Selbstgemachte Maultaschen

NATURPARK KOCH SCHULE

Ein traditionsreiches und vielseitiges Gericht! Ergibt genug Maultaschen für vier Personen.

ZUTATEN:

Für den Teig:

- 300 g Mehl, Typ 550
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 Bio-Eier
- 1 bis 2 EL Wasser
- 1 TL Steinsalz

Füllung mit Fleisch:

- 250 g regionales Rinderhackfleisch
- 50 g Zwiebeln, fein gewürfelt
- 50 g Steinchampignons, fein gewürfelt
- 50 g Petersilie, fein gehackt
- 1 altbackenes Brötchen
- 1 TL Senf, Steinsalz, Pfeffer zum Würzen

Vegetarische Füllung:

- 75 g Zwiebeln, fein gewürfelt
- 200 g Steinchampignons, fein gewürfelt
- 75 g getrocknete Zwetschgen
- 15 g Knoblauch
- 75 g Nusskerne (z. B. Walnüsse oder Haselnüsse)
- 100 g Haferflocken
- 250 ml Wasser
- Etwas Rosmarin und Thymian, getrocknet oder frisch
- 50 g Semmelbrösel (falls nötig)
- Steinsalz, Pfeffer zum Würzen

Hinweis: Der Teig reicht nur für eine Variante (vegetarisch oder mit Fleisch)

SO GEHT'S:

1. **Für den Teig:** Alle Zutaten zu einem glatten Teig zusammenkneten und ca. eine Stunde im Kühlschrank (luftdicht verpackt, z. B. in einer Dose) ruhen lassen. Wer keine Nudelmaschine hat, darf den Nudelteig auch schon ausgerollt kaufen, da das Ausrollen von Hand sehr schwierig ist.
2. **Für die vegetarische Füllung:** Zwiebeln und Steinchampignons mit etwas Sonnenblumenöl anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Getrocknete Zwetschgen, Knoblauch und Nusskerne fein hacken und hinzugeben. Das Ganze mit Wasser ablöschen und Haferflocken zum Eindicken hinzufügen. Quellen lassen. Ist die Masse noch zu feucht, helfen Semmelbrösel. Dann die Kräuter hinzufügen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. **Für die Füllung mit Fleisch:** Zwiebeln und Steinchampignons mit etwas Sonnenblumenöl anbraten, bis die Zwiebeln glasig sind. Das altbackene Brötchen kleinschneiden, in Wasser einweichen und das überschüssige Wasser ausdrücken. Das eingeweichte Brötchen mit den Zwiebeln und Pilzen, den Kräutern, dem Hackfleisch und dem Senf vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
4. **Nudelteig mit Nudelmaschine ausrollen und Maultaschen füllen:** Den ausgerollten Nudelteig im unteren Drittel mit der abgekühlten Masse bestreichen. Die freie Fläche oben wird mit Wasser befeuchtet. Den bestrichenen Teig vorsichtig einrollen. Am Schluss sollte das Ende des Teigs unten liegen. Mit einem Kochlöffel kleine „Päckchen" abdrücken und mit einem Messer auseinanderschneiden.
5. **Die Mausltaschen in kochendes Salzwasser geben.** Dann die Hitze runterdrehen und die Maultaschen ca. 10 Minuten ziehen lassen. Wer möchte, kann die fertigen Maultaschen noch in etwas Butter anbraten.

Ein Rezept von Rausch - Die Familienwerkstatt: www.rausch-familienwerkstatt.de

Baden-Württemberg
MINISTERIUM FÜR ERNÄHRUNG, LÄNDLICHEN RAUM UND VERBRAUCHERSCHUTZ

Gefördert durch das Ministerium für Ernährung, Ländlichen Raum und Verbraucherschutz Baden-Württemberg.

Naturpark Südschwarzwald