

# Mediterrane Spätzle

---

😊 [happy-mahlzeit.com/2021/08/05/mediterrane-spätzle](https://happy-mahlzeit.com/2021/08/05/mediterrane-spätzle)

## Zutaten für 2 Personen:

- 150 g Mehl
- 4 Eier
- 100 ml Sprudelwasser
- 50 g in Öl eingelegte, getrocknete Tomaten
- 100 g schwarze, entsteinte Oliven
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 100 ml Sahne
- 100 g Butter
- 150 g Bergkäse
- 30 g Schnittlauch
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

## Zubereitung:

Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Mehl, Eier, Sprudelwasser und etwas Salz vermengen, bis ein zäher Teig entsteht. Den Teig durch einen Spätzledrucker ins kochende Wasser geben und darin garen, bis sie oben schwimmen.

Anschließend die Spätzle abschöpfen. Den Vorgang wiederholen, bis der Teig aufgebraucht ist.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln abziehen, fein würfeln und darin anbraten. Getrocknete Tomaten grob hacken und dazugeben. Knoblauch abziehen, fein hacken und mit in die Pfanne geben. Die Spätzle mit zufügen und unter die Zwiebeln, Tomaten und Knoblauch mengen. Bergkäse reiben und darüber streuen. Alles mit Sahne binden und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die mediterranen Spätzle auf Tellern anrichten und mit kleingeschnittenem Schnittlauch garniert servieren.

Rezept: Naim Sabani

Quelle: Die Küchenschlacht vom 1. August 2016

Episode: Leibgerichte