

Rezept

Maultaschen

Ein Rezept von Maultaschen, am 30.11.2023

Zutaten

300 g helles glutenfreies Mehl	1 TL Salz
1 TL Fiber-Husk (Flohsamen, z.B. von Finax)	3 Eier
1 EL Rapsöl	1 Zwiebel
1/2 Bund Petersilie	1 EL Öl
50 g Salami	300 g mageres Rinderhackfleisch
1 Ei	1 EL glutenfreie Semmelbrösel
Salz	Pfeffer
1 Eiweiß zum Bestreichen	1 Zwiebel
2 EL Butter	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 655 kcal

Zubereitung

1. Das Mehl mit Salz und Fiber-Husk mischen. Mit den Eiern und dem Öl zu einem festen Teig verkneten, bei Bedarf 2-3 EL kaltes Wasser unterkneten. Etwa 20 Min. in Frischhaltefolie eingewickelt kühl stellen.
2. Die Zwiebel abziehen und würfeln. Die Petersilie waschen, trockenschütteln und fein hacken. Das Öl erhitzen, Zwiebel und Petersilie darin glasig braten, etwas abkühlen lassen. Die Salami sehr fein würfeln, mit Hackfleisch, Ei und Semmelbröseln verkneten. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken. Die abgekühlten Petersilien-Zwiebel-Würfel untermischen.
3. In einem großen Topf Salzwasser zum Kochen bringen. Den Nudelteig so dünn wie möglich ausrollen. Etwa 10 cm große Quadrate ausschneiden. Jeweils 1 TL der Füllung auf eine Hälfte der Teigstücke setzen, den Teigrand mit etwas Eiweiß bestreichen und die andere Teighälfte darüber klappen. Den Rand mit einer Gabel gut zusammendrücken.
4. Die Maultaschen im kochenden Salzwasser einmal kurz aufwallen lassen, die Hitze reduzieren und die Maultaschen noch etwa 8 Min. ziehen lassen. Inzwischen die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Die Butter zerlassen und die Zwiebel darin goldgelb anbraten. Die Maultaschen vor dem Servieren mit der Zwiebelbutter übergießen. Dazu passen (Schwäbischer) Kartoffelsalat und grüner Salat.