



**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 Gemüsepüree 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**



Foto: Tobias Schneider-Lenz - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- o 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:**

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

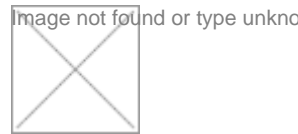


Bild 1

**Nockerl:**

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

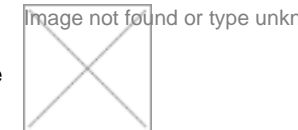


Bild 1

**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.

