

## Liebe Köch\*innen,

das Rezept für die Spätzle stammt noch aus meiner Lehre zum Koch. Manche Dinge muss man einfach nicht ändern, weil sie, so wie sie sind, einfach perfekt sind. Auf ein Kilogramm Weizenmehl kommen 19 normalgroße Eier. Bei Dinkelmehl drei mehr.

Weil Wirsing gerade erntefrisch vom Acker kommt und ich finde, dass sich Kohl und Röstaromen super verstehen, gab es dazu Wirsing aus dem Ofen. So kann man sich auf die Spätzle konzentrieren und am Ende den gerösteten Wirsing unterheben. Frische Tomaten spielen noch etwas Feuchtigkeit und Frische zu und runden die Sache schön ab. Sollte noch Käse im Kühlschrank sein, kann der natürlich auch mit rein. Dazu passt ein kleiner Salat!

Viel Spaß beim Nachkochen!  
Stefan Herbolzheimer



## Zutaten

Für 4 hungrige Menschen

- 200 g Dinkelmehl 630er
- 5 Eier
- 1 kleiner Kopf Wirsing
- 150 g Kirschtomaten
- 1 große Zwiebel
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 50 g Butter
- Salz
- Muskat
- Gewürzmischung nach Wahl (z.B. Wurdis Gyrosgewürz)

## Zubereitung

Für die Spätzle die Eier verquirlen und zum Dinkelmehl geben. Mit je einer Prise Salz und Muskat würzen. Per Hand mit einem Holzlöffel oder in der Küchenmaschine mit Knethaken so lange schlagen, bis der Teig Blasen wirft. In Salzwasser schaben: Teig portionsweise auf ein Brett geben und kleine Würstchen davon abtrennen und in das kochende Wasser schaben. Hierfür eine Teigkarte oder eine Winkelpalette verwenden. Alternativ mit einem Spätzlehobel oder Kartoffelpresse in das Wasser geben. Wenn das Wasser kocht, etwa 30 Sekunden warten und Spätzle mit einer Gitter- oder Schaumkelle auf ein Sieb geben. Etwas Öl oder Butter verhindert das zusammenkleben.

Wirsing und Zwiebel klein schneiden und in einer großen Schüssel gründlich mit 2 EL Sonnenblumenöl und 1 TL Salz vermengen. Auf einem mit Backpapier ausgelegtem Ofenblech verteilen und bei 165 Grad in den Ofen schieben. Wenn die äußeren Bereiche braun werden, wenden, sodass eine gleichmäßige Bräune entsteht. Gewürz nach Wahl hinzufügen. Gesamtdauer etwa 40 Minuten.

Zusammenführen

Spätzle und Wirsing in einer Schüssel vermengen, halbierte Kirschtomaten und etwas Butter dazugeben und im Ofen warmhalten oder sofort servieren.