

Rezept

Bärlauchgnocchi mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse

Ein Rezept von Bärlauchgnocchi mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse, am 15.12.2025

Zutaten

Für die Gnocchi:

3 Bund	Bärlauch (ca. 200 g)	2 EL	Olivenöl
2	Eier (Größe M)	2	Eigelb (Größe M)
400 g	Quark (20 % Fett)	100 g	frisch geriebener Parmesan
60 g	Grieß	ca. 300 g	Mehl
	Salz		Pfeffer
75 g	Butter		frisch geriebener Parmesan zum Bestreuen (nach Belieben)

Für das Gemüse:

3	Kohlrabi (ca. 450 g)	500 g	Möhren
120 g	durchwachsener Räucherspeck (in Scheiben)	2 EL	Butter
	Salz		Pfeffer
100 ml	Gemüsebrühe	3	Frühlingszwiebeln
1/2 Bund	Petersilie	1 Handvoll	Kerbel

Außerdem:

Mehl zum Arbeiten

Rezeptinfos

Portionsgröße 4 | Schwierigkeitsgrad mittel | Zeit Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | Pro Portion Ca. 965 kcal

Zubereitung

1. Für die Gnocchi den Bärlauch waschen, trocken schütteln und mit den Stielen in feine Streifen schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen, den Bärlauch darin unter Röhren in 1-3 Min. zusammenfallen lassen. Die Pfanne von der Herdplatte ziehen.
2. Eier und Eigelbe verquirlen, zuerst den Quark, dann Parmesan, Grieß und 250 g Mehl gründlich unterrühren. Den Bärlauch untermischen und so viel Mehl dazugeben, dass ein fester, aber noch feuchter Teig entsteht (je nachdem, wie feucht der Quark ist, braucht man mehr oder weniger Mehl). Den Teig kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 15 Min. ruhen lassen.

3. Inzwischen für das Gemüse die Kohlrabi schälen und halbieren, die Hälften in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Möhren schälen und schräg ebenfalls in ca. 3 mm dicke Scheiben schneiden. Die Speckscheiben aufeinanderlegen und in schmale Streifen schneiden. Die Butter in einer großen beschichteten Pfanne zerlassen und den Speck darin bei mittlerer Hitze knusprig braun braten. Kohlrabi und Möhren dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen und unter Rühren ca. 2 Min. mitbraten. Die Brühe hinzufügen und das Gemüse zugedeckt ca. 5 Min. garen.
4. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen, den grünen und weißen Teil getrennt in feine Ringe schneiden. Petersilie und Kerbel waschen und trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein hacken. Den weißen Teil der Frühlingszwiebeln unter das Kohlrabi-Möhren-Gemüse rühren und alles in 10-12 Min. fertig garen.
5. Etwas Mehl in einen tiefen Teller geben. Den Gnocchi-Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche mit bemehlten Händen zu ca. 3 cm dicken Rollen formen und diese in ca. 2 cm dicke Scheiben schneiden. Die Scheiben zu kleinen Klößchen formen und mit einer Gabel leicht flach drücken. Die fertigen Gnocchi im Mehl wenden und auf ein Brett legen.
6. In einem großen Topf reichlich Wasser aufkochen und salzen, dann die Hitze reduzieren. Die Gnocchi in zwei Portionen nacheinander ins leicht siedende Wasser geben und bei schwacher Hitze offen in 3-4 Min. gar ziehen lassen – wenn die Gnocchi nach oben steigen, sind sie fertig. Mit dem Schaumlöffel herausheben und in eine Schüssel geben (eventuell im 60° warmen Ofen warm halten). Die Butter in einem Pfännchen zerlassen, leicht bräunen lassen und über die Gnocchi geben.
7. Das Frühlingszwiebelgrün und die gehackten Kräuter unter das fertige Gemüse mischen. Die Bärlauchgnocchi nach Belieben mit geriebenem Parmesan bestreuen und mit dem Kohlrabi-Möhren-Gemüse servieren.