Südtiroler-Brennnesselknödel

Die Südtiroler Brennnesselknödel sind eine traditionelle Hausmannskost. Das Gericht ist eine Spezialität der regionalen Küche und perfekt als köstliche Beilage oder Hauptgericht.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 20 min

Gesamtzeit: 35 min

Zutaten

300 g	Knödelbrot (o. Semmeln vom Vortag)
125 ml	Milch
300 g	Brennnesseln (junge, frisch, naturbelassen)
4 Stk.	Eier
2 EL	Weizenmehl
1 Stk.	Zwiebel (mittelgroße)
2 Stk.	Knoblauchzehe
40 g	Butter
1 Messerspitze	Muskatnuss
	Salz und Pfeffer
80 g	Butter
50 g	Parmesan

Zubereitung

1. Für die **Südtiroler Brennnesselknödel** die Vollmilch über das Knödelbrot gießen und kurz quellen lassen. Die Brennnesseln **blanchieren**, gut ausdrücken und fein zerhacken. Anschließend mit dem Knödelbrot vermengen.

2. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen fein zerschneiden und in etwas Butter glasig andünsten. Zusammen mit den Eiern zur Knödelmasse geben. Die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen und gut durchkneten. Zum Schluss das Weizenmehl unterrühren, bis ein formbarer Teig entsteht.

3. Aus der Masse kleine Knödel formen. In leicht siedendem Salzwasser etwa 15 Minuten ziehen lassen, bis sie gar sind. Die südtiroler Brennnesselknödel anrichten, mit geschmolzener, brauner Butter übergießen und mit frisch gehobelten Parmesan bestreuen.

Tipp