

Quarkknödel

Diese Quarkknödel sind vielseitig verwendbar. Liebt man Süßspeisen, dann kann man sie mit Kompott oder Apfelmus servieren. Ansonsten passen Sie zu Sauerkraut, aber auch zu Tomatensoße.

Zutaten für 2 Personen:

- ▶ 250 g Quark
- ▶ 1 Ei
- ▶ 1 EL saurer Rahm
- ▶ 40 g Dinkelmehl (105)
- ▶ 40 g Dinkelgrieß
- ▶ 30 g Semmelbrösel



Zubereitung:

- ▶ Den Quark in einem feinen Sieb abtropfen lassen.
- ▶ Den Quark mit dem Ei, dem Rahm, dem Mehl, Grieß und den Semmelbröseln gut verrühren.
- ▶ Abgedeckt mindestens 10 Minuten stehen lassen.
- ▶ In einem breiten Topf Salzwasser zum Kochen bringen, dann zurückschalten.
- ▶ Die Quarkmasse in 8 gleiche Teile abteilen.
- ▶ Mit einem Löffel jeweils ein Teil Quarkmasse entnehmen, zu einem kleinen Knödel formen.
- ▶ Im Salzwasser 5-10 Minuten ziehen lassen (nicht kochen!).
- ▶ Die Knödel steigen leicht nach oben, wenn sie gar sind.