

Rezept Nummer 6

Kein Weizen, keine Kuhmilch

Dinkel-Spätzli:

400 gr. Dinkelmehl (ausgetestetes, auf der Liste!) 200 ml Wasser 4 Eier (Wenn keine Eierallergie!!) 2 EL Olivenöl 1 KL Salz

Alles mischen und mit Maschine oder von Hand gut schwingen, bis es Blasen bildet.

1 Sdt. Stehen lassen.

Mindestens 2 lt Salzwasser zum Kochen bringen, mit Knöpflesieb den zähflüssigen Teig ins Wasser geben. Falls kein Knöpflesieb vorhanden: In einen Plastiksack einige Löcher machen, Teig einfüllen, durchpressen. Im Olivenöl anbraten.