

Schuhbecks



Kochclub

Ricotta-Spinat-Knödel in Salzeibutter



Zutaten für 4 Personen:

Für die Knödel:

120 g	Babyspinat Salz
1 TL	Fenchelsamen
1 TL	Zimtsplitter
1 TL	Korianderkörner
1 TL	schwarze Pfefferkörner
250 g	Ricotta
50 g	geriebener Parmesan
1	Ei
100 g	doppelgriffiges Mehl frisch geriebene Muskatnuss abgeriebene unbehandelte Zitronenschale milde Chiliflocken
1 Msp.	
1	Lorbeerblatt

Für die Salbeibutter und die Brösel:

5	Salbeiblätter
100 g	braune Butter
1	Knoblauchzehe (in Scheiben)
2	Scheiben Ingwer
1 Stück	ausgekratzte Vanilleschote frisch geriebener Zimt abgeriebene unbehandelte Zitronenschale milde Chiliflocken
1 Msp.	
4 EL	Salz Weißbrotbrösel

Für den Salat:

1 EL	Öl
4 SB	Scheiben Südtiroler Speck
100 ml	Gemüsebrühe
1 ½ EL	Apfelessig
1 ½ EL	Apfelsaft
1 ½ TL	scharfer Senf Salz Pfeffer aus der Mühle Zucker
3 EL	mildes Olivenöl
250 g	geputzte, gemischte Salatblätter (z.B. Feldsalat, Radicchio, Romanasalat)
1 Handvoll	essbare Blüten (z.B. Veilchen, Borretsch)

Wichtige Küchengeräte

Topf, Sieb, Schüssel, Pfanne, Stabmixer, Schaumlöffel

Zubereitung

Für die Knödel den Spinat verlesen und waschen. Die Spinatblätter kurz in kochendem Salzwasser blanchieren, in ein Sieb abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Das restliche Wasser gut mit den Händen ausdrücken und den Spinat klein hacken. Fenchel, Zimtsplitter, Koriander- und Pfefferkörner mischen und in eine Gewürzmühle füllen.

Den Spinat in eine Schüssel geben und mit Ricotta, Parmesan, Ei und Mehl mischen. Die Ricottamasse mit Salz, Muskatnuss, Zitronenschale, 1 Prise Chiliflocken und den Gewürzen aus der Mühle würzen und zu einem glatten Teig kneten.

In einem Topf reichlich Salzwasser mit dem Lorbeerblatt zum Kochen bringen. Aus der Ricotta-Spinat-Masse mit angefeuchteten Händen 16 kleine Knödel formen und im Salzwasser etwa 12 Minuten gar ziehen lassen, bis sie nach oben steigen.

Für die Salbeibutter die Salbeiblätter waschen und trocken tupfen. 80 g braune Butter mit den Salbeiblättern, Knoblauch, Ingwer und Vanilleschote in einer großen Pfanne bei mittlerer Hitze erwärmen. Mit Zimt, Zitronenschale, 1 Prise Chiliflocken und Salz würzen.

Für die Brösel die restliche braune Butter in einer Pfanne erhitzen und die Weißbrotbrösel darin leicht anrösten.

Für den Salat das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Speck darin bei mittlerer Hitze auf beiden Seiten knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen, auf Küchenpapier abtropfen lassen und in Stücke schneiden.

Die Brühe mit Essig, Apfelsaft und Senf verrühren. Mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen und das Olivenöl langsam mit dem Stabmixer unterrühren. Die Salatblätter in einer Schüssel mit dem Dressing marinieren.

Nährwertangaben (pro 100g): Energie: 183,20 kcal, Fett: 12,37 g, Kohlenhydrate: 9,10 g