

## Spinat-Hackfleisch-Maultaschen im Kräutersud



- **Küche:**Deutsch
- **Gang:**Abendessen, Mittagessen
- **Schwierigkeitsgrad:**Mittel
  
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 25m
- **Fertig in** 50m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '25m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

**Maultaschen** sind eine Spezialität der schwäbischen Küche und gerade schwäbische Spinat-Hackfleisch-Maultaschen sind ein toller Klassiker. Wie bei den Spätzle gilt bei hausgemachten Maultaschen: Schwäbischer geht's kaum!

Wer behauptet, sie seien bloß eine Nachahmung der italienischen Ravioli oder Tortellini, der hat einfach kein Gefühl für die verschiedenen Esstraditionen. Nicht umsonst zählen die leckeren schwäbischen Maultaschen auch über das Schwabenland hinaus zur beliebten, bürgerlichen Küche. Der Teufel steckt bekanntermaßen im Detail.

Während jeder die klassischen italienischen Teigwaren mit den mediterranen Saucen kennt, gibt es

für die sogenannten "Herrgottsbescheißerle" verschiedene Zubereitungsweisen. Klassisch bekannt sind sie vor allem als lecker-deftige Suppeneinlage in einer Bouillon. Und auch in gebräunter Butter gewendet, sind sie ein beliebtes Gericht. Dazu gibt es traditionell angebratene Zwiebeln wie in hiesigem Spinat-Hackfleisch-Maultaschen Rezept. Des öfteren trifft man diese Version auch mit Ei.

## Zutaten

- Für den Teig: 150 g Mehl, 405, gesiebt
- 150 g Hartweizengrieß
- 3 ganze Eier
- Für die Füllung: 250 g gemischtes Hackfleisch
- 250 g frischer Spinat
- 1 altbackenes Brötchen, grob gewürfelt
- 100 ml lauwarme Milch 30 g Butter
- 2 mittelgroße Zwiebeln, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 100 g durchwachsener Speck, gewürfelt
- 1 ganzes Ei
- 1 - 2 Eigelbe mit 2 El kaltem Wasser verrührt
- 30 g Butter
- Salz, Pfeffer aus der Mühle, geriebene Muskatnuss
- Für den Kräutersud: 700 ml kräftige Rindfleischbrühe 2 - 3 Zwiebeln in Ringen
- 1 Zwiebel, gewürfelt
- 3 Zweige glatte Petersilie
- ½ Bund Kerbel

## Zubereitungsart

### Schritt1

Der Maultaschenteig: Das Mehl mit dem Grieß und 1 Tl Salz mischen und mit den Eiern in der Küchenmaschine ca. 10 min. zu einem glatten, festen Teig verkneten. In Frischhaltefolie 2 Stunden kalt legen, „ausruhen“ lassen. Danach, auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche in Bahnen von 30 x 15 cm dünn ausrollen, die Ränder mit den verklapperten Eigelb einstreichen.

### Schritt2

Die Füllung: Das Brötchen in grobe Würfel schneiden und in der lauwarmen Milch einweichen, danach ev. ausdrücken und zum Hackfleisch geben. Während das Brötchen einweicht, den Spinat mehrfach gewaschen, gut ablaufen lassen oder trocken schleudern. Den Speck mit den Zwiebeln und dem Knoblauch 1-2 min. glasig anschwitzen, zum Spinat dazu geben, etwas abkühlen lassen.

### Schritt3

Danach ev. noch etwas klein hacken, zum Hackfleisch geben, vermengen, salzen, pfeffern und mit Muskatnuss würzen.

## Schritt4

Die Masse mit Abstand von 4 cm, je 1 El der Masse auf der untersten Bahn verteilen. Eine weitere Teigbahn exakt darüber legen und gut andrücken. Zwischen den Füllungen (Mit einem Kochlöffelstiel) trennen und mit einem Teigrädchen portionieren. Etwas flach drücken und in der heißen Rindfleischbrühe und den gehackten Kräutern (Petersilie, Kerbel) mit Herdrand 10 - 12 min. gar ziehen lassen.

## Schritt5

Die Zwiebelringe in der Butter goldbraun braten und über den angerichteten Maultaschen verteilen, sofort servieren.

# Spinat-Hackfleisch-Maultaschen im Kräutersud: Schwäbische Spezialitäten

Wie bei so vielen althergebrachten Gerichten sind die schwäbischen Maultaschen ursprünglich ein "Arme-Leute-Essen" und dienten der Resteverwertung von Gemüse und Fleisch. Das es sich um ein Reste-Essen handelt, möchte man heute beim Genuss der leckeren Spinat-Hackfleisch-Maultaschen kaum glauben, so lecker sind sie.

Auch wenn die meisten von uns die schwäbische Küche direkt mit Maultaschen und Spätzle assoziieren, hat die deutsche, regionale Küche noch viele weitere **leckere Spezialitäten** zu bieten. Hier lohnt es sich, einen zweiten Blick auf die Esskultur des Schwabenlandes zu werfen.

Die Popularität verdankt die schwäbische Küche natürlich in erster Linie ihren leckeren und gutbürgerlichen Gerichten. Daneben lassen einen aber auch des öfteren die witzigen Namen der Gerichte schmunzeln. Die "Herrgotts(b)e)scheißerle", denn so nennt man die Maultaschen im Schwabenland, gibt es mit verschiedensten Füllungen. Neben der Spinat-Hackfleisch Füllung sind das beispielsweise zünftige Kartoffelmaultaschen oder feine Lachs-Maultaschen mit Zitronenbutter. Wer Lust auf einen traditionellen schwäbischen Eintopf hat, für den haben wir genau das richtige Rezept für Gaisburger Marsch.

**Rezeptart:** Deutsche Küche, Hackfleischgerichte, Rindfleisch, Schwäbisch, Schweinefleisch, Suppeneinlagen **Tags:** maultaschen, preiswert, regional, schwäbisch, schwäbische klassiker, traditionell

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)490
- KH (g)71
- Fett (g)12
- Eiweiß (g)18

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/spinat-hackfleisch-maultaschen/>