

Maultaschen



Das brauchst du für 4 Personen:

| | |
|--------------------|------------------------------|
| 1 | Zwiebel |
| 2-3 | Scheiben Weißbrot vom Vortag |
| 1 Esslöffel | Öl |
| 250g | Blattspinat |
| 250g | Hackfleisch |
| 2 | Eier |
| 400g | Nudelteig |
| Ein wenig | geriebene Muskatnuss |
| Ein wenig | Salz und Pfeffer |
| Ein wenig | Petersilie |
| Ein wenig | Semmelbrösel |

So machst du es:

1. Schneide die Zwiebel und die Petersilie ganz klein. Dann nimmst du eine große Pfanne und gibst das Öl hinein. Wenn das Öl warm ist, kannst du die kleinen Würfelchen der Zwiebel und die Stückchen der Petersilie hinzugeben. Diese lässt du nur ungefähr 1-2 Minuten auf dem Herd. Rühre gut um, dass nichts anbrennt.
2. Nun brauchst du einen Topf, in den du Wasser füllst. Dann stellst du ihn auf den Herd und lässt das Wasser heiß werden. Wenn es heiß ist, gibst du den Blattspinat für ca. 1 Minute hinzu. Dann gießt du ihn in ein Nudelsieb ab und lässt direkt danach kaltes Wasser darüber laufen.
3. Ganz wichtig ist, dass der Spinat jetzt gut abtropft und so viel Flüssigkeit wie möglich verliert. Du kannst ihn auch ausdrücken. Dann schneidest du ihn in ganz kleine Stückchen und legst alles erstmal beiseite.



4. Als nächstes nimmst du die Scheiben Weißbrot vom Vortag und legst diese kurz in eine Schüssel mit kaltem Wasser. Nach ungefähr 2 Minuten kannst du sie wieder herausnehmen und so gut wie möglich ausdrücken.
5. Nun brauchst du eine große Schüssel, in der du zunächst das Hackfleisch, ein Ei und etwas Salz und Pfeffer vermischst. Dann gibst du die Zwiebeln mit Petersilie und den klein geschnittenen Spinat dazu und vermischst alles.
Kleiner Tipp: Wenn deine Masse in der Schüssel noch sehr weich ist, kannst du Semmelbrösel hinzugeben. Dadurch wird die Masse fester und trockener.
Die Masse lässt du nun in der Schüssel und bereitest den Nudelteig vor.
6. Du rollst den Nudelteig vor dir aus. Jetzt schneidest du mit einem Messer Bahnen ab. Sie sollten ungefähr 20cm breit sein. Frage am besten den Erwachsenen, der bei dir ist, ob er dir zeigen kann, wie breit das ist.
7. Trenne bei dem anderen Ei das Eigelb von dem Eiweiß. Du wirst gleich nur das Eiweiß gebrauchen.
8. Jetzt nimmst du einen Esslöffel von der Masse aus der Schüssel und positionierst diesen auf der Mitte eines Teigstreifens.
9. Die Ränder rund um die Füllung streichst du mit dem Eiweiß und einem Pinsel ein. Dann kannst du die Maultasche zusammenklappen und die Ränder gut festdrücken.
10. Du hast es fast geschafft. Nun holst du einen großen Topf und füllst ihn mit Wasser. Dazu machst du ein bisschen Salz in das Wasser. Sobald das Wasser kocht kannst du die ersten Maultaschen dazutun.
11. Die Maultaschen müssen ca. 20 Minuten im leicht kochenden Wasser schwimmen. Dann kannst du sie so essen, wie du sie am liebsten hast: in der Gemüsebrühe, angebraten in der Pfanne oder mit Salat.

Nun bist du fertig und kannst dein leckeres Essen genießen.

Wir wünschen dir einen guten Appetit!