

Rezept

Linsen und Spätzle

Ein Rezept von Linsen und Spätzle, am 11.05.2026

Zutaten

Für die Linsen

1	Zwiebel	2 EL	Butter
250 g	braune Linsen	200 g	magerer geräucherter Bauchspeck am Stück
1	Lorbeerblatt	1 Stange	Lauch
150 g	Knollensellerie	2	Möhren
2 EL	Mehl	4-6 EL	Rotweinessig
	Salz		Pfeffer

Für die Spätzle

250 g	Mehl	2 TL	neutrales Pflanzenöl
	Salz	2	Eier (Größe M)

Außerdem

1/2 Bund	Petersilie	4	Wiener Würstchen
----------	------------	---	------------------

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1070 kcal

Zubereitung

1. Für die Linsen die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Butter in einem großen Topf erhitzen, die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten. Linsen kurz in kaltem Wasser waschen, auf einem Sieb abtropfen lassen und dazugeben. Mit so viel Wasser aufgießen, dass sie bedeckt sind. Speck und Lorbeerblatt dazugeben, aufkochen und bei kleiner Hitze 20 Min. leise köcheln lassen.
2. In der Zwischenzeit den Lauch putzen, der Länge nach aufschlitzen, gründlich waschen und in schmale Ringe schneiden. Sellerie und Möhren schälen und in kleine Würfel schneiden. Lauch, Sellerie und Möhren zu den Linsen geben und weitere 15-20 Min. köcheln lassen. Am Ende der Garzeit 2 EL Mehl mit etwas Wasser verrühren und das Linsengemüse damit binden. Mit Essig, Salz und Pfeffer kräftig säuerlich abschmecken.
3. Inzwischen in einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Für die Spätzle Mehl, Öl, 1 TL Salz, Eier und ca. 125 ml lauwarmes Wasser in eine Rührschüssel geben und mit einem Holzlöffel oder mit den Knethaken des Handrührers kräftig verrühren. So lange schlagen, bis der Teig Blasen wirft. Den Teig portionsweise in eine Spätzlepresse geben und in das kochende Wasser drücken. Sobald die Spätzle an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, auf ein Sieb geben und kalt abspülen. Abtropfen lassen, in eine Schüssel geben, mit etwas Wasser besprenkeln und im Backofen bei 50° abgedeckt warm halten. So fortfahren, bis der ganze Teig aufgebraucht ist.

4. Die Petersilie waschen, trocken schütteln, die Blättchen fein hacken und unter die Linsen rühren. Die Wiener Würstchen in heißem, aber nicht kochendem Wasser ca. 5 Min. erhitzen. Herausnehmen, abtropfen lassen und zu den Linsen und Spätzle servieren.