralwasser dazugeben, bis der Teig zähflüssig ist. Den Teig solange schlagen, bis er Blasen wirft. Kurz ruhen lassen.

Mit Spätzlebrett und -schaber vom Teig Spätzle in kochendes Salzwasser schaben und garen, bis sie oben schwimmen. Herausnehmen und kurz in kaltes Wasser tauchen. Butter in einer Pfanne oder in einem Topf schmelzen und die Spätzle hineingeben. Den Käse reiben und darüber zerlaufen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen.

Die Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. In einer Pfanne mit Öl rösten. Herausnehmen.

Die Petersilie abbrausen, trocken schleudern und in dem restlichen Fett der Pfanne frittieren.

Spätzle auf Tellern anrichten und darauf die gerösteten Zwiebeln und die frittierte Petersilie drapieren.

Zutaten für den Salat:

- 200 g Feldsalat
- 1 TL Meerrettich
- 5 g Preiselbeerkompott
- 2 Orangen
- 1 Zweig Petersilie
- 10 ml Olivenöl
- 10 ml dunkler Balsamico-Essig
- 5 g Senf
- Salz

Feldsalat waschen und trocken tupfen. Orangen auspressen. Olivenöl, Essig, Senf, Meerrettich, Preiselbeerkompott und Orangensaft vermengen und mit Salz würzen. Die Petersilie abzupfen, waschen, trocknen und grob hacken. Das Dressing mit dem Feldsalat mischen und mit der Petersilie bestreuen.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 03.08.2022

Koch/Köchin: Sabine Fröhlich

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen