

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 2. April 2025** ▪
Vegetarische Küche mit Johann Lafer



Felix Rabe

Zweierlei Knödel mit brauner Butter und Krautsalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Knödel:

50 g TK-Spinat
 150 g Knödelbrot
 1 altbackene Brezel
 1 Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 100 g Bergkäse, aus mikrobiellem Lab
 1 Ei
 125 ml Milch
 1-2 Zweige Petersilie
 1 EL Semmelbrösel
 2 EL Weizenmehl, Type 405
 Walnussöl, zum Braten
 Sonnenblumenöl, zum Braten
 Muskatnuss, zum Reiben
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Milch in einem Topf erwärmen. Knödelbrot und Brezel würfeln und jeweils in eine Schüssel geben. Warme Milch auf beide Schüssel aufteilen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen. Zwiebel fein würfeln, Knoblauch hacken. Zwiebeln und Knoblauch in etwas Sonnenblumen- und Walnussöl andünsten. Die Hälfte der Masse aus der Pfanne auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Zur anderen Hälfte in der Pfanne den Spinat geben und kurz mitanschwitzen. Dann ebenfalls aus der Pfanne geben und abkühlen lassen. Spinat-Zwiebel-Mischung pürieren.

Ei halbieren. Halbes Ei zur Brezel-Masse geben, dann den Käse reiben und unterrühren. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie hacken und unterrühren. Ggf. etwas Mehl oder Semmelbrösel hinzugeben.

Restliches Ei mit der Spinatmasse zum Knödelbrot geben und gut vermengen. Mit Muskat, Salz und Pfeffer abschmecken. Ggf. etwas Mehl oder Semmelbrösel hinzugeben.

Aus den Massen Knödel formen und 15 Minuten in Salzwasser köcheln lassen.

Für die Butter:

150 g Butter
 Salz, aus der Mühle

Butter im Topf erhitzen und bräunen mit Salz abschmecken.

Für den Krautsalat:

½ Spitzkohl
 1 Karotte
 1 Schalotte
 1 Zitrone, Saft & Abrieb
 3 EL weißer Balsamicoessig
 1 TL Honig
 1 TL körniger Senf
 9 EL Walnussöl
 1 TL Kümmelsamen
 50 g geschälte Walnüsse
 Salz, aus der Mühle

Spitzkohl fein hobeln und salzen. Karotte schälen und in Stifte hobeln. Schalotte abziehen und fein schneiden.

Spitzkohl, Karotte und Schalotte vermengen und mit Zitronensaft, Zitronenabrieb, Balsamicoessig, Honig, Senf und Walnussöl abschmecken.

Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten, dann hacken und unter den Kohl mengen, mit Kümmel garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.