



Nussribeli

Vorbereitungszeit: ca. 30 Min.
Aufgehen lassen: ca. 30 Min.
Kochen: ca. 20 Min.

Ribeli / Spätzlie

300g Knöpflimehl
200g Baumnuss-Mehl
1 TL Salz

4 frische Eier
3 dl Milchwasser (½ Milch;
½ Wasser)
Muskatnuss

Salzwasser, siedend

Sauce

1-2 frische Birnen
1 Zwiebel
200g Speckwürfelchen

5dl Halbrahm

200g Sauerrahm
Pfeffer & Salz



So wird's gemacht

Ribeli / Spätzli

1. Knöpflimehl, Baumnussmehl und Salz in einer Schüssel mischen und in der Mitte eine Mulde eindrücken.
2. Milchwasser und Eier verrühren, nach und nach unter Rühren in die Mulde giessen. Mit einer Kelle mischen und so lange klopfen, bis der Teig glänzt und Blasen wirft. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 30 Min. ruhen lassen.
3. Spätzliteig portionenweise durch ein Knöpflesieb direkt ins siedende Salzwasser streichen (oder für Spätzli auf einem nassen Brettchen ausstreichen und mit dem Rücken eines langen Messers schmale Teigstreifen vom Brettchen direkt ins leicht siedende Wasser schneiden).



Sauce

1. Birnen in 1cm dicke Würfelchen schneiden und zusammen mit den fein gehackten Zwiebeln und den Speckwürfelchen scharf anbraten.
2. Sauce mit Halbrahm ablöschen und ca. 2 Min köcheln lassen.
3. Sauerrahm, Pfeffer und Salz zugeben und 1 Min. weiter köcheln lassen.

Tipp: - Ribeli/Spätzli in warmer Butter heiss werden lassen und mit gehackten Kräutern, nach Belieben, verfeinern.

- Sauce wahlweise durch saisonales Gemüse wie Spinat oder Gewürze wie Petersilie oder Bärlauch, verfeinern.

Pro 100g: 379g Fett, 136g Eiweiss, 294g Kohlenhydrate, 1'021 KJ (246 kcal)