



Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

4 Stk. Semmeln
125 ml Milch
3 Stk. Eier
100 g Erbsen
100 g Karotten
100 g Broccoli
100 g gelbe Zwiebeln
80 g Butter
Salz
Muskat, gerieben
Petersilie, gehackt

Mein persönlicher Tipp

Bei Gemüse ist man immer variabel. -
Es kann auch nur eine Gemüsesorte
verwendet werden! Dieser Knödel ist
übrigens auch ein guter Beilagenknödel
zu saftigen Fleischgerichten!

Sandra Hillebrand

Seminarbäuerin aus Bierbaum

Quellen:

- Eva Maria Lipp: Seminarrezept

Gemüseknödel

Zubereitung

- Semmeln in kleine Würfel schneiden.
- Milch und Eier gut verrühren und über die Semmelwürfel gießen.
- 20 Minuten durchziehen lassen.
- Karotten schälen und klein würfelig schneiden.
- Broccoli in kleine Röschen teilen.
- Zucchini in kleine Würfel schneiden.
- Gemüse über Dampf 5 Minuten garen.
- Die Zwiebel schälen und fein würfelig schneiden.
- Ca. 30g Butter in einer Pfanne zerlassen und Zwiebel darin goldgelb rösten.
- Petersilie fein schneiden.
- Überkühltes Gemüse, Petersilie und Zwiebel, sowie die Gewürze den eingeweichten Semmelwürfeln beifügen und alles gut durchmischen.
- Die Knödelmasse als Rolle in Frischhaltefolie wickeln und die Enden gut verschließen.
- Entweder im Dampfgarer oder in kochendem Wasser ca. 35 – 40 Minuten kochen lassen.
- Knödel aus der Folie nehmen und in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden.
- Ca. 50g Butter in einer Pfanne zerlassen und die Knödelscheiben beidseitig anbraten.
- Mit einer kalten Schnittlauchsoße servieren.

