

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Vegetarische Topinambur-Grammelknödel mit warmem Mangold-Salat und Schwarzkümmel-Sauce

Koch: Werner Punz

Zutaten

(für 4 Personen)

Für den Knödelteig

- 1 kg mehliges Erdäpfel
- 200 g glattes Mehl
- 100 g Kartoffelstärke
- 30 g pflanzliche Butter
- Salz
- geriebene Muskatnuss

Für die Fülle

- 1 kg Topinambur
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 200 ml Rapsöl
- 1 Bund Petersilie
- Abrieb einer Zitrone
- Salz
- Pfeffer

Für die eingelegten roten Zwiebeln

- 2 rote Zwiebeln
- ein Schuss Apfelessig
- etwas Wasser
- Kristallzucker
- Salz

Für den warmen Mangoldsalat

- 500 g Mangold
- 40 g Rapsöl
- 2 Knoblauchzehen
- 3 EL Sonnenblumenkerne
- eingelegte rote Zwiebeln nach Geschmack
- etwas Essig

Für die Schwarzkümmelsauce

- 500 g Champignons
- 20 g Schwarzkümmel
- 200 ml Madeira oder Weißwein
- 50 g Sojasauce
- 100 g pflanzliche Butter
- 200 g veganes Obers
- Salz
- Pfeffer

Für die Garnitur

- schwarzer Sesam

Zubereitung

1. Für den Knödelteig die Erdäpfel auf ein mit Salz bestreutes Backblech legen und im vorgeheizten Rohr bei 200° C etwa 1,5 Stunden garen. Noch heiß schälen und anschließend vollständig auskühlen lassen.

2. Die ausgekühlten Erdäpfel durch eine Kartoffelpresse drücken. 800 g davon mit Mehl, Kartoffelstärke und pflanzlicher Butter rasch zu einem glatten Teig verarbeiten und mit Salz und geriebener Muskatnuss würzen.

3. Für die Fülle die Topinamburen gründlich waschen und mit der Schale in etwa 1 cm große Würfel schneiden. Das Rapsöl erhitzen und die Topinambur-Würfel darin bei mittlerer Hitze langsam weich und knusprig braten. Dann herausnehmen (Öl aufbehalten), gut abtropfen und etwas abkühlen lassen. Anschließend mit einem Messer fein hacken.

4. Zwiebel und Knoblauch in feine Würfel schneiden, etwas vom Topinambur-Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und beides darin anbraten. Die gehackten Topinamburen dazugeben und kurz mitrösten. Danach mit fein geschnittener Petersilie, Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer abschmecken.

5. Aus der Topinambur-Masse Kugeln mit etwa 4 cm Durchmesser formen und diese für 1 Stunde tiefkühlen. Die leicht angefrorenen Kugeln anschließend gleichmäßig mit dem Erdäpfelteig umhüllen und zu Knödeln formen.

6. In einem großen Topf reichlich leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren und die Knödel im sanft siedenden Wasser etwa 10 Minuten ziehen lassen.

7. Für die eingelegten roten Zwiebeln die Zwiebeln schälen und in feine Spalten schneiden. Aus Apfelessig, Wasser, Zucker und Salz einen Sud zubereiten und kurz aufkochen. Die Zwiebeln damit übergießen und darin ziehen lassen.

8. Für den warmen Mangoldsalat den Mangold waschen, in grobe Stücke und den Knoblauch in feine Scheiben schneiden. Das Rapsöl in einer Pfanne erhitzen und Knoblauch und Sonnenblumenkerne darin goldbraun rösten. Den Mangold dazugeben und kurz mitbraten. Anschließend ein paar eingelegte rote Zwiebeln und etwas Essig hinzufügen und alles kurz durchschwenken.

9. Für die Schwarzkümmelsauce die pflanzliche Butter in einem Topf erhitzen, die geviertelten Champignons darin kurz anbraten, mit der Soja Sauce untergießen mit einem Deckel verschließen und kurz köcheln lassen. Den Topf beiseitestellen und alles 20-30 Minuten rasten lassen, danach die Champignons abseihen. Den Schwarzkümmel in einem kleinen Topf ohne Öl trocken in einer Pfanne erhitzen, danach mit Madeira oder Weißwein untergießen und um die Hälfte reduzieren lassen. Nun den Champignonsaft und das vegane Obers zu der Schwarzkümmel-Madeira-Reduktion hinzufügen, alles einmal aufkochen und kurz köcheln lassen.

Tipp: Der Saft der Champignons wird für die Sauce benötigt, die übrig geblieben Champignons kann man bei den Knödeln als Deko oder für ein anders Gericht verwenden.

10. Zum Schluss den warmen Mangoldsalat auf flachen Tellern anrichten und die Topinambur-Grammelknödel daraufsetzen. Das Gericht mit der Schwarzkümmelsauce verfeinern und mit schwarzem Sesam garnieren.