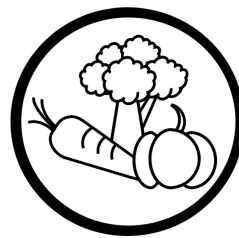


Kartoffel Spinat Knödel



12 Stück



Vorbereitung
35 Minuten



Vegi



Gluten
frei



Laktose
frei



Thermomix®
Rezept

600g Kartoffel (mehligkochend)
1L Bouillon

Kartoffeln schälen und in grobe Würfel schneiden. In der Bouillon etwa 20 Minuten in einem Topf weichkochen. Alternativ kannst du die Kartoffeln auch im Thermomix® bei 90°C für 20 Minuten auf Stufe 2 zusammen mit der Bouillon weichkochen. Nachdem die Kartoffeln weich sind, die Bouillon abgiessen. Du kannst sie aufbewahren und für ein Risotto oder andere Gerichte verwenden.

Salz und Pfeffer
200g Spinat
90g* Mehl (glutenfrei)
1 Ei

Die Kartoffeln mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Spinat in Streifen schneiden und mit dem Mehl und dem Ei verkneten oder im Thermomix® 4 Minuten mit der Knetfunktion kneten. Den Teig zu Kugeln formen oder mit einem Gace-Portionierer Kugeln formen.

Salzwasser

Salzwasser zum Kochen bringen und die Knödel portionsweise kochen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Olivenöl

Die Knödel nun in einer Bratpfanne mit Olivenöl kurz anbraten.

*Eventuell benötigst du kein Mehl. Das hängt von deinen Kartoffeln ab. Ich füge das Mehl immer erst hinzu, wenn der Teig zu klebrig ist.

Auf heissen Tellern servieren. Ich mag gerne Tomatensauce dazu.

