

GAISBURGER MARSCH

Schwäbischer Eintopf

ZUTATEN (4 Personen)

500 g Rindfleisch
500 g Kartoffeln
3 Knochen
1 Markknochen
3 Zwiebeln
3 Nelken
1 Lorbeerblatt
1 Stange Lauch
1 Karotte
1 kleines Stück Sellerie
Muskat
Schnittlauch

Spätzleteig:

500 g (Spätzle-)Mehl
1 TL Salz
5 Eier (Größe M)
220 ml Sprudel oder
lauwarmes Wasser



Werner oder Herr Schmack
KAM Landratsämter

ZUBEREITUNG

Für den Spätzleteig Mehl, Salz, Eier & Wasser in eine Rührschüssel geben und so lange schlagen, bis Luftblasen entstehen. Den Teig ca. 10 Minuten ruhen lassen und anschließend nochmal kurz aufschlagen. Der Teig sollte zähflüssig sein.

In einem Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen und den Teig in das Wasser schaben oder pressen. Die Spätzle einmal aufkochen lassen, die oben schwimmenden Spätzle mit einem Löffelsieb abschöpfen und warmhalten.

Die Zwiebeln mit den Nelken bespicken und mit dem Lorbeerblatt, den Knochen und dem grob zerkleinerten Suppengemüse sowie dem Fleisch in 1,5 l kochendem Salzwasser ca. 1,5 Std. gar kochen. Das Fleisch, die Knochen und das Gemüse aus der Brühe nehmen.

Die Kartoffeln schälen, in mundgerechte Stücke schneiden und in der durchgeseiten Fleischbrühe gar kochen und mit Muskat würzen. Das Rindfleisch in Würfel schneiden und mit den Spätzle und dem Gemüse zu den Kartoffeln dazugeben und mit Schnittlauch bestreuen.



©Adobe Stock/#227658675