

Rezept

Allgäuer Käsespätzle

Ein Rezept von Allgäuer Käsespätzle, am 09.06.2026

Zutaten

500 g Spätzlemehl (ersatzweise Mehl Type 405)	Salz
4 Eier (Größe M)	250 ml Milch
200 g Allgäuer Emmentaler	3 Zwiebeln
2 EL Butter	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 795 kcal

Zubereitung

1. Für den Spätzleteig Mehl, 2 TL Salz, Eier und Milch in eine Schüssel geben und alles zu einem glatten, zähflüssigen Teig verrühren. Den Teig mit einem Kochlöffel so lange kräftig durchrühren (die Schwaben sagen den Teig »schlagen«), bis er Blasen bildet. Wer will, kann den Spätzleteig auch mit den Rührbesen des Handrührgeräts verrühren oder bei einer größeren Menge eine Küchenmaschine zu Hilfe nehmen. Den Teig 5 Min. ruhen lassen. In einem großen Topf reichlich Wasser zum Kochen bringen und dann Salz zufügen. Für die Zubereitung von Käsespätzle den Backofen auf 50° vorheizen und eine feuerfeste Form hineinstellen.
2. Den Teig von Hand, mit Spätzlepresse, -hobel, -reibe oder -sieb portionsweise in das kochende Wasser drücken. Je nach Werkzeug entstehen lange, kurze oder rundliche Spätzle bzw. Knöpfe. Für die echten Allgäuer Käsespätzle sollen es runde Knöpfe sein. Von der Unterseite des Geräts nach jeder Portion mit dem Messer oder Teigschaber den restlichen Teig in das kochende Wasser streichen und das Gerät auf die Teigschüssel stellen, bis es wieder befüllt wird, damit der Teig vom heißen Wasserdampf nicht fest wird. Nachdem alle Spätzle geformt sind, das Spätzlegerät sofort in kaltem Wasser einweichen. Niemals warmes oder heißes Wasser verwenden, sonst klebt der Teig fest.
3. Sobald die Spätzle an der Oberfläche schwimmen, mit einem Schaumlöffel abschöpfen. Wer die Spätzle als Beilage zubereitet, hält sie in einer Schüssel mit warmem Wasser warm. Für die Käsespätzle den Käse fein reiben. Die fertigen Spätzle nacheinander in die angewärmte Form geben, nach jeder Portion etwas Käse darüberstreuen. Die Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Die Butter in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Zwiebelringe darin bei mittlerer Hitze goldbraun braten. Zum Schluss die Spätzle mit zwei Gabeln kurz vermischen, sodass der Käse Fäden zieht. Die Zwiebeln über die Spätzle geben.