

## Nussspätzli mit Wachteleiern

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.  
Quellen lassen: ca. 30 Min.

**50g gemahlene Haselnüsse**

**250g Ruchmehl**

**1 TL Salz**

**1½ dl Milchwasser**  
(½ Milch / ½ Wasser)

**3 frische Eier**

**1 EL Haselnussöl**

**Salzwasser, siedend**

**30g Haselnüsse**

**2 EL Bratbutter**

**500g Cherry-Tomaten,**  
halbiert

**½ TL Salz, wenig Pfeffer**

**Bratbutter zum Braten**

**12 Wachteleier**

**2 Prisen Salz**

- 1. Spätzli im Spätzli-Blitz zubereiten (siehe Seite 20) oder:** Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, auskühlen. Nüsse, Mehl und Salz in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Milchwasser, Eier und Öl verrühren, nach und nach unter Rühren in die

Mulde giessen, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen.

- 2.** Teig portionenweise durchs Knöpflesieb ins leicht siedende Salzwasser streichen. Spätzli ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen.
- 3.** Nüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, herausnehmen, grob hacken. Bratbutter in derselben Pfanne heiss werden lassen. Spätzli begeben, goldgelb braten. Tomaten kurz mitbraten, würzen, Nüsse darüberstreuen.
- 4.** Wenig Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Eier nacheinander aufschlagen, hineingleiten lassen, bei kleiner Hitze ca. 1 Min. braten, salzen. Spiegeler auf den Spätzli anrichten.

**Portion:** 628kcal, E 25g, Kh 53g, F 35g  
**VEGI**



## Spätzli mit Speck und Pilzen

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.  
Quellen lassen: ca. 30 Min.

**300g Mehl**

**1 Bio-Zitrone,** nur ½  
abgeriebene Schale

**¼ TL Muskat**

**1 TL Salz**

**1½ dl Milchwasser**  
(½ Milch / ½ Wasser)

**3 frische Eier**

**Salzwasser, siedend**

**2 EL Bratbutter**

**300g Steinpilze,** in Scheiben

**½ TL Salz, wenig Pfeffer**

**2 rote Zwiebeln,** in feinen  
Streifen

**150g Speckwürfeli**

**2 EL Zitronenthymian,** fein  
geschnitten

**2 EL Majoran,** fein geschnitten

- 1. Spätzli im Spätzli-Blitz (siehe Seite 20) zubereiten oder:** Mehl, Zitronenschale, Muskat und Salz in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Milchwasser und Eier verrühren, nach und nach unter Rühren in die Mulde giessen, mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. quellen lassen.
- 2.** Teig portionenweise durchs Knöpflesieb ins leicht siedende Salzwasser streichen. Spätzli ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen.
- 3.** Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Pilze ca. 3 Min. braten, herausnehmen, würzen. Zwiebeln und Speckwürfeli ca. 3 Min. braten, Spätzli begeben, kurz mitbraten, Kräuter und Pilze daruntermischen.

**Portion:** 538kcal, E 24g, Kh 58g, F 23g

