



Bauernbrot-Joghurt-Knödel mit Eierschwammerlsauce

Anleitung

Knödel

Anfangs das Brot in Würfel schneiden. Danach die gehackten Zwiebel glasig anschwitzen und mit Eiern, Joghurt, Milch, Petersilie, Salz und Pfeffer verrühren. Dann über die Brotwürfel gießen. Nun das Mehl über die Masse streuen, gut vermengen und ca. 30 Minuten rasten lassen. Jetzt die Knödel formen, ins kochende Salzwasser geben und etwa 20 Minuten ziehen lassen. Die Hände nach jedem Knödel neu befeuchten.

Eierschwammerlsoße

Die Eierschwammerl putzen und große Stücke halbieren. Dann die Zwiebelhälfte fein würfeln und in einer Pfanne mit erhitzter Butter glasig andünsten. Danach die Schwammerl und Petersilie dazufügen und bei mittlerer Hitze fünf Minuten dünsten. Nun das Joghurt unterrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und zu den Knödeln servieren.

Benötigte Zutaten

Knödel	
150 g	Joghurt 3,6 %
500 g	Brot altbacken
100 ml	Milch
1/2 Stück	Zwiebel gehackt
1 EL	Petersilie gehackt
3	Eier
3 EL	Mehl
	Salz, Pfeffer
	Öl

Nährwerte pro Portion

22 g Fett 21 EW 65 Kohlenhydrate 551 kcal 5.4 BE



Ein Rezept der:
AMA Marketing



Eierschwammerlsoße

250 g Joghurt 3,6 %

500 g Eierschwammerl

40 g Butter

1 Zehe Knoblauch gehackt

1 Stück Zwiebel

1 Bund Petersilie

Salz

weißer Pfeffer