

# SCHWÄBISCHE MAULTASCHEN

| Nudelteig gefüllt mit Brät, Hackfleisch und Spinat |

**GESAMTZEIT** 45 Minuten

**ARBEITSZEIT** 45 Minuten

**REGION** Deutschland



## ZUTATEN FÜR CA. 40 STÜCK

- 1-1,5 kg frischer Nudelteig (auf Vorbestellung bei den meisten Bäckern erhältlich)
- 1-2 mindestens drei Tage alte Brötchen
- 50 ml Milch
- 600 g Brät
- 1 kg Gemischtes Hackfleisch
- 1 kg Spinat
- 2 Bund glatte Petersilie
- 4 Zwiebeln
- 5 Eier
- Meersalz
- Pfeffer
- Muskat
- Majoran (getrocknet)

**Gutes Essen und Schwaben, das passt einfach zusammen. Genauso gut wie Maultaschen und Ostern. Eines der beliebtesten und bekanntesten Gerichte der schwäbischen Küche und ebenso hervorragend für das Osterfestmahl geeignet. Traditionell versteckt sich in der Teigtasche Brät, Hackfleisch, Spinat und Zwiebeln, aber der**

**SAISON** Ganzjährig, vor allem an Ostern

**PASSENDER DRINK** Apfelsaftschorle oder Kellerbier

**Vielfalt sind da keine Grenzen gesetzt – ebenso wenig in der Zubereitungsart. Ob mit Ei in der Pfanne, mit geschmelzten Zwiebeln, in der Brühe oder mit Kartoffelsalat. „Des schmeggd so odr so“ – wie der Schwabe sagen würde. Maultaschen werden übrigens auch „Herrgottsbescheißerle“ genannt. Was es damit auf sich hat und wie du die Maultaschen selber zubereiten kannst liest du im folgenden Abschnitt.**

Über die Herkunft der Maultasche ranken sich viele Legenden und Mythen. Die wohl plausibelste stammt aus dem Kloster Maulbronn (ihr merkt schon, die Namensähnlichkeit zur Maultasche). Die Zisterziensermönche des Klosters befanden sich damals mitten in der Fastenzeit – was den Fleischkonsum natürlich strengstens untersagt.

Damit die Geistlichen nicht auf ihr Fleisch verzichten müssen und der liebe „Herr Gott“ auch ja nichts davon mitbekommt, versteckten die schlauen Mönche das Fleisch einfach in einer Teigtasche. Die „Herrgottsbescheißerle“ bzw. Maultaschen waren geboren. Die schwäbischen Maultaschen genießen seitdem hohe Anerkennung und so wurde das Wort im Jahr 2009 sogar unter EU-Schutz gestellt.

Maultaschen werden aus diesem Grund auch gerne vor und zur Osterzeit im Schwabenland gegessen, da bis Ostersonntag bekanntlich gefastet wird. Da an diesem Tag aber nichts mehr „versteckt“ werden muss, können Maultaschen an diesem Tag auch ganz „offiziell“ mit der ganzen Familie am Ostersonntag verspeist werden.

*1-2 drei Tage alte Brötchen - ca. 50 ml Milch - 600 g Brät - 1 kg gemischtes Hackfleisch - 1 kg gefrorener Spinat - 2 Bund glatte Petersilie - 4 Zwiebeln - 5 Eier - Salz - Pfeffer - Muskat - Majoran (getrocknet)*

**STEP 1**  
**FÜLLUNG**

Den Spinat auftauen lassen. Die Brötchen in kleine Würfel schneiden und in einer Schüssel mit der Milch übergießen. Mit den Händen durchkneten und ca. 10 min einweichen lassen. Parallel die Zwiebeln schälen, in kleine Würfel hacken und in einer Pfanne mit Butter glasig schwitzen. Die Petersilie fein hacken. Die Brötchen gut ausdrücken. Den aufgetauten Spinat ebenfalls gut ausdrücken. Die Zwiebeln etwas abkühlen lassen. Alle Zutaten gründlich mit den Händen in einer Schüssel vermengen und großzügig mit Salz, Pfeffer, Muskat und Majoran abschmecken.

*1 kg Nudelteig*

**STEP 2**  
**ROLLTECHNIK**

Den Nudelteig auslegen und die gesamte Füllung aufstreichen. Dabei auf einer der langen Kanten des Teigs ca. 1 cm Platz lassen. Diese Kante mit Wasser oder Ei bestreichen. Jetzt wird der Teig gerollt. Dazu den Nudelteig zwei Mal falten und den freigelassenen Bereich als Klebestreifen benutzen. So sollte eine sehr lange Maultasche entstehen. Die lange Maultasche nun noch mit einem scharfem Messer in einzelne Portionen zuschneiden. Die Maultaschen vorsichtig in siedendes Salzwasser oder Brühe geben. Sobald die Maultaschen an der Oberfläche schwimmen, vorsichtig abschöpfen. Anrichten und sofort servieren. .

**TIPP**

**Maultaschen lassen sich super in größeren Mengen produzieren und können dann bequem eingefroren werden. Die Schwaben essen sie klassisch mit Kartoffelsalat und geschmelzten Zwiebeln. Man kann sie aber z.B. auch wunderbar in der Pfanne mit Ei anbraten.**

