

# Beilagen

Als Beilagen (auch Beigabe) bezeichnet man Bestandteile von Gerichten. Sie geben einem Gericht neben der Zubereitungsart den bestimmenden Charakter. Typische Beilagen werden als Garnitur bezeichnet. In Deutschland unterteilt man die Beilagen heute in Sättigungsbeilagen und Gemüsebeilagen, ursprünglich ist „Sättigungsbeilage“ ein Begriff der DDR-Gastronomie. Birgit Wolf definiert den DDR-Begriff Sättigungsbeilage als „Sammelbezeichnung für die in Gaststätten zu Fleischgerichten gereichten Kartoffeln, Reis, Nudeln, wenn bei Druck der Speisekarte nicht absehbar war, was zur Verfügung stehen würde.“ Allgemein kann diese Beilage in Gaststätten auf Wunsch auch geändert werden, beispielsweise „Pommes statt Spätzle“.

Aber die Beilagen ... müssen nicht nur ein Begleiter zum Hauptgang sein. Diese können und sollten auch vielmehr als eigenständiger Mittelpunkt daher kommen.

---

In dieser Rubrik möchte ich einige Gerichte/Speisen sammeln, und sind unterteilt in klassische Beilagen und eigenständige Beilagen die auch als Hauptgang gereicht werden können.

Als Sättigungsbeilage bezeichnet ich:

**Teigwaren:** Nudeln, Spätzle

**Pflanzenknollen:** Kartoffel, Süßkartoffel, Topinambur

**Klöße** wie Knödel und Nocken

verschiedene **Getreidearten** wie Reis und Hirse

**Rezepte zu:**

## Pflanzenknollen:

[Kartoffel Käse Muffin](#)

[Kohlrabi Taler](#)

[Kartoffel-Espuma](#)

---

## Klöße:

[Wirsing-Semmelknödel](#)

---

## Spätzle:

[Spätzle](#)

[Quark-Spätzle](#)

[Kartoffel-Spätzle](#)

[Spinat-Spätzle](#)

[Schwäbische Linsen mit Spätzle und Saitenwürstchen](#)

[Algäuer Käsespätzle](#)

---

## Nudeln:

Teigwaren ist ein Sammelbegriff für Lebensmittel aus pflanzlichen Mahlerzeugnissen (in der europäischen Küche vor allem aus Weizengrieß und -dunst), die mit Wasser und je nach Rezept auch Eiern, Gemüse, Gewürzen und anderen Zutaten zu einem Teig vermischt und durch Walzen, Pressen, Ausstechen oder auf andere Weise in vielfältige Formen gebracht werden. Sie werden keinem Gär- oder Backverfahren unterworfen, sondern in kochendem Wasser gegart. Teigwaren werden als Beilage, Suppeneinlage oder auch als Bestandteil von Aufläufen gegessen. Der Formenreichtum von Teigwaren ist sehr groß. Sie können langgestreckt sein (wie Spaghetti, Makkaroni oder gestreckte Nudeln), aber auch kürzer (Hörnli, Muscheln, Spätzle, Spiralnudeln), nest- oder knäuelartig aufgewickelt (Nidi) oder plattenförmig (Lasagne), oder sie werden als kleine Formen ausgestanzt (Buchstaben, Fleckerl, Sternchen, Ziffern usw.). In der Regel werden Teigwaren nach dem Formen auf einen Wassergehalt von 12-13 % getrocknet und als haltbares, kochfertiges Produkt in den Handel gebracht, sie können aber auch frisch zubereitet werden.

Hier werde ich meine Nudel-Gerichte und Nudel-Varianten nieder schreiben.

---

### Grundrezept für Nudeln für Spaghetti, Bandnudeln und Lasagne.

#### Zutaten:

300 gr. Mehl Type 405, 550 aber auch Type 0  
3 St. Ei  
2 Tl. Salz  
und etwa 2 El Wasser je nach Geschmeidigkeit des Teiges

#### Zubereitung:

Eier, Mehl und Salz in eine Küchenmaschine zu einem glatten Teig verkneten.  
Der Teig sollte min. 5 Min. geknetet werden. Dadurch wird der Teig schmeidig. Nun zu einer Kugel formen und mit Klarsichtfolie einwickeln. Im Kühlschrank ca. 3 Std. ruhen lassen, damit der Kleber aus dem Mehl sich entwickeln kann.

Nach der Ruhe-Kühl-Zeit den Teig, am besten mit einer Maschine, ausrollen und zur gewünschten Form bringen und kochen.

#### Tip:

#### Historie:

23.7.2020 erster versuch super gelungen.

---

[Essen und Mehr](#)

From:  
<https://ddws.de/> - **d.d.w.s. Ihr Essen und Mehr**

Permanent link:  
<https://ddws.de/beilagen:start?rev=1595523538>

Last update: **25.03.2022 18:16**

