

Informationen zur Sendung vom 08.05.2026

Gebratene Bärlauchknödel

Von Ulla Scholz

Zutaten (4 Personen)

250 g Laugenstangen vom Vortag
250 ml Milch
3 Eier
70 g Bärlauch
Muskat
Salz
Pfeffer

Außerdem

Öl oder Butterfett zum Braten

Tomatensauce

250 g Kirschtomaten
circa 300 g Tomaten in Stücke
2 Schalotten
1 Knoblauchzehe
1 EL Tomatenmark
1 EL Oregano
Prise Zucker
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Für die Knödel die Laugenstangen in feine Streifen schneiden. Die Milch in einen Topf geben, erhitzen und über die Brotstückchen gießen. Alles gut umrühren und zehn Minuten einweichen lassen. In der Zwischenzeit den Bärlauch waschen, trockentupfen und fein hacken.

Die Semmelmasse mit den drei Eiern, dem kleingeschnittenen Bärlauch und den Gewürzen vermischen. Noch einmal zehn Minuten ziehen lassen.

Währenddessen für die Tomatensauce die beiden Schalotten und den Knoblauch schälen, dann würfeln. Die Kirschtomaten halbieren, größere Exemplare vierteln. In einem passenden Topf Olivenöl erhitzen und die Schalotten-Würfel leicht anschwitzen. Das Tomatenmark zugeben und gut umrühren. Mit den Tomatenstücken ablöschen und mit Salz, Oregano, Knoblauchstückchen und Pfeffer würzen. Die Sauce einige Zeit köcheln lassen. Kurz vor dem Servieren die Kirschtomaten zugeben und einmal aufkochen. Nun nur noch ziehen lassen, damit die kleinen Tomaten nicht zu Brei verkochen.

Anrichten

Etwas Tomatensauce auf jeden Teller geben und zwei bis drei Knödel anlegen.

Ullas Küchentipps

Der Einkauf

250 g Laugenstangen oder Weißbrot (altbacken) kostenfrei; 250 ml Milch zu 0,45 Euro; 2 Bio-Eier zu 0,80 Euro; 50 g Bärlauch zu 1,60 Euro; Gewürze und Knoblauch zu 0,30 Euro; 200 g Kirschtomaten zu 1,99 Euro; ca. 250 g Tomatenstücke Glas/Konserve zu 0,59 Euro; 2 Schalotten zu 0,25 Euro; 1 EL Tomatenmark zu 0,15 Euro; Öl oder Butterfett zum Braten 0,50 Euro.

Pro Portion circa 1,65 Euro.

Informationen zur Sendung vom 08.05.2026

Gebratene Bärlauchknödel

Von Ulla Scholz

Der Semmelknödel – so wie bei Oma oder Tante

Unsere Großmütter und Tanten haben altbackenes Brot auf vielfältige Art weiterverwertet. Der Semmelknödel ist von daher ein typisches Restegericht. Er wird in siedendem, gesalzenem Wasser gar gezogen. Dass die Klöße nicht auseinanderfallen, erfordert etwas Fingerspitzengefühl. Die Brotstücke dürfen nicht zu grob geschnitten sein und Kräuter oder Spinat, die dazukommen, immer fein hacken.

Danach wird alles vermischt. Damit die Brotmasse gut durchweicht, sollte sie circa zehn Minuten ruhen. Mit immer wieder aufs Neue angefeuchteten Händen Knödel formen. Zuerst einen Probekloß ins kochend heiße Wasser gleiten lassen und prüfen, ob die Masse zusammenhält. Ansonsten etwas Mehl oder Semmelbrösel unterrühren. Die Knödel sind gar, wenn sie einige Minuten an der Oberfläche schwimmen. Mit einer Kelle herausnehmen, abtropfen lassen und mit heißer Butter übergossen servieren.

Semmelknödel in „Schnell“

Viel einfacher und besser schmeckt es, wenn wir die Knödelmasse wie Frikadellen formen. Anschließend in Butterfett von beiden Seiten vorsichtig braten, bis der Brotteig auch von innen fest ist.

Gutes Gelingen und viel Vergnügen wünscht Ihnen Ulla Scholz!