

Sören Anders Gefüllte Grießknödel mit Brunnenkresse und Frischkäse Freitag, 1. April 2022

Rezept für 4 Personen

Dauer: 3 Stunden

Schwierigkeitsgrad: Mittel Feine Küche, Heimatküche

Zutaten:

Für die Knödel:

375 ml Milch 50 g Butter Salz etwas

etwas Pfeffer aus der Mühle

1 Prise Muskat

150 g Maisgrieß (Polentagrieß)

40 g Parmesan Eigelb

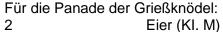
1 Bund Brunnenkresse Frischkäse 150 g

Für die Sauce:

100 g **Babyspinat** 2 Schalotten 2 EL Butter Bio-Zitrone 1 150 ml Gemüsebrühe

Sahne 150 g etwas Salz

etwas Pfeffer aus der Mühle



3 EL Mehl 4 EL Maisgrieß 800 g Frittierfett

Zubereitung:

- 1. In einem Topf für die Knödel Milch mit Butter, Salz, Pfeffer und Muskat kurz aufkochen. Dann mit dem Schneebesen den Maisgrieß glatt unterrühren. Bei kleiner Hitze 5 Minuten quellen lassen, dabei gelegentlich mit einem Holzlöffel umrühren.
- 2. Den Parmesan fein reiben.
- 3. Die Grießmasse in eine Schüssel umfüllen und nacheinander Eigelb und geriebenen Käse unter die Grießmasse rühren. Die Masse zudecken und ca. 2 Stunden abkühlen lassen.
- 4. Für die Füllung der Knödel die Brunnenkresse abbrausen, trockenschütteln und die groben Stiele abschneiden. Einige Blätter für die Dekoration zur Seite legen. Die restlichen Blätter sehr fein schneiden.
- 5. Den Frischkäse glatt rühren, mit Salz und Pfeffer würzen und die fein geschnittene Brunnenkresse unterrühren, kalt stellen.
- 6. Für die Sauce Spinat gut waschen und abtropfen lassen.
- 7. Schalotten schälen und in feine Ringe schneiden.
- 8. Die abgekühlte Grießmasse in 8 Portionen teilen und zu Kugeln formen. Die Kugeln flach drücken und mittig mit je 1 TL Frischkäsemasse belegen. Die Knödelmasse mit angefeuchteten Händen vorsichtig um den Frischkäse legen und zu Kugeln formen.
- 9. Für die Knödel-Panierung die Eier in einem tiefen Teller verquirlen.





- 10. Mehl und Grieß jeweils in einen tiefen Teller geben.
- 11. Den Backofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.
- 12. Das Frittierfett in einem hohen Topf erhitzen.
- 13. Die Knödel nacheinander in Mehl, verquirltem Ei und Grieß wenden, dabei den Grieß leicht andrücken.
- 14. Die panierten Knödel in 2 Portionen im heißen Frittierfett ca. 5 Minuten goldgelb knusprig ausbacken. Anschließend auf Küchenpapier das Fett abtropfen lassen, die Knödel in eine Auflaufform geben und im vorgeheizten Backofen warmhalten.
- 15. Für die Sauce die Butter in einem Topf schmelzen. Schalotten zugeben und glasig andünsten. Den Spinat zugeben und zusammenfallen lassen.
- 16. Dann die Gemüsebrühe angießen und auf ca. die Hälfte einkochen.
- 17. Die Zitrone heiß abwaschen, abtrocknen, die Schale fein abreiben und den Saft auspressen.
- 18. Den Zitronenabrieb und Saft zum Spinat geben und umrühren.
- 19. Die Sahne zugießen und die Sauce ca. 3 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen. Die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- 20. Zum Anrichten die Spinatsauce auf Teller verteilen, die Knödel darauf anrichten und mit übriger Brunnenkresse garniert servieren.

Pro Portion: 960 kcal/ 4010 kJ

65 g Kohlenhydrate, 24 g Eiweiß, 67 g Fett