

Biemscht-Spätzli

(Lieblingsrezept von SRF1-Hörerin Bernadett Wipfli aus Erstfeld)

Zutaten:

- 4 dl Biemscht-Milch oder Biestmilch (Kolostralmilch der Kuh)
- 500 g Weismehl
- 1 Kaffeelöffel Salz

Zubereitung:

Das Mehl nach und nach mit dem Schwingbesen zur Milch geben. Das Salz hinzufügen und alles zu einem geschmeidigen Teig rühren. Dieser Teig sollte in der Konsistenz ein wenig fester sein als der normale Spätzli-Teig. Danach 30 Minuten bei Zimmertemperatur stehen lassen.

Ca. 2 Liter Wasser zum Kochen bringen. Ein wenig Salz hinzufügen und den Spätzliteig mit dem Spätzli-Sieb ins Wasser geben. Sobald die Spätzli aufschwimmen sind sie gekocht.

Varianten:

Man kann auch Tomatenpüree, gehackten Spinat oder Safran in den fertigen Teig mischen.