



## REZEPT

# Bio-Wachteleier-Spätzle mit Kohlrabi



### ZUTATEN

#### Spätzle:

500g Spätzlemehl oder gemahlene

Hartweizen

8 Bio-Wachteleier

1 ½ TL Salz

350ml Wasser

#### Gemüse:

2 Kohlrabi (ca. 800–1000g)

ca. 600ml Wasser

½ TL Salz

30g (Vollkorn-)Weizenmehl

150ml Gemüsebrühe

250ml Kohlrabi-Kochwasser

Muskat

weißer Pfeffer

Delikata-Gewürzmischung

1–2 EL Zitronensaft

50ml Sahne  
(oder nach Bedarf mehr)

1 TL Butter

Petersilie

### ZUBEREITUNG

Mehl, Salz, und aufgeschlagene Bio-Wachteleier in einer Schüssel zusammenrühren. Wasser nach und nach einrühren bis ein zäher Teig entsteht. Diesen mit der Küchenmaschine oder von Hand kräftig schlagen. Dann mindestens eine halbe Stunde ruhen lassen.

In einem großen Topf Wasser zum Sieden bringen und salzen. Den Teig portionsweise durch eine Spätzlepresse oder einen -hobel in das kochende Salzwasser drücken. Aufkochen und garen bis die Spätzle nach oben steigen. Dann mit einer Schaumkelle herausnehmen, kurz in kaltes Wasser legen, abgießen und warm stellen. (Die erste Portion probieren, ob genügend Salz im Wasser ist, dann eventuell nachsalzen.)

Für die Gemüesoße die Kohlrabi fein hobeln und in Salzwasser ca. 10 Minuten fast weich kochen; abgießen und das Kochwasser auffangen.

Mehl in Gemüsebrühe anrühren. (Am besten in ein Schraubglas geben, mit kalter Gemüsebrühe übergießen und kräftig schütteln.) Etwa 300ml Kochwasser erhitzen und das Mehl-Gemüsebrühe-Gemisch mit dem Schneebesen in die kochende Flüssigkeit einrühren. Mit Muskat, Pfeffer, Delikata würzen. 5 bis 10 Minuten köcheln lassen. Mit Zitronensaft und evtl. noch ein bisschen Salz abschmecken. Sahne und Butter unterrühren. Die gehobelten Kohlrabi in die Soße geben und etwas ziehen lassen. Mit Petersilie bestreuen.



**BIO-WACHTELEIER-SPÄTZLE MIT KOHLRABI**

Weitere Rezepte unter  
[www.bio-wachtelfarm.de](http://www.bio-wachtelfarm.de)