

SPINATKNÖDEL MIT KÄSESAUCE

25 MIN

ZUBEREITUNGSZEIT



55 MIN

GESAMTZEIT

Zutaten für 4 Portionen

Für die Spinatknödel

- 100 g Blattspinat (frisch)
- 125 ml Milch (warm)
- 250 g Weizenbrötchen vom Vortag
- 1 Zwiebel
- 30 g Butter
- 2 Eier
- 4 EL Semmelbrösel
- 1 TL Salz
- 1 Prise Muskat



Für die Käsesauce

- 1 EL Butter
- 1,5 EL Weizenmehl
- 500 ml Milch
- 200 g Käse (Cheddar oder würziger Bergkäse)
- 1 Salz
- 1 Pfeffer

Zubereitung:

1. Schäle die Zwiebel, schneide sie in Würfel und brate sie in Butter an.
2. Schneide die Brötchen in kleine Würfel und bestreue sie mit Salz. Gib die gedünsteten Zwiebelwürfel, den gehackten Spinat, die Eier, etwas Muskat, die Semmelbrösel und die warme Milch dazu.
3. Verknete die Masse und lass sie für 10 Minuten ruhen. Forme anschließend 8 Knödel.
4. Bringe in einem Topf Wasser zum Kochen. Sobald das Wasser kocht, drehst du die Temperatur runter und legst die Knödel für 20 Minuten hinein. Sie dürfen nicht kochen, sonst zerfallen sie.
5. Schmelz die Butter in einem Topf. Gib das Mehl hinzu. Lösche die Mehlschwitze mit unter Rühren mit der Milch ab. Lass die Sauce kurz aufkochen und drehe dann die Temperatur runter.
6. Gib den Käse in die Sauce und schmecke sie mit Salz und Pfeffer ab.

Nährwerte pro Portion: 658 kcal | KH 53,6 g | E 29,7 g | F 36,3 g



Ein Rezept von Familienkost.de



Besuch uns gern wieder auf **familienkost.de** und stöbere in unserem **Shop**.