

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Spinatknödel auf geschmolzenem Paradeiser, Mangoldgemüse, Jungwiebeln & Kräutern Koch: Toni Mörwald

Zutaten

(4 Personen)

Für die Spinatknödel

- 150 g Kartoffeln gekocht
- 1 Prise Muskatnuss
(fein geschnitten)
- Salz
- Pfeffer
- 1 EL Butter
- 150 g Blattspinat blanchiert und passiert
- 2 Eier
- 70 g Weißbrotbrösel
- Olivenöl

Für die geschmolzenen Paradeiser

- 12 Kirschparadeiser
- 2 EL Butter
- 100 g Jungzwiebel
(grob geschnitten)
- 2 Knoblauchzehen
(fein geschnitten)
- 1/3 Chilischote in feine Streifen geschnitten
- 1 EL Waldhonig

Quelle: ORF extra

- 2 Prisen Kristallzucker
- 1 Handvoll Mangold
- Salz
- Pfeffer
- Frischer Basilikum
- Olivenöl

Zubereitung

Für die Spinatknödel die Erdäpfel in der Schale kochen, schälen und ausdämpfen (damit möglichst wenig Wasser in den Erdäpfeln bleibt). Erdäpfel nun zerdrücken, Muskatnuss, Salz, Pfeffer und Butter begeben und mit Spinat vermischen.

Dann die Eier untermischen, Weißbrotbrösel unterheben und für 2 Stunden rasten lassen.

Die Finger mit Olivenöl benetzen und die Masse zu kleinen Knödeln formen. Dann in Salzwasser 10 Minuten kochen.

Paradeiser einschneiden und in kochendem Wasser 1-2 min. kochen. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen.

Butter in einer Pfanne erhitzen, weißen Teil der Jungzwiebel, Knoblauch, Chilischote und darin schwenken. Paradeiser, das Grün der Jungzwiebel, Honig, Zucker und nach etwas Zeit Mangold begeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Auf dem Teller mit den Spinatknödeln anrichten. Dazu mit einem Blatt frisches Basilikum, etwas Olivenöl und Pfeffer kredenzen.