

## Rainer Klutsch Linsen mit Spätzle und Würstchen

Donnerstag, 8. September 2022  
Rezept für 4 Personen

Dauer: über 4 Stunden  
Schwierigkeitsgrad: leicht  
Heimatküche

### Zutaten:

Für die Linsen

200 g	Berglinsen oder kleine Alblinsen
100 g	Suppengemüse (Sellerieknolle, Möhre, Lauch)
1	Zwiebel
1	Kartoffel, mehligkochend
50 g	Speck, durchwachsen, geräuchert
1 EL	Butterschmalz
2 EL	Butter
2 EL	Weizenmehl, Type 405
etwas	Salz
etwas	Pfeffer aus der Mühle
50 ml	Balsamico-Essig

Für die Spätzle

200 g	Weizenmehl, Type 405
3	Eier (Größe M)
etwas	Salz
50 ml	Mineralwasser mit Kohlensäure
2 EL	Butter

Für die Würstchen

4 Paar	Saitenwürstchen (Wiener Würstchen)
--------	------------------------------------



### Zubereitung:

1. Die Linsen ca. 4 Stunden in einer Schüssel reichlich kaltem Wasser einweichen, dann abgießen.
2. Für die Spätzle das Mehl in eine Schüssel geben. Eier und eine Prise Salz zugeben. Alles mit einem Kochlöffel verrühren und so lange schlagen, bis der Teig Blasen wirft. Falls der Teig zu fest ist, Mineralwasser nach und nach zugeben, bis ein glatter Teig entstanden ist. Den Teig abdecken und etwa 30 Minuten ruhen lassen.
3. Die eingeweichten Linsen abschütten und in einem Topf mit reichlich Wasser (ca. 800 ml) ca. 20 Minuten weich kochen.
4. In der Zwischenzeit das Suppengemüse putzen bzw. schälen und sehr fein würfeln, Zwiebel abziehen und fein würfeln.
5. Die Kartoffel schälen, waschen und fein würfeln.
6. Den Speck in ca. 1 cm große Würfel schneiden.
7. In einem Topf Butterschmalz erhitzen, die Zwiebel darin glasig andünsten. Das Suppengemüse, Kartoffelwürfel und Speck zugeben und dünsten.

8. In einem Topf Butter schmelzen, das Mehl zugeben und hellbräun rösten.
9. Anschließend mit einer Schöpfkelle 1-2 Kellen Linsenkochwasser aus dem Topf nehmen und die Butter-Mehl-Einbrenne damit ablöschen, gleich mit dem Schneebesen gut verrühren. Dann die abgelöschte Einbrenne in den Topf mit den weich gekochten Linsen schütten, verrühren und einmal aufkochen lassen.
10. Ebenfalls das gedünstete Gemüse zu den Linsen geben, unterrühren und alles mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken.
11. Für die Spätzle einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen.
12. Ein Spätzlebrett kurz ins kochende Wasser tauchen, darauf ca. 2 EL Teig streichen. Den Teig mit einem ebenfalls angefeuchteten Teigschaber zuerst flach streichen und dann dünne Streifen ins kochende Wasser schaben.
13. Sobald die Spätzle gar sind, steigen sie an die Wasseroberfläche. Spätzle aus dem kochenden Wasser herausnehmen und kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser geben. Anschließend absieben. Das Ganze so lange wiederholen, bis der Teig verbraucht ist.
14. Butter in einer Pfanne erhitzen. Spätzle darin kurz schwenken.
15. Die Würstchen im heißen Wasser erwärmen.
16. Linsen, Spätzle und Würstchen anrichten.

**Pro Portion: 595 kcal/ 2480 kJ  
54 g Kohlenhydrate, 26 g Eiweiß, 31 g Fett**