



Zitronenquark-Gnocchi

Die Gnocchi für den Sommer. Zum Quarkteig kommt nur soviel Mehl, dass er zähflüssig, aber nicht fest wird. Den weichen Teig von Hand oder mit Löffeln zu Gnocchis zu formen, wäre ein hoffnungsloses Unterfangen, darum wird er in einen Spritzsack gefüllt und stückchenweise direkt ins heisse Wasser gepresst. Das gibt zarte und ganz schön fluffige Gnocchis mit einem frischen Zitronenaroma.

Sie können nach dem Garen im heissen Wasser direkt angerichtet werden, oder man legt sie auf einen Teller ohne dass sie sich berühren und friert sie so ein. Sind sie gefroren, können sie in einen Plastikbeutel gefüllt werden und so gut ein paar Wochen aufbewahrt werden

Zutaten (2 Portionen)

250g	Quark vollfett
2	Eier
120g	Mehl
120g	Hartweizengriess
7g	Salz (1,5 Tl)
2Msp	Muskatnuss
2Msp	Pfeffer
2Prisen	Zucker
1	Bio-Zitrone
50g	Tafelbutter
	Parmesan

Zubereitung

Quark und Eier miteinander verquirlen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Hartweizengriess untermischen, danach das Mehl untermischen. Solange der Teig weich ist nimmt man dazu ein Schwingbesen, sobald der Teig fester wird, nimmt man

eine Holzkelke zur Hand.

Zitrone kurz unter heissem Wasser abspülen und trocken. Mit dem Zestenschneider etwa die Hälfte der Zitronenschale abraspeln und zum Teig geben. Teig nochmals vermischen und mindestens 1 Stunde (besser 2 Stunden) ruhen lassen.

In einer grossen Pfanne reichlich Wasser aufkochen und leicht salzen.

Teig in einen Spritzsack mit einer ca. 1,5cm grossen Öffnung abfüllen. Dazu stellt man den leeren Spritzsack am besten in ein hohes Gefäss.

Butter in einem Pfännchen schmelzen. Saft der halben Zitrone auspressen. Sobald die Butter leicht aufschäumt, Zitronensaft zugeben. Zitronenbutter warmhalten, aber nicht mehr köcheln, bis die Gnocchi gegart sind.

Gnocchi aus dem Spitzsack direkt ins heisse aber nicht mehr kochende Wasser pressen. Dabei mit einem Messer zu ca. 1 1/2cm langen Stücken abschneiden.

Die Gnocchi sinken an den Boden, steigen aber nach kurzer Zeit an die Oberfläche. Danach 2-3 Minuten ziehen lassen. Mit einer Schaumkelle herausheben, abtropfen lassen und auf heissen Tellern anrichten. Mit der Zitronenbutter übergiessen und etwas Parmesan darüber reiben.

Oder man schwenkt die gegarten Gnocchi in der Pfanne mit der heissen Zitronenbutter, dabei können die Gnocchi bis zum Anrichten auch ein paar Minuten warmgehalten werden.





