Kürbisknödel auf Mangold mit Champignons

Knödel machen, das bedeutet Sisyphusarbeit, bis das harte Brot in kleine Würfel geschnitten ist und danach die Arbeitsfläche (und Küchenboden) von den herumspickenden Brotkrummen gereinigt ist. Zeit genug, um derweil den in Würfel geschnittenen Kürbis im Ofen zu garen. Danach wird es einfacher, der pürierte Kürbis wird zusammen mit den weiteren Zutaten unter das Brot gemischt und muss gut eine Stunde ruhen - Zeit für eine Pause.

Die Knödelmasse wird zu gut golfballgrossen Kugeln geformt und diese ca. 12 Minuten in knapp siedenden Wasser gegart, dann sind sie ganz schön fluffig. Angerichtet auf geschmortem Mangold mit Champignons geben sie ein schönes, vergetarisches Herbstmenu. Sie passen aber auch zu Wildgerichten.

Zutaten (2 Portionen)

120g	hartes Altbrot
250g	roter Knirps gerüstet
1	Zwiebel ca. 40g
1-2	Knoblauchzehen
40g	Sauerrahm
20g	Tafelbutter
1	Ei
	Muskatnuss, Pfeffer, Salz
1El	Sonnenblumenöl

200g	Mangold
120g	Champignons
1/2	kleine Zwiebel
1dl	Gemüsebouillon
20g	Sauerrahm

Bratbutter

Zubereitung

Ofen auf 160° vorheizen.

Kürbis zu Schnitzen schneiden, Kerne und das Heu entfernen, die zähe Haut wegschneiden. Kürbis zu ca. 2m grossen Würfeln schneiden. Kürbiswürfel auf ein Backbleck geben und mit Sonnenblumenöl vermischen. Im Ofen garen bis sie weich sind (ca. 30 Minuten). Auskühlen lassen und in ein hohes Gefäss geben. Mit dem Stabmixer fein pürieren.

Während der Kürbis im Ofen gart, das Altbrot zu kleinen Würfeln schneiden und in eine Schüssel geben.

Zwiebel und Knoblauch fein hacken und in Butter 3-4 Minuten sanft dünsten, ohne dass sie Farbe annehmen.

Pürierter Kürbis zu Brot geben, Zwiebel-Butter dazugiessen, Ei und Sauerrahm zugeben. Alles gut vermischen und mit den Händen verkneten. Dabei mit Muskatnuss, Salz und Pfeffer würzen. Knödelmasse 1 Stunde ruhen lassen.

Reichlich leicht gesalzenes Wasser aufsetzen.

Mangold mit Champignons:
Blattgrün von den Mangoldstielen wegschneiden und zu ca. 2cm breiten Streifen schneiden. Stiele zu 2cm langen Stücken schneiden. Grosse Champignons halbieren und zu 1cm dicken Scheiben schneiden. Zwiebel fein hacken.

Stiele, Champignons und Zwiebel in Bratbutter ca. 5 Minuten sanft dünsten. Bouillon dazugiessen und die Mangoldblätter zugeben, dünsten lassen bis die Blätter zusammen fallen. Ab und zu vermischen bis die Stiele gar sind. Zum Schluss Sauerrahm untermischen und eventuell mit Salzabschmecken. Warmhalten bis die Knödel bereit sind.

Knödel in leicht siedendem Wasser ca. 12 Minuten garen. Sie sinken zu Beginn ab und steigen nach ca. 2 Minuten an die Oberfläche. Die Knödel drehen sich wärend dem Garen von selbst.

Mangold-Champignon-Gemüse anrichten und die Knödel darauflegen.

Bio Butter
unpasteurisiert

Zucker
Sucre
Sugar
Zucker
Mehl
Farine
Flour
Bloem
400g
250g
300g
200g
200g