

INSPIRATIONEN FÜR EINE GUTE KÜCHE



Spinatnocken oder vegetarische Maultaschen

Zutaten:

- 250 g Weißbrot vom Vortag in kleine Würfel geschnitten
- 0,3 l heiße Milch
- 500 g frischer Spinat, geputzt und gewaschen
- 80 g frisch geriebener Parmesankäse
- 3 Eier
- 90 g Mehl
- 2 TL Salz, frisch gemahlener Pfeffer
- 1-2 Knoblauchzehen, zerdrückt
- ggf. 250 g fertiger Nudelteig
- Parmesan zum Anrichten

Zubereitung:

- Weißbrot mit heißer Milch übergießen, andrücken und ca. 30 Min. ziehen lassen.
- Spinat kurz blanchieren, so dass er gerade zusammenfällt, kurz kalt abbrausen, gut ausdrücken und sehr fein hacken.
- Alle Zutaten mischen und pikant abschmecken.
- Mit 2 Esslöffeln Nocken formen und in würziger kochender Brühe 15 Minuten ziehen lassen – auf keinen Fall kochen.
- Bei Maultaschen den Nudelteig auf eine Arbeitsfläche legen und die Füllung gleichmäßig bis zum seitlichen Rand aufstreichen. Oben einen 2 cm breiten Rand frei lassen und mit Eiklar bestreichen. Den Teig eng aufrollen und in 3 cm breite Maultaschen schneiden.
- Weiter wie bei den Nocken.
- Die Nocken auf einer fruchtigen Tomatensoße anrichten und mit reichlich Parmesan bestreuen.
- Auch die Maultaschen schmecken für sich sehr lecker, oder man serviert sie klassisch mit Kartoffelsalat und gebratenen Zwiebeln.

Tipps:

- Die Masse kann auch gut mit sehr fein gehacktem roten Chili und/oder mit einem Teelöffel Cumin (Kreuzkümmel) gewürzt werden.
- Nocken wie Maultaschen lassen sich sehr gut einfrieren. Am besten auf einem Brett einzeln vorgefrieren und dann verpacken.
- Es empfiehlt sich immer, einen kleinen Probekloß zu kochen, dann sieht man, ob die Masse gut zusammenhält. Sollte sie das nicht tun, kann noch etwas Mehl eingearbeitet werden. (War bei mir noch nie erforderlich, aber man weiß ja nie.....)
- Man kann auch tiefgefrorenen Blattspinat verwenden. Diesen auftauen, sehr gut ausdrücken und fein hacken.

Mengenangaben für 4 Erwachsene . EL = gestrichener Esslöffel . TL = gestrichener Teelöffel