

# Emmer-Spätzle

## Zutaten:

500g AGRILUNA- Emmervollwertmehl

5 Eier

2Eßl. AGRILUNA-Rapsöl

1TL Salz

Ca. 300- 330ml Milch (je nach Konsistenz des Teiges)

Wasser und Salz zum Kochen

Etwas Butter oder Rapsöl

## Zubereitung:

Alle flüssigen Zutaten in eine Schüssel/oder Mixtopf geben und kurz mixen.

Salz und Emmermehl dazu und zu einem geschmeidigen Teig verrühren. Je nach dem, ob man die Spätzle schabt, oder mit der Spätzle-Presse durchdrückt, muss die Milchmenge angepasst werden. Probieren geht über Studieren! (-;

Wasser salzen und zum Kochen bringen.

Anschließend den Teig portionsweise in die Spätzle-Presse geben und in das siedende Wasser pressen. Wichtig! Das Wasser soll nicht mehr kochen, sondern siedeln.

Sobald die Spätzle an die Oberfläche kommen, werden sie abgeschöpft und in ein Nudelsieb gegeben. So wird der ganze Teig verarbeitet. Zum Schluss kann man noch ein bisschen Butter oder Rapsöl zu den fertigen Spätzlen dazugeben und vermischen, damit sie nicht zu stark zusammenkleben.

Guten Appetit!

