

# **Käse-Spätzle, Röstzwiebeln, grüner Salat mit Karotte**

**Für zwei Personen**

**Für die Spätzle:**

1 Ei, Größe M	40 g Allgäuer Bergkäse	25 g Emmentaler
25 g Appenzeller	50 ml Sahne	30 ml Mineralwasser
100 g Spätzlemehl	Muskatnuss	Salz

**Für die Zwiebeln:**

1 Zwiebel	2 EL Mehl	Öl
-----------	-----------	----

**Für den Salat:**

2 kl. Salatherzen	1 Karotte	5 Radieschen mit Grün
1 Knoblauchzehe	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft	1 TL Apfelessig
1 TL Kürbiskernöl	2 EL Tafelessig	1 TL Dijonsenf
2 EL Olivenöl	1 TL Koriandersamen	15 g Zucker
Salz	Pfeffer	

**Für die Garnitur:**

2 Zwg. krause Petersilie

**Für die Spätzle:**

Den Spätzleteig aus Mehl, Ei, Mineralwasser, Salz und einer Prise frisch geriebener Muskatnuss kräftig schlagen, bis er Blasen wirft. Teig kurz ruhen lassen und anschließend portionsweise durch ein Spätzlesieb oder vom Brett direkt in kochendes Salzwasser schaben. Sobald die Spätzle an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen und abschrecken.

Die drei Käsesorten reiben und Spätzle in einer Pfanne mit der Käse-Mischung vermengen und bei mittlerer Hitze rühren, bis der Käse schön schmilzt und eine cremige Bindung entsteht. Mit Sahne verfeinern und mit Salz abschmecken.

**Für die Zwiebeln:**

Zwiebeln abziehen, in feine Ringe schneiden, in Mehl wenden und in heißem Öl knusprig goldbraun ausfrittieren. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

**Für den Salat:**

Salat waschen, ggf. trockenschleudern und in mundgerechte Stücke zupfen. Karotte schälen und fein hobeln. Aus Apfelessig, 1 EL Zitronensaft, Senf, Olivenöl, Kürbiskernöl, 1 TL Wasser sowie Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker eine Vinaigrette anrühren und den Salat sowie die Karottenstückchen darin marinieren.

Knoblauchzehe abziehen. Radieschen putzen, vierteln und zusammen mit einer geschälten Knoblauchzehe in einen Vakuumbeutel legen. Essig, Wasser, Zucker, Koriandersamen, Salz und Pfeffer vermengen, in einem Topf aufkochen lassen und mit in den Vakuumbeutel geben. Diesen vakuumieren und anschließend kaltstellen.

Kurz vor dem Servieren den Salat mit der Karotte und den Radieschen garnieren.

**Für die Garnitur:**

Petersilie zupfen.

Robin Lursky am 08. Dezember 2025