

# Naturpark kocht!

## ROTE BETE KNÖDEL MIT MEERRETTICHSCHAUM

### ZUTATEN (FÜR VIER PERSONEN)

#### Rote Bete Knödel:

- 175 g altes Brot
- 130 ml Milch, lauwarm
- Einen Esslöffel Butter
- Eine Zwiebel
- Drei Eier
- 100 g Rote Bete, gekocht
- Steinsalz zum Würzen und fürs Wasser
- Blatt Petersilie, gehackt

#### Meerrettichschaum:

- 200 g Lauch, Sellerie und Zwiebeln (insgesamt)
- 50 ml Weißwein
- 200 g Gemüsebrühe
- 200 ml Sahne
- 50 g Meerrettich im Glas, aus der Region
- Steinsalz zum Würzen

### ZUBEREITUNG

#### Rote Bete Knödel:

1. Die trockenen Brötchen in Würfel schneiden und in eine große Schüssel geben.
2. Die Zwiebel schälen, fein würfeln und mit etwas Butter glasig schwitzen.
3. Die gekochte Rote Bete vorsichtig mit einer Reibe in feine Streifen reiben und die Küchenkräuter hacken.
4. Die glasigen Zwiebeln und die geriebene Rote Bete zum Brot in die Schüssel geben und gut durchmengen. Milch erwärmen und gemeinsam mit den Küchenkräutern und etwas Salz ebenfalls in die Schüssel geben.
5. Alles gut vermengen und für mindestens eine Stunde abgedeckt ruhen lassen. (In der Zwischenzeit kann der Meerrettichschaum zubereitet werden!) Nach der Ruhezeit die Eier hinzufügen und nochmals alles gut vermengen. Ist die Masse zu feucht, können Semmelbrösel helfen.
6. Ausreichend Wasser in einem großen Topf erhitzen und salzen. Die Knödel mit den Händen formen und im heißen (aber nicht sprudelnden!) Wasser für ca. 12-15 Minuten köcheln lassen. Kocht nicht zu viele Knödel auf einmal und beginnt am besten mit einem Probe-Knödel, um zu sehen, ob eure Masse richtig zusammenhält.

#### Meerrettichschaum:

1. Sellerie, Lauch und Zwiebeln in grobe Würfel schneiden.
2. Butter in einem großen Topf erhitzen und das gewürfelte Gemüse darin kurz anbraten.
3. Den Meerrettich hinzugeben (lieber erstmal sparsam sein) und alles mit dem Weißwein ablöschen.
4. Den Weißwein gut verkochen lassen, damit der Alkohol vollständig verdampft. Nun die Gemüsebrühe und die Sahne hinzugeben. Nach Belieben mit Salz würzen.
5. Wenn das Gemüse weichgekocht ist, kann es vorsichtig mit einem Stabmixer püriert werden. Die Soße durch ein Sieb streichen und abschmecken. Fertig! Zum Schluss werden die Knödel mit der Soße angerichtet. Besonders lecker schmeckt dazu unser selbstgemachter Rote Bete Salat. Das Rezept findet ihr unter [www.naturpark-rezepteundvideos.de](http://www.naturpark-rezepteundvideos.de).