Vegane Käsespätzle

Die Veganen Käsespätzle mit Blattsalat serviert sind ein gelungene Hauptspeise. Ein Laktose freies Rezept das im Nu zubereitet ist.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min

Zutaten

400 g	Mehl
5 EL	Hartweizengrieß
2 EL	Pflanzenöl
1 TL	Salz
0.5 l	Wasser (mit Kohlensäure)
2 Stk.	Zwiebel (groß)
100 ml	Sahneersatz (pflanzlich)
200 g	Käse (vegan)
	Petersilie gehackt

Zubereitung

1. Für die **Veganen Käsespätzle** die Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Das Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und zirka 10 Minuten goldbraun rösten. Von der Herdplatte nehmen und zur Seite stellen.

2. Das Mehl mit dem Hartweizengrieß, Pflanzenöl, Salz und Wasser in einer Schüssel zu einem glatten Teig rühren.

3. Wasser in einem Kochtopf aufkochen, Hitze reduzieren, und mit einem Spätzlehobel portionsweise den Teig in Wasser schaben. Wenn die Spätzle oben schwimmen mit einer Schöpfkelle abschöpfen.

4. In eine ofenfeste Pfanne geben, veganen Käse darüber reiben und die angebraten Zwiebeln darauf verteilen.

5. Im vorgeheizten Backofen bei 180°C zirka 10 Minuten überbacken. Die Spätzle servieren und mit frisch gehackter Petersilie bestreuen.

Tipp