

# ALLES, WAS DAS Herz begehrt

Generiert vom Winter? Kein sonniger Urlaub in Sicht?  
FEINSCHMECKER-Köchin Brigitte Berghammer-Hunger hätte  
da was Tröstliches auf dem Herd: **KNÖDEL** mit Spinat,  
Käse und brauner Butter. Wonnig!

FOTOS: VIVI D'ANGELO



Das perfekte Rezept  
für Einsteiger,  
Schritt für Schritt erklärt



## Spinatknödel MIT KÄSE UND NUSSBUTTER

Schwierigkeitsgrad: leicht, Zubereitungszeit: 45 Minuten  
plus 25 Minuten Dämpf- oder Kochzeit,  
Zutaten für 4 Personen à 3 Knödel (70-80g pro Stück)

### KNÖDEL

**500 g Toastbrot (oder zäh-alte Semmeln, abwiegen),**  
**1 Zwiebel (80 g), 50g Butter,**  
**500 g aufgetauter, etwas ausgedrückter TK-Blattspinat,**  
**2 Eier (Größe S),**  
**160 g in etwa ½ cm kleine Würfel geschnittener**  
**Tilsiter oder Bergkäse,**  
**Salz, frisch geriebene Muskatnuss**  
• Außerdem: Topf mit Dämpfeinsatz

### GARNITUR

**250 g Butter,**  
**150 g geriebener und gehobelter Tilsiter oder**  
**Bergkäse,**  
**2 Essl. gehackte glatte Petersilie**

- 1 Für den Knödelteig Toastbrot oder Semmeln in Würfel schneiden, Zwiebel in feine Würfel schneiden.
- 2 Zwiebelwürfel in der Butter glasig dünsten.
- 3 Blattspinat und Eier im Mixbecher sehr fein pürieren.
- 4 Alle Zutaten in einer Schüssel gut vermengen, damit ein formbarer Knödelteig entsteht. Mit Salz und Muskatnuss abschmecken.
- 5 Mit den Händen den Teig zu 12 Knödeln formen. Knödel in den Dämpfeinsatz geben.
- 6 So viel Wasser in den Topf füllen, dass der Dämpfeinsatz nicht im Wasser hängt. Das Wasser aufkochen, leicht salzen. Dämpfeinsatz einhängen. Knödel etwa 25 Minuten garen.
- 7 Für die Nussbutter die Butter in einem Topf erwärmen, bis die Molke (weißer Bestandteil der Butter, wenn sie flüssig wird) eine leicht hellbraune Farbe bekommt, so entsteht der leicht „nussige“ Geschmack.
- 8 Knödel auf Teller verteilen (3 Stück pro Person), mit geriebenem und gehobeltem Käse und Petersilie bestreuen.

### Tipp:

Durch das Dämpfen laugen die Spinatknödel nicht aus und behalten ihre schöne grüne Farbe. Wer keinen Dämpfeinsatz hat, kann sie auch in reichlich leicht gesalzenem Wasser (Knödel sollen schwimmen) und bei geschlossenem Deckel sieden lassen.

### Serviervariante:

Auf gekochtem Rotkohl anrichten oder mit lauwarmem Krautsalat servieren.

## UNSERE KÖCHIN ÜBER DEN

### Thermomix

„Das Gerät ist ideal für Leute, die nicht kochen können oder für junge Familien mit wenig Zeit, denn damit gelingt alles perfekt. Wer eine gut ausgestattete Küche hat, braucht ihn nicht und kann das viele Geld (und den Platz!) lieber anders nutzen. Ich nehme ihn nur zum Mixen, Pürieren (wie hier beim Spinat) oder für Mürbeteig. Er ist sehr laut, der Hersteller sollte Gehörschutz beilegen.“

