



Saarländische Mehlknepp

Zutaten:

Für die Knödel:

400 g glutenfreies Mehl
400 g Quark
4 Eier
4 bis 6 EL Milch
Salz
Mineralwasser

Für die Soße:

100 g Speck (gewürfelt)
½ TL Gemüsebrühe
400 g Sahne
Salz, Pfeffer
Schuss Milch

*Zusätzlich: Apfelmus (z.B. von Alnatura),
Maggi Würze*

Zubereitung:

1. In einem großen Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Währenddessen alle Zutaten für die Knödel in einer Schüssel mit dem Handmixer verquirlen. Mineralwasser gibt Ihr am besten nach Gefühl dazu, bis der Teig cremig-zäh wird.
2. Sobald das Wasser gekocht hat, die Temperatur runterdrehen und das Wasser siedend lassen. Den Teig mit zwei Teelöffeln portionsweise ins Wasser geben, sodass kleine Knödel entstehen. Lasst sie etwa für 5 Minuten garen.
3. Zwischendurch den Speck in einer kleinen Pfanne für 1 bis 2 Minuten anbraten. Anschließend die restlichen Zutaten dazugeben und leicht köcheln lassen, bis sie etwas eindicken.
4. Die fertigen Knödel könnt Ihr mit einem Schöpflöffel aus dem Topf nehmen und in eine große Schüssel geben. Anschließend die Soße darüber verteilen.
5. Ab damit auf den Tisch und mit Maggi-Würze und Apfelmus nach Belieben genießen.

Viele weitere Rezepte findest du unter: www.kathi-koestlich.de