

Maultaschen in der Brühe - vegetarisch



Das brauchst du für 4 Personen:

270g	Lauch
270g	Sellerie
270g	Karotten
1	große Zwiebel
270ml	Gemüsebrühe
200g	Weißbrot vom Vortag
130g	Magerquark
70g	Crème Fraîche
2	Eier
Ein wenig	frische Kräuter wie Petersilie und Schnittlauch
Ein wenig	Semmelbrösel nach Bedarf
400g	Nudelteig

So machst du es:

1. Schneide die Zwiebel, den Lauch, die Karotten und die Sellerieknolle in kleine Würfel und mache sie in einen Topf. Die Gemüsebrühe kannst du auch direkt dazugeben. Dann schaltest du den Herd an, machst den Deckel auf den Topf und lässt alles ca. 3-4 Minuten köcheln.
2. Nun musst du den Inhalt deines Topfes durch ein Sieb gießen und die Flüssigkeit auffangen. Das Gemüse, was in deinem Sieb übrigbleibt, musst du gut abtropfen lassen, so dass es nicht mehr so feucht ist. Das Gemüse kannst du im Sieb einfach kalt werden lassen.
3. Wenn das Gemüse abgekühlt ist, gibst du es in eine Schüssel. Das Weißbrot von gestern reißt oder brichst du in kleine Stücke und gibst sie ebenfalls in die Schüssel.



4. Jetzt machst du noch den Magerquark, die Creme fraîche, das Ei und die frischen Kräuter in die Schüssel. Dann rührst du alles entweder mit den Händen oder mit einem Kochlöffel um.

Kleiner Tipp: Wenn deine Masse in der Schüssel noch sehr weich ist, kannst du Semmelbrösel hinzugeben. Dadurch wird die Masse fester und trockener.

5. Jetzt musst du noch Salz und Pfeffer hinzufügen, bis es dir gut schmeckt.

Achtung: Würze lieber wenig und probiere öfter. Dann kannst du nochmal nachwürzen, falls es dir noch nicht so gut schmeckt.

Die Masse lässt du nun einfach 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 deinen Erwachsenen, ob er dir zeigen kann, wie breit das ist.

7. Trenne bei deinem zweiten Ei das Eigelb von dem Eiweiß. Du wirst gleich das Eiweiß gebrauchen.

8. Jetzt nimmst du einen Esslöffel und machst ca. einen Esslöffel von der Gemüsemasse auf die Mitte eines Teigstreifens.

9. Die Ränder rund um die Gemüsefüllung 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. 5 Minuten im leicht kochenden Wasser schwimmen. Dann kannst du sie entweder in der Gemüsebrühe vom Anfang essen, sie in der Pfanne anbraten oder sie gekocht mit einem Salat essen.

Nun bist du fertig und kannst dein leckeres Essen genießen.

Wir wünschen dir einen guten Appetit!