



Tiroler Spinatknödel

PORTIONEN: 4

WWW.LINDCHEN.DE

Zutaten

300 g frischer Blattspinat

250 g altbackenes Brot (gewürfelt)

1 Zwiebel

1–2 Knoblauchzehen

3 Eier

150 ml Milch

80 g geriebener Bergkäse oder Parmesan

2 EL Butter

Salz, Pfeffer

Muskatnuss

Optional: etwas Mehl oder Semmelbrösel

Zubereitung

Zuerst den Spinat gründlich waschen, kurz blanchieren und gut ausdrücken. Anschließend fein hacken. Die Zwiebel und den Knoblauch in Butter glasig anbraten und mit dem Spinat vermengen. Die Brotwürfel in eine große Schüssel geben und mit der warmen Milch übergießen. Eier, Käse und die Spinatmischung hinzufügen und alles gut vermengen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Falls die Masse zu weich ist, etwas Mehl oder Semmelbrösel unterrühren. Aus der Masse gleichmäßige Knödel formen und in leicht siedendem Salzwasser etwa 15–20 Minuten ziehen lassen, bis sie gar sind.

Servieren mit geschmolzener Butter, frisch geriebenem Parmesan und optional etwas Salbei – einfach, traditionell und unglaublich lecker.