




Verführerische Spinatknödel.

 **30 Min.**  **30 Min.**  **mittel**
Vorbereitung Gesamtzeit Aufwand

Zutaten für:

Portion(en)

Zubereitung:

- g TK-Blattspinat, aufgetaut (z.B. Greenland)
- g Toastbrot (z.B. Mike Mitchell's)
- ml Milch
- Zwiebel(n)
- EL Butter
- g Parmesankäse, gerieben (z.B. San Fabio)
- Ei(er)
- Msp. Muskatnuss
- EL gehobelte Mandeln (z.B. Puda)
- Salz & Pfeffer

- 1** Starte mit dem Spinat. Dieser sollte nicht mehr gefroren sein und daher frühzeitig (möglichst über Nacht) im Kühlschrank auftauen. Ist dies geschehen, solltest du den Spinat erst abtropfen lassen und anschließend die Restflüssigkeit mit den Händen auspressen. Den Spinat jetzt klein hacken und in eine Schüssel geben.
- 2** Es geht weiter mit dem Toastbrot. Schneide es in grobe Würfel und lege es in der Milch ein. Nutze dafür eine große Schüssel, da sich später die restlichen Zutaten dazugesellen werden.
- 3** Als nächstes Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden.
- 4** Erhitze nun ein Drittel der Butter bei geringer Temperatur in einem Topf und lass die Zwiebeln darin 2 Min. anschwitzen. Jetzt darf der gehackte Spinat für weitere 5 Min. zu den Zwiebeln. Danach den Topf zum Auskühlen vom Herd nehmen.
- 5** Das Toastbrot dürfte sich bereits mit der Milch vollgesogen haben. Füge jetzt das Ei, Dreiviertel des Parmesankäses und den gehackten Spinat hinzu. Vermenge alles und schmecke mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer ab.
- 6** Bringe in einem großen Topf gesalzenes Wasser zum Kochen. Unterdessen formst du aus der Brot-Spinat-Ei-Masse ca. 5 cm dicke, runde Knödel und lässt diese – bis das Wasser kocht – ruhen. Wenn es soweit ist, lässt du die Knödel vorsichtig in das heiße Wasser gleiten – gut funktioniert das mithilfe einer Schaumkelle. Temperatur direkt auf die niedrigste Stufe stellen. Die leckeren Bällchen jetzt ca. 15 Min. ziehen lassen.

Verführerische Spinatknödel.

2. Seite / es geht lecker weiter

Zubereitung:

- 7 In der Zwischenzeit bringst du die restliche Butter in einer Pfanne zum Schmelzen und lässt sie eine leicht bräunliche Farbe annehmen. Stell die Hitze nun ganz aus und gib Mandelblättchen sowie den restlichen Parmesankäse hinzu. Alles gut verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Spätestens jetzt dürfte dir das Wasser im Munde zusammenlaufen.
- 8 Also raus mit den Knödeln aus dem Wasser und ab auf deinen Teller. Übergieße alles mit der leckeren Parmesan-Mandel-Butter und genieße deine Knödel.

Servier-Tipp: Dazu passt ein knackiger Salat sowie Fisch, Fleisch oder einfach nur ein weiterer Spinatknödel.