



Maultaschen

(8 Portionen)

Zutaten

Teig:

100 g	Kartoffelmehl
100 g	Reismehl
50 g	Maismehl
½ TL	Xanthan
2	Eier (Klasse M)
3 EL	Rapsöl
1 TL	Jodsalz
150 ml	kaltes Wasser (nach Bedarf)



Füllung für Maultaschen:

1	Zwiebel
1 EL	Rapsöl
1 Bund	Petersilie
1	glutenfreies Brötchen (vom Vortag)
1 EL	Pflanzenöl (z.B. Rapsöl)
250 g	frischen Blattspinat
250 g	Brät oder Hackfleisch
1	Ei (Klasse M)
	Jodsalz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung

Teig:

- Mehle und Xanthan auf die Arbeitsfläche sieben und in der Mitte eine Mulde bilden
- Eier leicht verquirlen und mit Pflanzenöl und Jodsalz hineingeben
- Zutaten per Hand zu Streuseln vermengen
- nach und nach kaltes Wasser hinzugeben und weiter kneten bis ein geschmeidiger, fester Teig entsteht
- Teig in Klarsichtfolie ca. ½ Stunde kühl ruhen lassen
- mit oder ohne Nudelmaschine Teigplatten von circa 1 mm Dicke ausrollen

Maultaschen:

- Zwiebel fein würfeln und in einer Pfanne mit dem Öl glasig andünsten
- Petersilie waschen und fein hacken
- Spinat kurz in kochendem Wasser garen, mit kaltem Wasser abschrecken und gut abtrocknen, danach klein hacken
- Brötchen in Wasser einweichen lassen, dann gut ausdrücken
- Brät oder Hackfleisch mit Ei und Gewürzen vermengen, dann die restlichen Zutaten zugeben und gut vermischen
- aus dem Nudelteig 2 große Rechtecke auswalzen
- Füllung darauf verteilen, dabei an einer Längsseite einen Rand von 2 cm frei lassen
- Rechteck von der gegenüber liegenden Seite her aufrollen, Endstück gutandrücken und 5 cm lange Maultaschen abschneiden
- Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen und die Maultaschen etwa 20 Minuten garziehen
- mit einer Schaumkelle herausnehmen und abtropfen lassen
- beispielsweise in einer Gemüsebrühe servieren