



**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

- Zwetschken
- Marillen
- Pfirsiche
- Ringlotten
- Erdbeeren
- 250 g Topfen
- 70 g zerlassene Butter
- 70 g Grieß
- 70 g Mehl (griffig)
- 1 Stk. Ei
- 1 Prise Salz
- 20 g Vanillezucker
- Zitronenschalen, unbehandelt
- Orangenschale

**Mein persönlicher Tipp**

Obst-Knödel sollten immer sofort eingekocht werden, da sie meist etwas Fruchtflüssigkeit absondern und die Teighülle damit aufgeweicht werden würde.



**Johanna Wögerbauer**  
Seminarbäuerin im Bezirk Urfahr

**Obst-Knödel**



Foto: LK OÖ/Evelyn Puchner - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- o Für den Teig Topfen und Ei verrühren und mit allen anderen Zutaten vermengen.
- o Etwa 20 Minuten rasten lassen.
- o Währenddessen nach Wunsch Zwetschken, Marillen etc. entkernen und stattdessen Marzipan oder Würfelzucker einfüllen.
- o Teig zu einer Rolle formen, jeweils eine Scheibe abschneiden, flachdrücken und die Früchte damit umhüllen (je nach Fruchtgröße reicht diese Teigmenge für ca. 12 Knödel).
- o Knödel in leicht kochendes Salzwasser einlegen und so lange ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen.
- o Das Wasser darf dabei nicht wallend kochen!
- o Herausheben und nach Belieben in mit Zimt aromatisierten Butterbröseln wälzen, anrichten und mit Staubzucker bestreuen.

**Variationsmöglichkeiten**

- o Der Teig kann auch mit Mohn oder Kakao eingefärbt werden, der Fülle kann auch noch eine Prise Zimt oder Lebkuchengewürz beigemischt werden.
- o Obst-Knödel können auch mit allen anderen Knödelteigen, die sich zum Kochen eignen, etwa Erdäpfelteig, zubereitet werden.
- o Das Kochwasser kann zusätzlich mit Vanille, Rum, Zitronen-, Limetten- oder Orangenschalen, Zimt, Lebkuchengewürz, etc. aromatisiert werden.

**Quellen:**



Landwirtschaftskammer  
Oberösterreich: *Kursunterlage*  
*Raffinierte Knödelküche*

