Rezept

Gefüllte Möhren-Semmelknödel mit Lauchsauce

Ein Rezept von Gefüllte Möhren-Semmelknödel mit Lauchsauce, am 18.05.2025

Zutaten

450 g	glutenfreie Brötchen
80 g	Blauschimmelkäse
200 g	Möhren
1	Ei
	frisch geriebene Muskatnuss
200 g	Lauch
100 ml	Weißwein
60 g	Frischkäse
40 g	Sahne
	Pfeffer
520 ml	warme Milch
40 g	Zwiebeln
½ Bund	Petersilie
20 g	glutenfreie Semmelbrösel
	Salz
1 EL	Öl
200 ml	glutenfreie Gemüsebrühe
5-10 g	Maisstärke
	abgeriebene Schale von ½ Bio-Zitrone

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: mehr als 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 570 kcal

Zubereitung

1. Für die Knödel den Backofen auf 200° vorheizen. Die Brötchen in dünne Scheiben schneiden, auf einem Backblech verteilen und im Backofen (Mitte) 5 Min. rösten. Knödelbrot in eine große Schüssel geben, mit 420 ml Milch übergießen und 15 Min. ziehen lassen.

2. Inzwischen den Käse in 12 Würfel schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. Möhren putzen, schälen und raspeln. Petersilie kalt abbrausen, die Blättchen hacken. Zwiebeln, Möhren und Petersilie in einer beschichteten Pfanne ohne Fett anschwitzen, mit Ei, Semmelbröseln, 1 Prise Muskat und ½ TL Salz mit dem Knödelbrot verkneten.

3. In einem großen Topf reichlich Salzwasser zum Kochen bringen. Aus dem Teig mit angefeuchteten Händen zwölf Knödel formen, in diese Mulden drücken. Käsewürfel hineingeben, die Knödel verschließen und im siedenden Wasser in 15-20 Min. zugedeckt gar ziehen lassen.

4. Für die Sauce den Lauch putzen, längs halbieren, waschen und in feine Ringe schneiden. Öl in einem Topf erhitzen, Lauch darin andünsten, mit Weißwein ablöschen und diesen bei starker Hitze reduzieren. Nach und nach die Gemüsebrühe zugeben, diese dazwischen immer wieder einkochen lassen. Restliche Milch und Frischkäse zugeben und erhitzen, bis der Käse geschmolzen ist. Stärke und Sahne glatt verrühren, zur Sauce geben, diese kurz aufkochen und mit Zitronenschale, Muskat, Pfeffer und Salz abschmecken. Knödel mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben, mit der Sauce anrichten und servieren.