



Brennnessel-Spätzle

🕒 30 - 40 Minuten

ZUTATEN

100 g Brennnesseln
400 g Mehl
4 Eier
1 TL Salz
ca. 200 ml Wasser
Salz für das Wasser

SO FUNKTIONIERT'S

1. Brennnesseln waschen, etwas trocken schütteln und klein schneiden
2. Mehl, Eier und Salz in eine Schüssel geben
3. Nach und nach das Wasser unterrühren (mit den Knetbacken des Handrührgeräts oder mit einem Holzlöffel)
4. Den Teig so lange schlagen bis er Blasen schlägt und zähflüssig ist
5. Die Brennnesseln unter den Teig rühren
6. Den Teig mindestens 15 Min. ruhen lassen
7. In einem großen Topf Wasser mit reichlich Salz zum Kochen bringen
8. Spätzle ins Wasser schaben
9. Wasser sollte jetzt nur noch maximal leicht köcheln - sobald die Spätzle fertig sind und oben schwimmen, abschöpfen

TIPP

Es gibt extra Spätzlemehl, mit dem die Spätzle noch besser schmecken.