

Dreierlei vegetarische Knödel mit Nussbutter

Zutaten für den Grundteig (für 3 Personen):

- 5 alte Brötchen
- 200 ml Milch
- 1 Zwiebel
- 3 EL Butter
- 3 Eier

Brötchen in dünne Scheiben oder Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben. Zwiebel abziehen, fein würfeln und in einer Pfanne in heißer Butter glasig anschwitzen. Milch lauwarm erhitzen. Eier mit Salz und Pfeffer würzen. Zusammen mit Zwiebeln und Milch über das Brot geben, zu einem lockeren Teig verkneten und kurz ruhen lassen. Die Masse auf 3 Schüsseln verteilen.

Zutaten für Spinat- und Rote-Bete-Knödel:

- 80 g gegarte Rote Bete
- 125 g Spinat
- 1 Zehe Knoblauch
- 0,5 TL Koriander
- Salz
- Muskatnuss

Für die roten Knödel die Rote Bete fein pürieren. Mit dem Koriander zum Knödel-Grundteig geben und kleine Knödel daraus formen.

Für die grünen Knödel den Knoblauch abziehen und mit dem Spinat in einer Pfanne anbraten. Mit Salz und Muskatnuss würzen und fein pürieren. Zu dem Knödel-Grundteig geben und ebenfalls kleine Knödel daraus formen.

Rote und grüne Knödel in einem großen Topf in siedendem Wasser garen. Wenn sie an der Oberfläche schwimmen, aus dem Topf nehmen.

Zutaten für die Kaspressknödel:

- 100 g Bergkäse
- Öl

Bergkäse reiben, zum Knödel-Grundteig geben und kleine Knödel daraus formen. Platt drücken und in einer Pfanne in heißem Öl von beiden Seiten braten.

Zutaten für die Nussbutter:

- 100 g Butter

Butter langsam in einem Topf erhitzen, bis sie braun wird.

Zutaten zum Anrichten:

- 50 g Parmesan
- 1 Stück frischer Meerrettich
- frischer Schnittlauch

Parmesan und Meerrettich fein reiben, den Schnittlauch waschen und in Röllchen schneiden. Jeweils 3 verschiedene Knödel

auf jedem Teller anrichten. Mit der Nussbutter übergießen. Den Spinatknödel mit Parmesan bestreuen. Über den Rote-Bete-Knödel etwas Meerrettich geben und den Kaspressknödel mit Schnittlauch dekorieren. Dazu passt ein bunter oder grüner Salat.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 04.07.2024

Koch/Köchin: Sabine Hitzler

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen