

## **Klöße und Knödel – so wird's eine runde Sache!**

### **Die Rezepte**

Thüringer Klöße	2
Oyaki	4
Mochi	6
Kaspressknödel	9
Heiße Zwiebelsuppe	11
Dampfnudeln	13

## Thüringer Klöße

Rezept von Jan Nürnberger

Auf seiner Knödelreise lernt der Vorkoster die originale Zubereitung der berühmten Thüringer Klöße kennen: Eine besondere Kunst, die etwas Übung erfordert.



### Zutaten für 4-6 Personen:

- 2 kg vorwiegend festkochende Kartoffeln
- 2 altbackene Brötchen
- 2 EL Butter
- Salz

### Zubereitung:

- Für die Füllung die altbackenen Brötchen würfeln.
- Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Brotwürfel darin bei mittlerer Hitze goldbraun anrösten, dann beiseitestellen.
- Die Kartoffeln schälen.
- Ein Drittel der Kartoffeln vierteln, in einen Topf geben. Mit gesalzenem Wasser knapp bedecken und zum Kochen bringen.
- Sind die Kartoffeln gar, im Kochwasser mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken und zu einem sämigen Kartoffelbrei köcheln lassen. ACHTUNG: Das Kochwasser wird nicht abgeschüttet!
- Die übrigen, rohen Kartoffeln mit einer Reibe fein reiben.
- Geriebene Kartoffeln in ein sauberes Geschirr- oder Leinentuch geben und so fest wie möglich auspressen. In Thüringen findet man noch alte

Kartoffelpressen genau für diesen Zweck. Unser Experte Jan Nürnberger verwendet dafür einen elektrischen Entsafter.

- Das austretende Wasser in einer Schüssel auffangen. Die Kartoffelstärke setzt sich am Schüsselboden ab. Die Stärke nach dem Abgießen des Wassers über die ausgedrückten Kartoffeln verteilen.

**Tipp:** Beim Vermischen von Stärke und geriebenen Kartoffeln einige Esslöffel heißes Wasser in die Masse mischen, so bilden sich keine Klümpchen.

- Rohe, geriebene Kartoffeln und den kochend heißen Kartoffelbrei kräftig zu einer glatten Masse verrühren.
- Den möglichst noch heißen Teig mit nassen Händen zu Klößen formen. In jeden Klob eine daumengroße Mulde drücken, mit Brotroutons füllen und mit Klobsteig verschließen.
- Währenddessen leicht gesalzenes Wasser in einem separaten, ausreichend großen Kochtopf zum Köcheln bringen.
- Klöße in das leicht köchelnde Salzwasser geben und für 10-15 Minuten garziehen lassen.

**Tipp:** Das Wasser darf nicht sprudelnd kochen, da die Klöße sonst platzen können.

- Schwimmen die Klöße an der Wasseroberfläche, können sie aus dem Topf genommen und serviert werden. Besonders gut schmeckt dazu eine Schmelze aus Butter und Semmelbröseln.

## Oyaki

Rezept von Kaoru Iriyama

Bei diesen asiatischen Knödeln handelt es sich um eine Variante aus dem japanischen Gebirge, wo sie traditionell als herzhaftes Snacks zwischen den Mahlzeiten gegessen wurden.



Die japanische Meisterköchin Kaoru Iriyama stammt aus Tokyo und versteht sich als „Botschafterin der japanischen Küche“. Sie hat es sich zum Ziel gesetzt, uns die japanische Kochkultur näher zu bringen. Sie lebt und arbeitet in Berlin, gibt aber deutschlandweit Kochkurse und veranstaltet Koch-Events.

### Zutaten für 4-6 Stück:

#### Für den Teig:

- 150 g Mehl Type 550
- 5 g Backpulver
- ½ TL Zucker
- ½ TL Salz
- 100 ml Wasser
- 1 TL Rapsöl

#### Für die Füllung:

- 200 g Aubergine
- 60 g dunkle Misopaste

- 30 g Zucker
- Ingwer

**Zubereitung:**

- Für den Teig Mehl, Backpulver, Zucker und Salz vermengen.
- Wasser zum Kochen bringen und mit den trocknen Zutaten vermengen. Die Menge zu einem Teig kneten und diesen 30 Minuten in einem feuchten Tuch ruhen lassen.
- Aubergine waschen, fein würfeln und mit Öl in einer Pfanne anbraten.
- Ingwer schälen, in feine Streifen schneiden und diese mit in die Pfanne geben. Das Gemüse so lange schmoren lassen, bis es gar ist.
- Misopaste in einer Schüssel mit Zucker vermengen.
- Miso-Zucker-Paste zu den Auberginenwürfeln geben und unter Rühren so lange mitbraten, bis sie gleichmäßig verteilt ist.
- Nach seiner Ruhezeit den Teig in 6 Portionen teilen und mit den Händen zu Kugeln formen.
- Etwas Mehl auf der Arbeitsfläche verteilen und die Kugeln so auf die Arbeitsfläche drücken, dass kleine Fladen entstehen. Diese sollten am Rand dünner sein als in der Mitte.
- Die Füllung mithilfe eines Löffels in die Teigfladen geben und die Ränder über die Füllung legen und fest zusammendrücken.

**Tipp:** Besonders schön sieht es aus, wenn der Teig Rand dabei im Uhrzeigersinn gefaltet und zusammendreht wird.

- Öl in einer Pfanne leicht erhitzen und die Oyaki bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun anbraten.
- Oyaki zuletzt im Dampfgarer oder in der Pfanne dämpfen. Für das Dampfgaren in der Pfanne füllt man diese mit heißem Wasser, bis die Klöße zu einem Drittel darinstehen.
- Oyaki bei geschlossenem Deckel dämpfen. Nach rund 10 Minuten sind sie gar und können direkt serviert werden.

## Mochi

Rezept von Kaoru Iriyama

Diese Süßspeise aus Klebreismehl erfreut nicht nur den Gaumen, sondern auch das Auge. Sie ist mittlerweile ein echter Knödel-Trend. Der Vorkoster lernt das Rezept von einer japanischen Meisterköchin.



### Zutaten für 10 Stück:

#### Zutaten für Mochi:

- 10 kleine Erdbeeren
- 150 g süße Azuki-Bohnenpaste (selbst gemacht oder Fertigprodukt)
- 100 g Klebreismehl (gibt es im Asialaden)
- 80 g Zucker
- 150 ml Wasser
- Kartoffelstärke zum Bestäuben

#### Zutaten für selbstgemachte Azuki-Bohnenpaste:

- 100 g Azukibohnen (gibt es im Asia-Laden. Alternativ gehen auch getrocknete Kidneybohnen oder Dicke Bohnen)
- 70 g Zucker

#### Zubereitung Azuki-Bohnenpaste:

- Azukibohnen gründlich abwaschen und in einem Topf mit 1,5 Liter Wasser über Nacht quellen lassen.

**Tipp:** Anstatt der Azuki Bohnen lassen sich auch getrocknete Dicke- oder Kidney Bohnen verwenden. Diese ergeben aber nicht eine so kräftige rote Farbe der Bohnenpaste.

- Wasser nach dem Quellen abgießen. Bohnen mit frischem Wasser (1,5 Liter) aufkochen und für 40-60 Minuten köcheln lassen, bis die Bohnen weich sind.

**Tipp:** Um zu prüfen, ob eine Azuki Bohne weich genug ist, muss man sie problemlos zwischen Daumen und Zeigefinger zerdrücken können.

- Bohnen abgießen und unter ständigem Rühren mit der Hälfte des Zuckers in einem Topf erhitzen, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Danach den restlichen Zucker hinzufügen und unterrühren.
- Wenn die Bohnenmischung eine dickflüssige Konsistenz angenommen hat, pürieren und zum Auskühlen flach ausstreichen.

### **Zubereitung Mochi:**

- Den Strunk der Erdbeeren entfernen, sodass sie mit der Schnittfläche nach unten einen geraden Stand haben.
- Erdbeeren mit Azuki Bohnenpaste ummanteln, sodass nur noch die Erdbeerspitze herausragt.
- Für den Teig das Klebreismehl, Zucker und Wasser in einer Schüssel verrühren, bis eine homogene Mischung entsteht.
- Den dünnflüssigen Teig in eine beschichtete Pfanne geben und diesen bei mittlerer bis hoher Temperatur so lange mit einem hölzernen Pfannenwender rühren, bis die Masse einen elastischen Klumpen ergibt.

**Tipp:** Dieser Teil des Rezeptes erfordert Geduld. Der Teig ist dann fertig, wenn er vollständig als Klumpen am Pfannenwender kleben bleibt und sich hochheben lässt.

- Den Pfannenwender mit Wasser benetzen. Teig mithilfe des nassen Pfannenwenders auf die Arbeitsfläche geben und den Teig mit Kartoffelstärke bestäuben. In 10 Portionen aufteilen. Achtung, der Teig ist zu diesem Zeitpunkt heiß!
- Teigportionen zu kleinen, dünnen Fladen formen. Kartoffelstärke mithilfe eines Küchenpinsels entfernen.
- Die einzelnen Fladen je über eine mit Bohnenpaste ummantelte Erdbeere legen und unten gut zusammendrücken. Dann mit den Händen zu einer Kugel formen.

- Die Süßspeise wird traditionell mit japanischem Tee serviert, da sich der Teig Klebereis bei großen Bissen nur schwer herunterschlucken lässt.



## Kaspressknödel

Rezept von Fridel Schipflinger

Bei dieser Spezialität aus Österreich handelt es sich um einen ganz besonderen Semmelknödel. Neben den üblichen Zutaten sorgen Kartoffeln und dreierlei Käsesorten für einen würzigen Geschmack und die goldbraune Kruste. Diese Knödel werden nämlich gebraten!



### Zutaten für 8 Portionen:

- 250 g festkochende Kartoffeln
- 100 g Butter
- 100 g Zwiebeln
- 1 Knoblauchzehe
- 500 ml Milch
- 1 Prise gemahlener Kümmel
- 1 Prise Majoran
- 1 Prise geriebene Muskatnuss
- Salz, Pfeffer
- 100 g Bergkäse
- 100 g Tilsiter
- 100 g Schweizer Hüttenkäse
- 3 Eier
- 500 g Knödelbrot (alternativ altbackene Brötchen)
- ½ Bund Glatte Petersilie
- Öl zum Anbraten

**Zubereitung:**

- Kartoffeln mitsamt Schale in gesalzenem Wasser garkochen. Pellkartoffeln aus dem Wasser nehmen und die Haut entfernen, dann in grobe Würfel schneiden.
- Butter in einem Topf bei geringer Wärmezufuhr zum Schmelzen bringen.
- Zwiebeln schälen und fein würfeln. Zwiebelwürfel in einer Pfanne mit 4 EL der geschmolzenen Butter anschwitzen, bis sie glasig sind.
- Knoblauch schälen und mit dem Rest der geschmolzenen Butter pürieren.
- Knoblauchbutter und Milch zu den glasigen Zwiebelstücken geben und mit Kümmel, Majoran, Muskatnuss sowie Salz und Pfeffer würzen. So lange erwärmen, bis die Milch heiß ist, aber nicht kocht.
- Währenddessen, falls nötig, die Rinde von den Käsestücken entfernen. Käse in grobe Würfel schneiden. Kartoffel- und Käsestücke in einer ausreichend großen Schale mit Eiern und Knödelbrot vermischen.
- Petersilie fein hacken.
- Heiße Zwiebelmilch zusammen mit der gehackten Petersilie in die Knödelmasse kneten. Über Nacht ziehen lassen.
- Knödelmasse mit den Händen zu runden Knödeln formen. Bei mittlerer Hitze in eine Pfanne mit etwas Öl geben, mit einem Pfannenwender flach drücken („pressen“) und beidseitig goldbraun braten. Knödel heiß servieren.

**Tipp:** Besonders gut schmecken die Knödel in einer klaren Zwiebelsuppe, garniert mit etwas frischem Schnittlauch.

## Heiße Zwiebelsuppe

Der Vorkoster lernt auf der Grill Alm nicht nur, wie man Tiroler Knödel macht. Serviert werden sie in einer wunderbar wärmenden Zwiebelsuppe.



### Zutaten für 4 Personen:

- 500 g Zwiebeln
- 50 g Butter
- 6 Lorbeerblätter
- 2 EL Wacholderbeeren
- 1 EL Pfefferkörner
- 1 l Rinderbrühe (alternativ Gemüsebrühe)
- 100 ml leichter Weißwein
- 50 ml Sherry
- 1/2 Bund Schnittlauch

### Zubereitung:

- Zwiebeln schälen, halbieren und mit der Schnittfläche auf die Arbeitsfläche legen. Die Zwiebelhälften in dünne Scheiben schneiden.
- In einer ausreichend großen Pfanne Zwiebelscheiben in Butter glasig dünsten.
- Gedünstete Zwiebeln mit Brühe, Weißwein und Sherry ablöschen. (Wer auf Alkohol verzichten möchte, kann einfach etwas mehr Brühe verwenden)
- Die Gewürze in einem Gewürznetz dazugeben. Suppe für etwa 30 Minuten köcheln lassen und zuletzt das Gewürznetz entfernen.

- Zum Servieren frischen Schnittlauch in feine Röllchen schneiden und je eine Handvoll in die Suppe geben.

## Dampfnudeln

### Rezept von Fridel Schipflinger

Diese mit den Germknödeln verwandten Hefeklöße zeichnen sich durch die süße Kruste am Boden aus. Besonders beliebt sind sie in Österreich, hier lernt der Vorkoster auch deren traditionelle Zubereitung.



### Zutaten für 8 Portionen:

#### Für den Teig:

- 600 ml Milch
- 200 g Butter
- 85 g Zucker
- 45 g frische Hefe
- 1 Prise Salz
- 1,25 kg Mehl
- 1 Prise gemahlene Vanille / Vanillezucker
- 5 Eier

#### Für das Dämpfen:

- 200 ml Milch
- 60 g Butter
- 35 g Zucker

**Zubereitung:**

- Für den Teig Milch und Butter in einem Topf handwarm erwärmen, sodass die Butter weich wird. Zucker, zerbröselte Hefe und Salz hinzugeben und verrühren. Vorsicht: Die Milch darf hierbei nicht zu heiß werden oder garkochen, da sonst die Hefe nicht arbeiten kann.
- Mehl in eine ausreichend große Schüssel geben. Warme Milchemischung, Vanille sowie Eier hinzufügen und zu einem glatten Teig verkneten.
- Teigschüssel mit einem sauberen Geschirrtuch abdecken und mindestens eine Stunde bei warmer Zimmertemperatur gehen lassen.
- Für das Dämpfen Milch, Butter und Zucker in eine Pfanne mit hohem Rand oder einen großen flachen Topf geben und erwärmen, sodass die Butter flüssig wird.
- Währenddessen Teig zu einzelnen, etwa handtellergroßen Knödeln rundwirken. Diese mit 2-3 cm Abstand zueinander in den Topf mit der Milch-Butter-Zucker-Mischung setzen.
- Dampfnudeln bei geschlossenem Deckel und geringer Wärmezufuhr für 25-30 Minuten in der Milch köcheln lassen. Den Deckel zwischendurch nicht öffnen!

**Tipp:** Wenn kein passender Topf- oder Pfannendeckel verfügbar ist, kann auch mit Frischhaltefolie abgedeckt werden.

- Sobald die Flüssigkeit im Topf verkocht ist, ist ein leichtes Knistern zu hören. Nun darf der Deckel abgehoben werden.
- Am Topfboden sollte sich jetzt eine goldbraune Kruste gebildet haben. Dampfnudeln aus dem Topf nehmen und warm servieren, klassischerweise mit Vanillesauce und etwas Puderzucker.