

Spinatknödel

VORBEREITEN

35
Min.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Portionen

Für die Knödel

200 g Brot/Brötchen (altbacken)
150 g frischer Spinat
50 ml Leitungswasser
2 Schalotten
1 Esslöffel Butterschmalz
2 Eier
1 Teelöffel Muskat
Salz, Pfeffer

Für die Tomaten

10 Strauchtomaten
1 Knoblauchzehe
2 Esslöffel Olivenöl
1 Esslöffel Zitronensaft
1 Teelöffel Honig

Zum Servieren

50 g Parmesan

Besonderes Zubehör

Stabmixer

Knödel sind kult! Ob klassische Serviettenknödel, traditionelle Kartoffelknödel oder saftgrüne

Spinatknödel. Du kannst die Klöße super easy selber machen und dabei auch noch nachhaltig alte Brötchen verarbeiten. Und der Spinat dient diesmal nicht als **Beilage**, sondern als **Highlight** für Farbe und vor allem für Geschmack. Dazu ein paar **geschmolzene Tomaten** für ein bisschen **Süße & Säure** – so hast du einen bunten Teller voller Farbkontraste und Geschmacksrichtungen. **Ran ans Kneten** und forme schöne Spinatknödel!

- 1 -

Altbackene Brötchen in grobe Stücke schneiden und in eine Schüssel geben.

- 2 -

In einem großen Topf Salzwasser aufkochen, vom Herd ziehen und Spinat etwa 1 Minute blanchieren. Anschließend abschöpfen und in kaltes Wasser geben, um den Garvorgang zu beenden und die grüne Farbe zu behalten. Blanchierwasser nicht wegschütten. Abgekühlten Spinat in Mixer geben und mit Wasser zu Püree verarbeiten.

- 3 -

Schalotten fein würfeln und in einer Pfanne mit Butterschmalz anschwitzen. 1/3 Spinatpüree hinzugeben, vermengen und kurz mitbraten. Nun über die Brötchenwürfel gießen und vermengen. Bei Bedarf Semmelbrösel und/oder Milch hinzufügen. Kaltes Spinatpüree, Eier, Muskat, Salz und Pfeffer dazugeben, alles gut verkneten und ca. 20 Minuten ruhen lassen.

- 4 -

Für die geschmolzenen Tomaten Ofen auf 200°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Strauchtomaten waschen und in eine kleine Auflaufform geben. Knoblauch fein hacken. Öl mit Zitronensaft, Honig, Knoblauch, Salz und Pfeffer

Spinatknödel

vermengen und über die Tomaten gießen. Für 20 Minuten im oberen Drittel des Ofens rösten.

- 5 -

Blanchierwasser erneut aufkochen lassen. Knödelmasse mit einem Stabmixer leicht pürieren. Mit feuchten Händen gleichgroße Spinatknödel formen. Knödel etwa 15 Minuten in siedendem Wasser gar ziehen lassen, bis sie auf der Oberfläche schwimmen. Knödel mit Schaumkelle aus dem Wasser nehmen, gut abtropfen und anrichten.

- 6 -

Geschmolzene Tomaten zu den Spinatknödeln servieren und mit groben Parmesanhobeln bestreuen.