

Ein- und ausgewickelt...

Serviettenknödel mit zweierlei Saucen

Zubereitungszeit:

ca. 1,5-2h (inklusive Ruhezeit)

Schwierigkeit:

normal

Zutaten für 2-3 Personen:

Für die Serviettenknödel:

- 350 g Semmeln oder Brot (ich nehme meist eins meiner Kastenbrote, ein halbes sind ca. 350 g)
- 2 Eier
- 300 ml Milch
- Salz und Pfeffer
- Petersilie
- Kümmel
- Fenchelsamen
- Majoran
- 1 kleingehackte Knoblauchzehe

Für die Kürbissahnesauce:

- Kürbispüree (ca. 6-7 EL)
- etw. Butter oder Öl zum Braten
- ca. 1 EL Dinkelmehl
- Milch nach Bedarf, ca. 200 ml
- Salz und Pfeffer
- fr. Basilikum
- fr. Rosmarin
- 1 kleingehackte Zehe Knoblauch

Für die Lachssahnesauce:

- ca. 150 g Lachsfilet
- etw. Butter oder Öl zum Braten
- ca. 1 EL Dinkelmehl*
- Milch nach Bedarf, ca. 200 ml
- Salz und Pfeffer
- 1 kleingehackte Zehe Knoblauch
- fr. Salbei

Zubereitung:

Die Semmeln bzw. das Brot in Würfel schneiden. In einer Schüssel alle Zutaten für die Knödel mit der Hand vermengen. Dabei entsteht eine recht flüssige "Pampe". Die muss nun für 1 h ziehen.

Währenddessen könnt Ihr Euch für eine Sauce entscheiden ☐

So, eine Stunde später ist die Grundmasse für die Knödel gar nicht mehr so flüssig. Mit den Händen könnt Ihr die Masse noch mal durchkneten und dann geht's ans Einwickeln. Hierfür brauchen wir eine Stoffserviette oder ein gewöhnliches Geschirrtuch tut's auch (so hab ich es auch gemacht) und etwas Küchengarn oder Vergleichbares, das das Kochen übersteht. Das Tuch ausbreiten und die Masse darauf arrangieren, dann einrollen und an beiden Enden fest zubinden. Das Tuch samt

Inhalt wird nun in kochendes Wasser gegeben. Es dauert ca. 40 Minuten, bis die Knödel fertig sind.

In der Zwischenzeit machen wir uns an eine der Saucen (je nach dem, für welche Ihr Euch entschieden habt).

Für die **Kürbissahnesauce** macht man eine Mehlschwitze aus Butter/Öl und Mehl. Dazu Butter/Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen. Ich gebe die gehackte Knoblauchzehe hier schon hinein und warte bis der Knoblauch glasig ist. In die flüssige Butter nun das Mehl einrühren und dann rasch mit ein paar Schluck Milch aufgießen und gut verrühren. Sobald die Sauce etwas andickt ist, kann wieder Milch hinzugefügt werden.

Das Kürbispüree kann man ganz leicht selber machen. Dazu wird entweder etwas Kürbis gekocht und püriert, oder der Kürbis wandert mitsamt Schale, aber aufgeschnitten, für ca. 20-25 Minuten in den Backofen, wird dann von der Schale und den Kernen befreit und schließlich püriert. Für das Püree in der Sauce braucht Ihr nur ungefähr 100-150 g Kürbis (roh und mit Schale gewogen). Da Kürbis in der kalten Jahreszeit hier eigentlich immer vorhanden ist, habe ich oft noch Püree vom Vortag im Kühlschrank. Wer hier regelmäßig mitliest, weiß, dass das Püree in Saucen, Teigtaschen, Kuchen usw. zum Einsatz kommt. Länger als einen Tag sollte das Püree aber wirklich nicht gelagert werden, sonst sind die Histaminwerte zu hoch. Wer mag, kann bei der "Kochvariante" auch noch Karotten hinzugeben und damit das Püree verfeinern.

Von dem Püree werden ca. 6-7 EL in die Sauce gerührt. Nach Belieben würzen und die Sauce köcheln und andicken lassen.

Die Sauce ist meist zeitgleich mit den Knödeln fertig, wenn ich die Sauce beginne, sobald das Geschirrtuch mit Inhalt in den Topf gewandert ist.

Wer lieber die **Lachssauce** versuchen mag, die geht so ähnlich, aber eben mit Lachs ☐

Die Lachsfilets in Würfel schneiden. In einer tiefen Pfanne etwas mehr Butter/Öl erhitzen als bei der Kürbissauce (ich schätze mal so 3 EL?). Darin Knoblauch und Lachs leicht anbraten (der Lachs soll nicht gar oder braun sein, aber außen schon fest). Dann etwas Mehl hinzugeben, gegebenenfalls vorher noch mal Butter/Öl ergänzen und dann rasch mit ein paar Schluck Milch aufgießen und gut verrühren. Sobald die Sauce etwas andickt ist, kann wieder Milch hinzugefügt werden. Nach Belieben würzen und die Sauce köcheln und andicken lassen.

Die Sauce ist meist zeitgleich mit den Knödeln fertig, wenn ich die Sauce beginne, sobald das Geschirrtuch mit Inhalt in den Topf gewandert ist.

Nach 40 Minuten Kochzeit kann nun das Wasser abgegossen werden. Dann die Knödelmasse auswickeln. Vorsicht, das Tuch ist noch heiß! Von der Masse mit einem scharfen Messer 2-3 cm dicke Scheiben abschneiden und auf einem Teller arrangieren.

Mit der Sauce Eurer Wahl ergänzen und servieren.

So, ich hoffe, die Textmenge hat Euch nicht abgeschreckt. Eigentlich geht das alles ganz einfach, aber es zu beschreiben, ist irgendwie kompliziert.

PS: Serviettenknödel sind die absolute Leibspeise vom Histaminer ☐

Diese Diashow benötigt JavaScript.

Guten Appetit!

(c) Histamin-Pirat