

[Go Back](#)[Drucken](#)[Recipe Image](#)

# Vegane Spätzle

Einfacher und schneller gemacht, als du Randschdoischloddzr buchstabieren kannst. Heute gibt es endlich das schwäbische Nationalgericht: vegane Spätzle!

**ZUBEREITUNG** 10 MINUTEN  
**GESAMT** 10 MINUTEN

## Zutaten für 4 Portionen

- 320 g Weizenmehl Type 405 oder Dinkelmehl Type 630
- 80 g Hartweizengrieß
- 2 TL Kala Namak
- 2 TL Salz
- 1 Msp Kurkuma
- 4 TL Olivenöl
- 300 ml Sojamilch oder Hafermilch
- 100 ml Wasser

## Anleitung

1. Weizenmehl, Hartweizengrieß, Kala Namak, Salz und Kurkuma locker vermischen. Öl, Sojamilch und Wasser dazugeben und mit einem Holzlöffel oder einem Schneebesen kräftig zu einem gleichmäßigen, zähflüssigen Teig schlagen.
2. Etwa 2 l Wasser zum Kochen bringen, etwa ¼ vom Teig in den Trichter des Spätzlehobels geben und durch hin- und herbewegen des Schlittens Spätzle ins sprudelnd kochende Wasser pressen.
3. Kurz umrühren und mit einer Schaumkelle herausnehmen, sobald die Spätzle oben schwimmen. Dabei gut abtropfen lassen.
4. Schritte 2 und 3 mit dem übrigen Teig wiederholen. Die fertigen Spätzle währenddessen warm halten und ab und zu wenden, damit sie nicht aneinanderkleben.

