

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 12. April 2023** ▪  
**Vegetarische Küche mit Johann Lafer**



**Norbert Prager**

**Kaspressknödel mit Schmand-Dip und Spitzkohl-Apfel-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für Kaspressknödel:**

130 g Knödelbrot  
 1 kleine Zwiebel  
 ½ Knoblauchzehe  
 40 g Butter  
 150 ml Milch  
 140 g Bergkäse  
 2 Eier  
 20 g Parmesan  
 1 Bund glatte Petersilie  
 40 g Mehl  
 Muskatnuss, zum Reiben  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Die Zwiebel und Knoblauch abziehen und würfeln. Petersilie hacken und etwas für den Salat und Dip beiseitestellen. Petersilie mit Zwiebel und Knoblauch in einer Pfanne mit der Hälfte der Butter anbraten und dann mit Milch übergießen und kurz aufkochen lassen. Das Milchgemisch über das Knödelbrot geben und einweichen lassen. Bergkäse in Würfel schneiden und zusammen mit den Eiern und dem Mehl unter die Brotmasse mengen. Den Teig mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. In der Pfanne die restliche Butter erhitzen und mit einem Löffel Teighäufchen in die heiße Pfanne setzten, plattdrücken und langsam von beiden Seiten langsam goldbraun backen. Parmesan reiben und zum Schluss über die Knödel streuen.

**Für den Spitzkohl-Apfel-Salat:**

300 g Spitzkohl  
 1 kleiner roter Apfel  
 1 Schalotte  
 ½ EL Kümmelsamen  
 100 g Walnüsse  
 2 TL flüssiger Honig  
 30 ml Apfelessig  
 30 ml Pflanzenöl  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Spitzkohl in feine Streifen schneiden, in eine Schüssel geben, etwas einsalzen, den Kümmel dazu geben und mit den Händen durchkneten. Schalotte abziehen, fein hacken, im Pflanzenöl glasig dünsten und mit Apfelessig ablöschen. Mischung über Spitzkohl geben. Apfel würfeln und ebenfalls zum Salat geben. Walnüsse in einer Pfanne ohne Fett rösten und auch zum Salat geben. Alles mischen und Honig zum Salat geben. Mit etwas Petersilie bestreuen.

**Für den Dip:**

200 g Schmand  
 ½ Knoblauchzehe  
 1 Limette, davon Saft  
 ½ Bund Schnittlauch  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch abziehen und fein würfeln. Schnittlauch fein schneiden. Limette halbieren und auspressen. Schmand mit etwas Limettensaft, Knoblauch und Schnittlauch vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Petersilie nach Geschmack noch unterheben.

Kaspressknödel auf Tellern anrichten und mit Schmand-Dip und Salat servieren.