

# LEICHTER SCHWÄBISCHE M

## So geht's...

**1** Nichts geht über frisch – aber ein fertiger Nudelteig ist völlig ok. Wenn er schön dünn ist, braucht er nicht einmal ausgerollt zu werden.

**2** Eine Nudelmaschine verwandelt frischen Teig sehr komfortabel in dünne Bahnen. Aber ein Nudelholz tut's – wie der Name schon sagt – auch.

**3** Die Fülle portionsweise etwa mittig im Abstand von etwa zwei Zentimeter auf die Teigbahn geben. Die Breite der Bahn hängt davon ab, wie groß die Maultaschen am Ende werden sollen. In unserem Beispiel sind es etwa 25 cm.

**4** Ist der Teig sehr trocken, die Zwischenräume der Fülle anfeuchten. Nun wird der Teig von beiden Rändern über die Füllung geschlagen, so dass er überlappt.

**5** Mit dem Stiel eines Kochlöffels die Zwischenräume sehr fest andrücken.

**6** Mit einem Teigrädler oder Messer die Maultaschen trennen.

**7** Maultaschen bis zum Garen auf eine bemehlte Fläche legen. Bei längerer Lagerung mit Folie abdecken, um das Austrocknen zu verhindern.

**8** Maultaschen in leicht siedender Brühe oder Salzwasser 15 bis 20 Minuten ziehen lassen.



# ALS GEDACHT: AULTASCHEN

Meisterkoch  
Andreas Humburg  
zeigt in unserer Maul-  
taschen-Foto-Anleitung,  
wie das schwäbische  
Nationalgericht sicher  
und unkompliziert  
gelingt.



## Zutaten für 4 Portionen:

### Nudelteig:

200 – 300 g fertiger Nudelteig

oder:

250 g Mehl  
2 Eier  
1 gestrichener Teelöffel Salz  
Mehl zum Verarbeiten  
Wasser nach Bedarf

### Füllung:

1 mittelgroße Zwiebel  
200 g gemischtes Hackfleisch  
oder den Inhalt roher  
Bratwürste  
100 g Spinat oder Wirsing,  
frisch oder tiefgekühlt  
2 – 3 EL Semmelbrösel  
Muskatnuss  
Pfeffer  
Salz

Zubereitung: bitte umblättern →



# Schwäbische Maultaschen

