



#### Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

#### Schwierigkeit:

gut machbar

#### Zutaten für 4 Portionen:

500 g Mehl (glatt)  
4 Stk. Eier  
200 ml Milch  
Butter  
Salz  
Muskat, gerieben

#### Mein persönlicher Tipp

Wer gerne Farbe in seine kulinarische Nockerlwelt bringt, kann diese bunt einfärben. Dazu wird ein Teil der Milch durch Gemüsepulver oder -saft (passierter Spinat, Rote Rübensaft, Pesto oder gehackte Kräuter, Tomatenmark) ersetzt.

#### Johanna Wögerbauer

Seminarbäuerin im Bezirk Urfahr

#### Quellen:

- Landwirtschaftskammer  
Oberösterreich: *Kursunterlage  
Herzhafte Hausmannskost*

## Nockerl und Spätzle

### Zubereitung

- Mehl, Eier, Milch, Fett und Gewürze mit dem Kochlöffel (alternativ mit dem Knethaken der Küchenmaschine) zu einem glatten Teig verrühren. 10-15 Minuten rasten lassen.

#### Spätzle:

- Reichlich Salzwasser aufkochen, Teig mit einem im Fachhandel erhältlichen Spätzlehobel ins Wasser drücken.
- Aufkochen lassen, zwischendurch umrühren - kurz ziehen lassen - mit Lochschöpfer aus dem Wasser heben bzw. abseihen.

#### Nockerl:

- Teig auf ein befeuchtetes Brett streichen und mithilfe eines langen Messers, einer Palette oder Teigspachtel Nockerl in das kochende Salzwasser streichen/hobeln.
- Es können aber auch mit einem vorher in Wasser getauchten Löffel (EL oder TL - je nach gewünschter Größe) Nockerl abgestochen werden.

**Käsespätzle:** Zutaten: 250-300g geriebener Käse, ca. 2 EL Butter, Salz, Pfeffer, Schnittlauch  
Die Spätzle in eine feuerfeste Pfanne geben, geriebenen Käse untermischen, mit etwas flüssiger Butter übergießen, mit Salz und Pfeffer abschmecken und im vorgeheizten Rohr bei 180 °C 3-5 Minuten backen. Alternativ in einer Pfanne auf der Herdplatte erhitzen, bis der Käse geschmolzen ist. Vor dem Servieren mit Schnittlauchröllchen bestreuen.