



Dauer: Mittel

.....

Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen

Vegetarisch

.....

Saison: Ganzjährig Winter

.....

Für: 4 Personen

.....

Verfasst von: Martina Höfelmaier

.....

Zutaten

Knödel

.....

300 G gegarte Rote Rüben

.....

3 Eier

.....

270 G Knödelbrot

.....

120 G Topfen

.....

Salz

.....

Pfeffer

.....

Salbei

.....
fein geriebener, frischer Kren
.....

Wirsing

.....

1 kleiner Wirsing
.....

10 G Butterschmalz
.....

Salz
.....

Pfeffer
.....

Piment
.....

ein Schuss Obers
.....

Gemüsetopping

.....

Rote Rüben
.....

Butter zum Anbraten
.....

Thymian
.....

1 PRISE Zucker
.....

Zubereitung

1. Für die Knödel werden die gegarten Roten Rüben mit den Eiern fein gemixt.
 2. Die Mischung gibt man zum Knödelbrot, der Topfen wird untergemischt, mit Salz, Pfeffer und Salbei würzen.
 3. Die Knödelmasse für ca. 15 Minuten rasten lassen.
 4. Danach zwölf Knödel aus der Masse formen, diese für ca. 12 bis 14 Minuten garen.
-
1. Für den Wirsing die einzelnen Blätter für ein bis zwei Minuten in Salzwasser blanchieren und in kaltem Wasser abschrecken.
 2. Danach in feine Streifen schneiden.

3. Butterschmalz erwärmen, Wirsing hinzugeben und bei mittlerer Hitze braten, zum Schluss würzen und nach Geschmack mit einem kleinen Schuss Obers verfeinern.
4. Anrichten und mit frisch geriebenem Kren bestreuen.
1. Rote Rüben in kleine Stücke schneiden und in Butter anbraten.
2. Thymian und eine Prise Zucker dazugeben.

Isst-Gut-Rezept, Gemüse-Tag

Tipp von Diätologin Maria Anna Benedikt: Zum Topping kann nach Belieben noch Kren darübergegeben werden!

Rezept zum Genusstagebuch #47