

## Kochen

Melina Ebert

Montag, 29.04.2024

Linsen mit Spätzle

Für 4 Personen

### Zutaten

#### Für die Spätzle:

500g Weizenmehl (Typ 1050)  
6 Eier  
Wasser nach Bedarf  
Salz, Muskat

#### Für das Linsengemüse:

2 Zwiebeln  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Rapsöl  
300 g Berglinsen (kleine braune Linsen)  
800-900 ml Gemüsebrühe  
300 g Karotten  
3-4 Stangen Staudensellerie  
Salz, Pfeffer  
2 TL Senf oder 2 EL Tomatenmark  
½ Bund glatte Petersilie, gehackt

### Zubereitung:

1. Aus Mehl, Eiern, Wasser und Gewürzen einen dickflüssigen, glatten Teig herstellen und 30 Minuten quellen lassen.
2. Für das Linsengemüse Zwiebeln und Knoblauch schälen und in feine Würfel schneiden. In Rapsöl andünsten, die Linsen dazugeben, mit Brühe auffüllen und ca. 40-45 Minuten garen.
3. Karotten und Sellerie putzen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Zu den Linsen geben und mitgaren.
4. In der Zwischenzeit Salzwasser aufkochen. Portionsweise den Spätzleteig mit der Spätzlepresse ins Wasser drücken. Wenn die Spätzle hochsteigen, mit einem Schaumlöffel herausheben. Warm halten! Fortfahren bis der Teig aufgebraucht ist.
5. Die Linsen zum Schluss mit Salz, Pfeffer und Senf würzen und mit der gewaschenen, fein geschnittenen Petersilie bestreuen.

**Tipp:** Wenn es schnell gehen muss, Spätzle als Trockenprodukt verwenden.