



Kürbisknödel mit Lauchgemüse und Pilzen

Anmerkung: Ein trockenes Brötchen wiegt circa 40–50 Gramm. Ein halber 1 kg Hokkaido liefert geputzt etwa 300 g Kürbisfleisch. Trotzdem sind die Mengenangaben nur Schätzwerte. Falls die Knödelmasse zu weich wird, könnt ihr sie mit Semmelbröseln oder etwas Mehl stabilisieren. Es empfiehlt sich, einen Probeknödel zu kochen, um zu prüfen, ob er beim Kochen zusammenhält.

Zubereitung: Kürbis halbieren, entkernen, schälen und würfeln und circa 15 Min. weichkochen. Kürbis abgießen, abkühlen lassen und mit einem Stampfer zerdrücken. Brot in feine Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. **Tipp:** Schneidet die Brotrinde möglichst klein. Rinde verbindet sich schlecht mit der Masse und löst sich beim Kochen gerne vom Knödel ab. Zwiebel und Knoblauch pellen, fein würfeln und Butter glasig dünsten. Pfeffern, salzen und zu den Brotwürfeln geben. Milch in der Pfanne erhitzen, über das Brot gießen, alles leicht unterheben und für 10 Min quellen lassen. Petersilie waschen und hacken.

Sobald die Milch abgekühlt ist, Eier, Paprikapulver, Kurkuma, Petersilie und das Kürbispüree unter die Brot-Zwiebel-Mischung heben. Gut vermengen, aber nicht zu stark zerquetschen. Dann kräftig mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Knödelteig 30 Min. ziehen lassen. Falls der Teig danach zu weich zum Formen ist, 1–2 EL Semmelbrösel untermischen. Hände anfeuchten und etwa acht Knödel formen. **Tipp:** Wer mag, kann noch ein Stück Käse (Bergkäse oder Gorgonzola) in die Knödel stecken. Alternativ könnt geriebenen Parmesan untermischen.

Knödel in kochendes Wasser geben, kurz aufkochen und die Hitze sofort herunterdrehen. Insgesamt circa 15–20 Min. garen. Bitte nicht sprudelnd kochen, die Knödel könnten zerfallen. In der Zwischenzeit Kürbiskerne oder Sonnenblumenkerne) ohne Fett im Pfännchen kurz anrösten. Danach grob hacken.

Während die Knödel garen, Lauchstange putzen, in Ringe schneiden und in 1 EL Butter 5 Min. schmoren. Die geschnittenen Pilze in 1–2 EL Olivenöl anbraten, pfeffern und salzen. Kurz vorm Servieren restliche Butter mit Senf, Pfeffer, Salz und Zitronenabrieb mischen und im Lauch schmelzen lassen.

Das Lauch-Senf-Gemüse mit Pilzen und Knödel servieren und mit geriebenem Parmesan und gehackten Kürbiskernen bestreuen.

Werkzeuge: Messer, Brett, Schüssel, Kochtopf, Stampfer, 2 kleine Pfannen

Die Zutaten für ca. 8 Knödel:

300 g Kürbis, gewürfelt z.B. Hokkaido
 250 g altbackenes, Weißbrot o. Knödelbrot
 1 mittlere, weiße Zwiebel
 1 Knoblauchzehe
 1 - 2 EL Butter
 150 ml Vollmilch
 2 - 3 Eier Größe L
 1/2 TL Paprikapulver, edelsüß
 1/2 TL Kurkuma (optional für die Farbe)
 3 EL gehackte Petersilie
 Meersalz, Pfeffer aus der Mühle
 Muskatnuss, frisch gerieben

Optional: 4 EL geriebener Parmesankäse, fein gewürfelter Bergkäse oder Gorgonzola

Für das Lauch-Pilze-Gemüse

1 Stange Lauch
 3 EL Butter
 1 EL Senf nach Wahl
 250 g Kräutersaitlinge oder braune Champignons
 Pfeffer, Meersalz, Bio-Zitrone

Zum Servieren:

Geröstete Kürbis- oder Sonnenblumenkerne
 Parmesan frisch gerieben



[Mehr Info hier:](#)

