

# Käsespätzle aus Dinkelmehl

Zutaten für 4 Personen

**Zubereitungszeit** 45 Minuten

**Schwierigkeit** einfach

## Zutaten

500 g Dinkelmehl  
4 Eier  
2 TL Salz  
250 ml Mineralwasser  
250 g geriebener Emmentaler  
schwarzer Pfeffer  
4 Zwiebeln  
2 EL Kokosöl oder Kokosfett



## Zubereitung

Dinkelmehl mit Eiern und Salz vermengen. Mineralwasser hinzufügen, sodass der Teig zähflüssig wird. Rund 15 Minuten ruhen lassen. In der Zwischenzeit Zwiebeln schälen und in feine Ringe schneiden. In einem großen Topf reichlich gesalzenes Wasser erhitzen. Den Backofen auf 100 °C vorheizen. Mit einer Spätzlepresse oder einem Spätzlehobel den Teig portionsweise in das kochende Wasser pressen bzw. hobeln. Alternativ kann der Teig auch auf einem Brett ausgerollt und mit einem Messer spätzleförmig geschnitten werden. \r\nSobald die Spätzle an der Wasseroberfläche schwimmen, herausnehmen und in einer Auflaufform schichten. Jede Lage mit Pfeffer würzen und mit Käse bestreuen. Im Ofen zirka 10 Minuten schmelzen lassen. Die Zwiebeln im Kokosöl goldbraun dünsten. Die Spätzle auf einem Teller geben und mit den Zwiebeln anrichten.