

INHALTSVERZEICHNIS

Einführung

Mehlsorten	12
Spätzli und Knöpfli – Grundrezept	14

Rezepte

Milch oder Quark und Ei

Wildkräuterknöpfli	18
Kartoffelknöpfli	20
Spinatknöpfli mit Schabziger	22
Quarkspätzli «Carbonara»	24
Nussknöpfli mit grünen Bohnen	26
Nussknöpfli mit Karamellsauce	28
Quarkknöpfli mit Apfelkompott	30
Haferflockenknöpfli	32
Kartoffelspätzli mit Gemüse	34
Randenspätzli	36
Kastanienknöpfli mit Lauch und Pilzen	38
Überbackene Tomatenspätzli mit Spinat-Champignons-Gemüse	40
Zigerspätzli mit Wirz und Äpfeln	42
Bärlauchknöpfli mit glasierten Zwiebeln und Bundkarotten	44

Ohne Milch

Petersilienknöpfli mit Bergkäse	48
Apfelspätzli auf Curry-Zucchini	50
Kürbisknöpfli mit Kürbisragout und Spinat	52
Randenknöpfli mit Pistazien	54
Dinkelspätzli mit gefüllten Zucchini	56
Spätzli mit Brotbröseln	58

Ohne Milch und ohne Ei

Dinkel-Buchweizen-Knöpfli mit Karotten	62
Dinkelknöpfli mit Steinpilzen und Wirz	64
Dinkel-Soja-Knöpfli mit Schnittlauch	66

Gnocchi

Quarkgnocchi auf Ratatouille	70
Ricotta-Gnocchi mit Rucola und Tomaten	72
Kürbisgnocchi mit Rohschinken- sauce	74
Basilikum-Gnocchi auf Tomaten- sauce	76
Schabziger-Gnocchi	78
Gnocchi «Mamma Graziella»	80

Anhang

Produkte-Abc	84
Register	90