

# SEMMELNÖDEL AUS DEM THERMOMIX

10 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



40 MIN

GESAMTZEIT

## Zutaten für 6 Stück

- 3 Weizenbrötchen vom Vortag (á 80 g)
- 1 Zwiebel
- Petersilie (0,5 Bund)
- 15 g Butter
- 125 ml Milch
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 1 Ei
- 3 EL Semmelbrösel



## Zubereitung:

1. Viertel die Brötchen und lege sie in den Mixtopf. Zerkleinere sie **10 Sekunden / Stufe 5**. Fülle sie anschließend um.
2. Schäle und viertel die Zwiebeln. Gib sie mit der Petersilie in den Mixtopf und hacke beides **4 Sekunden / Stufe 5** klein. Schiebe die Zwiebelmischung nach unten.
3. Gib die Butter hinzu. Dünste die Mischung **3 Minuten / 100 Grad / Stufe 1** an. Gieße die Milch und die Gewürze dazu, verrühre alles **20 Sekunden / Stufe 3**.
4. Gib die gehackten Brötchen, das Ei und die Semmelbrösel hinzu. Mixe alles **1 Minute / Linkslauf / Stufe 3**.
5. Forme aus dem Teig 6 Knödel. Lege sie in den Varomabehälter. Spüle den Mixtopf aus und befülle ihn mit einem Liter Wasser. Stelle den Varoma darauf. Gare die Semmelknödel im Thermomix **30 Minuten / Varoma / Stufe 1**.

**Nährwerte pro Portion:** 185 kcal | KH 28 g | E 7 g | F 4 g



Ein Rezept von Familienkost.de

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöbere in unserem Shop.

