



**Kochdauer:**

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

300 g Mehl (universal)  
70 g gehackte Kürbiskerne  
1 EL Grieß  
1 EL Kürbiskernöl  
2 Stk. Eier  
Salz  
250 ml Wasser  
2 EL Butter

**Mein persönlicher Tipp**

Kürbiskernspätzle sind eine ideale Beilage zu Fleischgerichten, können aber auch als Hauptspeise mit frischem, grünen Salat serviert werden.



**Monika Schachner**

Seminarbäuerin aus St. Stefan ob Leoben



**Quellen:**



Monika Schachner: *Privatrezept*

## Kürbiskernspätzle



Foto: VrK/Alexander Stiegler - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- Die Zutaten in einer Schüssel rasch zu einem weichen Teig verrühren.
- Die Spätzle in viel sprudelnd kochendes Salzwasser durchs Spätzlesieb drücken und umrühren.
- Nach drei Minuten in ein Nudelsieb abgießen und mit kaltem Wasser abschrecken.
- In brauner Butter schwenken.



Eine Initiative des  
**AGRAR.PROJEKT.VEREIN**

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

LE 14-20  
Entwicklung für den ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschafts- und  
Ressort für die Entwicklung des  
ländlichen Raums:  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gemeinden

