



liaundliam.ch
 facebook.com/liandliam
 pinterest.com/liandliam
 twitter.com/liandliam



Zwetschgen- und Aprikosenknödel mit Vanillesauce - Wie damals in Grossmutter's Küche

Zubereitung	Kochen	Schwierigkeitsgrad	Menge
1 Stunde	20 Minuten	Mittel	12 Knödel

Zutaten und Zubereitung

Zwetschgen- und Aprikosenknödel:

Menge	Bezeichnung
600 g	Kartoffeln (mehligkochend)
150 g	Mehl
50 g	Weizenstärke
50 g	Butter
2 Stück	Eigelb
1 Stück	Ei
½ Stück	Zitrone
½ TL	Salz
200 g	Aprikosenhälften
200 g	Zwetschenhälften
15 Stück	Würfelszucker

Zubereitung der Aprikosenknödel:

1. Die Kartoffeln kochen, bis sie weich sind, schälen und mit dem Kartoffelstampfer verarbeiten.
2. Mehl, Weizenstärke, flüssige Butter, Eigelb, Ei, die abgeriebene Schale einer Zitrone und Salz mit den Kartoffeln vermischen. Zu einem glatten Teig verarbeiten (geht am besten mit den Händen!).
3. Den Teig in 12 Stücke teilen, zu Kugeln formen und flach drücken.
4. Jetzt werden die Knödel gefüllt! In jede Teigportion eine Aprikosenhälfte oder eine Zwetschgenhälfte, zusammen mit einem Würfelszucker, geben.
5. Die Knödel in siedendem, leicht gesalzenen Wasser für ca. 8 Minuten ziehen lassen. Ist die Pfanne nicht gross genug, muss dies portionsweise gemacht werden.
6. Die Knödel abtropfen und warm stellen oder gleich essen.

Zubereitung des Streusels:

1. Butter in Pfanne erhitzen und das Paniermehl darin leicht rösten.
2. Zimt und Zucker dazugeben.
3. Die Knödel mit dem Streusel garnieren.

Streusel:

Menge	Bezeichnung
70 g	Paniermehl
40 g	Butter
5 EL	Brauner Zucker
1 Prise	Zimt

Zwetschgen- und Aprikosenknödel:

Menge	Bezeichnung
5 dl	Milch
1.5 EL	Maisstärke
1.5 Stück	Vanillestängel
3 EL	Zucker
1 Stück	Ei

Zubereitung der Vanillesauce:

1. Vanillestängel längs aufschneiden und das Mark herausschaben.
2. Alle Zutaten mit dem Mark der Vanillestängel in eine Pfanne geben und mit dem Schwingbesen gut verrühren.
3. Weiterrühren und bis zum Kochen bringen.
4. Sobald die Sauce kocht, sie sofort in eine Schüssel absieben. Lauwarm servieren.

Kalorien	Fett	Kohlenhydrate	Protein
280 kcal	9 g	44 g	6 g