

Drei-Käse-Knödel mit Krautsalat

Eine käsige Gnocchi-Breitseite
aus Südtirol.



Portionen:

2 – 4

Zubereitungszeit

ca. 20 Min.

(inkl. Krautsalat + 10 Min.)

Gesamtzeit

ca. 35 min.

(inkl. Krautsalat + 2 Std.)

Zutaten

KNÖDEL:

- 300 g Ricotta
- 100 g Parmesan
- 100 g Bergkäse
- 100 g Mehl
- 1 Bund Frühlingszwiebeln
- Salz
- Pfeffer
- Butter (optional)

KRAUTSALAT:

- 1 kleiner Weißkohl
- 1 Zwiebel
- Speckwürfel (optional)
- 1 EL Kümmel
- 10 EL Weißweinessig
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 1 TL Zucker
- 1 TL Salz
- Pfeffer

>> Am besten natürlich alles in Bio-Qualität

Zubereitung

STEP 1 – Krautsalat

Ihr entfernt zunächst die äußeren Blätter des Weißkohls, wäscht und vierteilt ihn (keine Sorge, das macht ihm nichts) und entfernt den inneren Strunk, also die Mitte.

STEP 2 – Krautsalat

Dann hobelt oder schneidet ihr den Kohl in feine Streifen und übergießt ihn mit 4 Esslöffeln des Essigs, und je einer durchaus großzügigen Prise Salz und Zucker. Jetzt knetet Ihr den Kohl mit beiden Händen kräftig durch, bis eine milchige Flüssigkeit entsteht. Das darf ruhig so an die 10 Minuten dauern.

STEP 3 – Krautsalat

Jetzt verrührt Ihr noch die kleingeschnittene Zwiebel mit dem restlichen Essig, Öl und Kümmel, schmeckt das Ganze mit Pfeffer und Salz ab und übergießt den Kohl damit. Der darf sich jetzt – bei gelegentlichem Durchrühren – ruhig 2 Stunden ausruhen und kann auch noch mal mit Zucker, Salz oder Pfeffer bei Bedarf abgeschmeckt werden. Wer Lust hat, kann auch noch geröstete Speckwürfel unterrühren.

STEP 4 – Käseknödel

Im Grunde sehr simpel: Ihr vermengt das Mehl mit dem Ricotta und 100 Gramm des kleingeriebenen Bergkäses und knetet alles gut mit den – natürlich überaus gut gewaschenen – Händen durch.

STEP 5 – Käseknödel

Ihr könnt nun schneeballartige, kleine Bälle aus der Masse formen oder aber den Teig zu einer Rolle „rollen“ und dann die so entstandene Wurst (siehe Bilder) in kleine Portionen schneiden. So oder so knetet ihr in jeden Knödel jetzt noch ein kleines Stück Bergkäse mit ein.

STEP 5 – Käseknödel

Nun kommen die kleinen Bälle für ein paar Minuten in kochendes Wasser. Fertig sind sie praktischerweise, wenn sie oben schwimmen. Als Abschluss rollt Ihr die Knödel nun noch kurz durch den, je nach Geschmack, fein oder Grob geriebenen Parmesan und serviert sie überstreuselt mit kleingehackter Petersilie. Wer mag kann noch etwas zerlassene Butter über die Knödel geben. Fertig!