



## SPINATKNÖDEL

### Zutaten:

2 Jungzwiebeln, 2 Knoblauchzehen, 2 EL Öl, 30 dag Blattspinat,  
20 dag Knödelbrot, 3 Eier, 1/8 l Milch, Salz, Pfeffer, Muskatnuss,  
evt. 1-2 EL Mehl

### Zubereitung:

- Jungzwiebeln und Knoblauch kleinwürfelig schneiden und in 2 EL Öl glasig andünsten
- Spinat dazugeben und bei starker Hitze anbraten, mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen
- Milch zugießen, mit dem Knödelbrot vermischen
- Eier untermischen und die Masse mindestens 1 Stunde ziehen lassen
- nach Bedarf - wenn die Masse zu weich ist - Mehl untermischen
- Knödel formen, in Salzwasser leicht wallend zugedeckt 10 min köcheln lassen
- die Knödel können auch im Siebeinsatz über Dampf gegart werden

