



Benötigte Zutaten

200 ml	Premium Alpenmilch
35 ml	Premium Schlagobers
3	Eier
400 g	Weizenmehl
1	Zwiebel
1	Knoblauchzehe
2 EL	Premium Teebuter
400 g	Sauerkraut
etwas	Petersilie
	Salz, Pfeffer, Muskatnuss

Flachgauer Krautspatzn

Ein Klassiker aus der Flachgauer Küche darf diesmal auf den Mittagstisch: die Krautspatzen. Dieses sättigende, vegetarische Gericht wird mit nur wenigen Zutaten aus der Vorratskammer im Nu zubereitet und schmeckt einfach immer.

Anleitung

1. Für die Nockerl die Milch mit den Eiern verschlagen. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.
2. Das Mehl zügig mit dem Kochlöffel hineinrühren.
3. Den Teig kurz zum Durchziehen zur Seite stellen und in der Zwischenzeit das Sauerkraut vorbereiten.
4. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe schälen und klein hacken.
5. Mit Butter in der Pfanne hellbraun anschwitzen.
6. Das Sauerkraut mit der Flüssigkeit hinzufügen und unter Rühren etwas einkochen lassen.
7. Das Salzwasser zum Sieden bringen und den Nockerlteig durch ein Spätzlesieb ins Salzwasser streichen.
8. Sobald die Nockerl aufsteigen, aus dem Wasser holen und kurz mit kaltem Wasser abschrecken.
9. Die abgetropften Nockerl in die Sauerkrautmischung geben, gut durchrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
10. Vor dem Servieren mit frischer Petersilie bestreuen.

SalzburgMilch



Ein Rezept von
[food-stories.at](https://www.food-stories.at)