



## Bärlauch-Käsespätzle

### Zutaten für 4 Personen:

320 g Weizenmehl Typ 405  
80 g Weichweizengrieß  
40 g Bärlauch  
80 ml Sprudelwasser  
4 Eier  
2 EL Magerquark  
1,5 TL Salz  
Muskat / Pfeffer  
100 g Bergkäse  
200 g Emmentaler  
150 ml Sahne  
4 Zwiebeln  
Butter zum Anbraten

### Zubereitung:

Den Bärlauch mit den Eiern und dem Sprudelwasser pürieren. Mehl, Grieß, Magerquark, 1,5 TL Salz, etwas Muskat und Pfeffer in eine Rührschüssel geben und das Bärlauch-Eiergemisch mit den Knethaken des Handrührgerätes untermengen. Den Teig für ca. 3 Min. schlagen und anschließend für ca. 30 Min. ruhen lassen.

Zwischenzeitlich die Zwiebeln in feine Ringe schneiden und in reichlich Butter bräunen. Den Käse fein reiben.

Die Spätzle nun durch die Presse in reichlich Salzwasser drücken (oder durch ein Sieb streichen) und abschöpfen sobald diese oben schwimmen, kurz in kaltes Wasser tauchen.

Zwiebeln aus der Pfanne nehmen und die Spätzle darin in gut 3 EL Butter leicht bräunen. Die Sahne und den Käse zugeben und schmelzen lassen. Die Bärlauch-Käsespätzle mit den Zwiebeln servieren.

### Hinweis:

Ein kurzes Tauchbad in kaltem Wasser verhindert das zusammenkleben der Spätzle.

Reinige deine Spätzle-Utensilien beim Spülen vorab mit kaltem Wasser, so löst sich der Teig besser.



*Guten Appetit und gutes Gelingen wünscht LelaLecker eure Küchenfee aus Hohenlohe!*

[www.lelalecker.de](http://www.lelalecker.de)