

# Kräuter-Serviettenknödel

## mit Rahm-Kohlrabi

– Bio Kochbox KW 26



# Kräuter-Serviettenknödel

## mit Rahm-Kohlrabi



### **MENGENHINWEIS:**

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

### **Für 2 Portionen:**

- 200 g altes Brot oder Brötchen
- 1 Zwiebel
- 2 Kohlrabi
- 150 ml pflanzliche Sahne
- 1 Handvoll Petersilie
- 1 Handvoll Schnittlauch

### **Eigener Vorrat:**

- Salz, Pfeffer
- 180 ml pflanzliche Milch
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Öl
- 2 EL Mehl
- 1 EL Senf
- 2 EL Sonnenblumenkerne
- Muskat

### **Zubereitung:**

Das Brot wird in kleine Würfel geschnitten und in eine große Schüssel gegeben. Die Zwiebel und die Knoblauchzehe werden geschält und fein gehackt. Petersilie und Schnittlauch werden gewaschen, trocken geschüttelt und fein geschnitten. Ein Teil der Zwiebelwürfel wird in wenig Öl glasig angeschwitzt und zusammen mit den Kräutern über die Brotwürfel gegeben. Die pflanzliche Milch wird leicht erwärmt, über das Brot gegossen und alles mit Salz, Pfeffer und etwas Muskat vermischt, bis eine formbare, nicht zu nasse Knödelmasse entsteht. Diese Masse wird auf ein Stück Backpapier oder ein sauberes Küchentuch gegeben, zu einer festen Rolle geformt, straff eingewickelt und in leicht siedendem Wasser oder über Dampf gegart. Währenddessen werden die Kohlrabi geschält, gewaschen, trockengetupft und zuerst in Scheiben, dann in feine Stifte geschnitten. Die restliche Zwiebel wird in etwas Öl angeschwitzt, der Kohlrabi dazugegeben und einige Minuten sanft angebraten. Das Mehl wird darübergestäubt, kurz mitgeröstet und anschließend mit pflanzlicher Sahne und wenig Wasser oder Brühe glattgerührt, sodass eine cremige Sauce entsteht. Senf wird eingerührt und das Gemüse mit Salz, Pfeffer und Muskat abgeschmeckt. Die Sonnenblumenkerne werden in einer trockenen Pfanne goldbraun geröstet. Sobald die Knödelrolle gar ist, wird sie aus dem Papier genommen, in Scheiben geschnitten und in etwas Öl goldbraun angebraten. Die knusprigen Knödelscheiben werden mit dem Rahm-Kohlrabi angerichtet und mit den gerösteten Sonnenblumenkernen bestreut.