

Semmelknödel mit Buttermilch

Zutaten | 4 Portionen

300 g	Toastbrot
1	Zwiebel
1 Bund	Lauchzwiebeln
25 g	Butter
1 Bund	Schnittlauch
1 Bund	Petersilie
300 ml	Buttermilch
	Muskatnuss, Salz, Pfeffer
2	Eier

Zubereitungszeit: 60 Min.

Zubereitung:

- Toastbrot in Würfel schneiden.
- Zwiebeln abziehen und fein würfeln. Lauchzwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden.
- Butter in einer Pfanne zerlassen, die Zwiebelwürfel und Lauchringe darin glasig dünsten und abkühlen lassen.
- Kräuter waschen. Schnittlauch in Röllchen schneiden und Petersilie fein hacken.
- Die Buttermilch, Zwiebeln und Kräuter zu einer Masse vermischen und mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer kräftig würzen.
- Eier trennen. Zwei Eigelbe direkt zur Brot-Buttermilchmasse geben. Ein Eiweiß steif schlagen und ebenfalls unter die Brotmasse heben. Alles gut zu einem Teig verkneten.
- Ein sauberes Küchentuch mit Öl einpinseln und die Masse gleichmäßig längs in der Mitte des Tuches verteilen. Das Tuch zusammenrollen und an den beiden Enden mit einem Baumwollfaden zusammen binden.
- In einem Topf Wasser zum Kochen bringen. Anschließend die Rolle in dem Wasser ca. 40 Minuten gar ziehen lassen.
- Rolle aus dem Topf nehmen aufrollen und die feste Semmelknödelmasse in Scheiben geschnitten anrichten. Dazu schmecken sehr gut Wild- oder Schmorgerichte mit Sauce.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 211 g

Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
154 kcal	5.3 g	19.4 g	6.6 g	65 mg