

SCHWÄBISCHE LINSEN MIT SPÄTZLE

Der Klassiker neu verliebt

Einleitung: Hand aufs Herz: Gibt es etwas Schöneres als den Duft von echter schwäbischer Hausmannskost, der durch die Küche zieht? Wir haben dem absoluten Liebling der Heimatküche ein kleines, aber feines Update verpasst. Deine Spätzle bleiben dabei ganz traditionell – handgeschabt, buttrig und pur. Aber bei den Linsen passiert das Wunder: Unsere Gewürzzubereitung "No 14 Rub der Genüsse" bringt mit echtem Liebstöckel, Bockshornklee und einer feinen Sumach-Note genau die Würze in den Topf, die Linsen so sehr lieben. Das Ergebnis? Schmeckt wie bei Oma, nur noch einen Tick raffinierter. Hol dir das Heimatgefühl auf den Teller!

ZUTATEN

FÜR DIE LINSEN (DER TWIST)

- 300 g Tellerlinsen (braune Linsen)
- 1 Bund Suppengrün (fein gewürfelt)
- 1 Zwiebel (fein gewürfelt)
- 100 g Bauchspeck (gewürfelt)
- 1 Liter Fleisch- oder Gemüsebrühe
- 2 EL Tomatenmark
- 1–2 TL "No 14 Rub der Genüsse"
- 3 EL Kräuteressig (zum Schluss)
- 1 TL Zucker
- 4 Saitenwürstle (Wiener)

FÜR SPÄTZLE & BINDUNG

- 500 g Spätzlemehl (oder Type 405)
 - 5 Eier (Größe M)
 - 1 gestrichener TL Salz
 - ca. 100–150 ml Sprudelwasser
 - Salz für das Kochwasser
- Für die Bindung:**
- 1 EL Butter
 - 1 EL Mehl (für die dunkle Einbrenne)

ZUBEREITUNG

1. Vorbereitung ist alles (Einweichen):

Du hast zwei Möglichkeiten: Variante A (Die Schnelle): Linsen kurz abspülen und direkt kochen (ca. 45–60 Min.). Variante B (Die Geplante): Weiche die Linsen am Vorabend in kaltem Wasser ein (mind. 12 Std.). Gieß das Einweichwasser weg. Kochzeit verkürzt sich auf 25–30 Minuten.

2. Die Linsen ansetzen:

Brate die Speckwürfel im Topf knusprig an. Gib Zwiebeln und Suppengrün dazu, schwitze alles glasig an. Rühre das Tomatenmark unter (kurz mitrösten). Jetzt 1-2 TL "No 14 Rub der Genüsse" direkt zum Gemüse geben (Aroma-Explosion!). Lösche mit Brühe ab, gib die Linsen hinein und lass alles sanft köcheln, bis sie weich sind. Wichtig: Essig erst nach dem Kochen zugeben!

3. Spätzle – Handwerk wie früher:

Gib Mehl, Eier, 1 TL Salz und einen Schluck Sprudelwasser in eine Schüssel. Schlage den Teig mit einem Kochlöffel kräftig, bis er Blasen wirft. Er ist perfekt, wenn er zäh vom Löffel reißt, ohne zu tropfen.

4. Ab ins Wasser:

Hoble, presse oder schabe den Teig portionsweise in siedendes Salzwasser. Sobald die Spätzle oben schwimmen, schöpfe sie ab. Gib sie in eine warme Schüssel mit einem kleinen Schöpfer Kochwasser, damit sie saftig bleiben.

5. Das schwäbische Finish:

Bereite in einer kleinen Pfanne eine dunkle Einbrenne zu (Butter schmelzen, Mehl bräunen) und rühre sie in die Linsen ein. Kurz aufkochen. Schmecke final mit Essig und Zucker ab (Süß-Sauer-Spiel). Eine letzte Prise "No 14" rundet ab. Erwärme die Saitenwürstle in den heißen Linsen.

FAZIT / SERVIERVORSCHLAG: Serviere die Linsen und Spätzle traditionell nebeneinander – oder durcheinander, wie es die echten Kenner tun. Ein Gericht, das Seele und Magen wärmt. An Guada!