



Tiroler Knödel mit Bockshornklee in Gemüsebouillon

Bockshornklee ist Bestandteil von vielen Curry-Mischungen. Er ist mit dem Schabzigerklee eng verwandt und ähnelt diesem auch im Geschmack. Es ist ein intensives Gewürz und muss zurückhaltend dosiert werden. Im Südtirol wird Bockshornklee auch als Brotgewürz verwendet, so passt er auch zu den Tiroler Knödeln, die vor allem aus Altbrot zubereitet werden, da zeigt er nebst herb-bitteren Noten auch seine liebliche Seite.

Zu kleinen Knödel geformt, passen sie gut in eine klare Suppe mit Gemüseeinlage, z.B. mit Wirz, Lauch, Rüebl und Stangensellerie.

Zutaten (2-3 Portionen)

160g hartes Altbrot (hell und dunkel gemischt)
20g Mehl
1,5dl Milch
1 grosses Ei
30g Zwiebel
1 grosse Knoblauchzehe
25g Tafelbutter
1Tl Bockshornklee (nur ganz leicht gehäuft!)
Salz Pfeffer, Muskatnuss
15g Tafelbutter zum Anrösten der Knödel

Gemüsebouillon:

1l Gemüsebouillon
120g Gemüse
Wirz, Lauch, Stangensellerie, Rüebl

Zubereitung

Zuerst die Sysiphusarbeit: Das Altbrot mit einem Brotmesser ganz klein würfeln. Dazu das Brot zu Scheiben schneiden, wobei das harte Brot zu kleinen Stücken auseinander bricht. Die Brotstücke weiter zerkeinern, das geht nicht mehr mit schneiden, sondern es ist eher wie ein grobes Raspeln, dabei darauf achten, dass die Rindenstücke klein gehackt werden.

Zerhacktes Brot in eine Schüssel geben, Mehl, Bockshornklee, 1/2Tl Salz zugeben und zurückhaltend mit Muskatnuss und Pfeffer würzen.

Zwiebel und Knoblauch hacken und zusammen in Tafelbutter dünsten bis die Zwiebel leichte Röstspuren zeigt. Zum Brot geben.

Milch und Ei miteinander verquirlen und zum Brot giessen und vermischen. Knödelmasse von Hand gut verkneten, damit ein kompakter, kaum klebriger Teig entsteht. Zugedeckt 1 Stunde ruhen lassen.

Aus der Knödelmasse mit nassen Händen (der Teig klebt weniger) ca. 2-3cm grosse Kugeln formen.

In einer grossen Pfanne leicht gesalzenes Wasser bis zum Siedepunkt aufkochen. Knödel zugeben und 25 Minuten im immer nur knapp siedenden Wasser ziehen lassen. Zu Beginn sinken die Knödel auf den Boden ab, nach 2-3 Minuten steigen sie an die Oberfläche auf und beginnen sich von selbst zu drehen.

Butter erhitzen bis sie leicht schäumt. Knödel mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben, kurz abtropfen lassen und zur Butter geben. Knödel ab und zu vorsichtig wenden, oder die Knödel in der Butter schwenken bis sie ringsum leichte Röstspuren zeigen.

Gemüsebouillon:

Gemüse klein schneiden: Blattkiele aus den Wirzblättern herausschneiden und das Blattwerk zu kurzen Streifchen schneiden. Lauch zu ca. 2cm langen Stücken schneiden, längs halbieren und zu schmalen Streifen schneiden. Rüebli und Stangensellerie zu schmalen Scheibchen schneiden. Gemüse ca. 10 Minuten in der Bouillon mitköcheln.







