

Kürbis – Knödel mit Rote Rüben Béchamel

Rezept für 10 Knödel:

- 600g Hokkaido – Kürbis
- 1 Rote Zwiebel
- 300g Knödelbrot
- ½ Bund Petersilie
- 1 EL Butter
- 80 ml Milch
- 4 EL griffiges Mehl
- 3 EL Gieß (Hildegard von Bingen Dinkel Vollgriß)
- Salz Pfeffer
- 3 Eier

Pinke Bechamel:

- 150g Rote Rüben gekocht
- 3 EL Butter
- 2 EL Kronberger Käse
- 250 ml Milch
- Knoblauchpulver
- Muskat
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

- Den Kürbis entkernen und mit der Schale fein Reiben und in einem Topf mit gesalzenem Wasser für 10 min Blanchieren.
- In der Zwischenzeit Zwiebel und Petersilie fein hacken, danach in einer Pfanne ein Stück Butter schmelzen und die Zwiebeln darin andünsten.
- Die Milch zu der Zwiebel dazugeben und ebenfalls leicht erwärmen (so kann das Knödelbrot besser die Milch aufnehmen)
- Die Milch-Zwiebel Mischung über das Knödelbrot geben und ein paar Minuten anziehen lassen. Danach den Kürbis, Mehl, Griß und die Eier dazugeben und gut mit den Händen verkneten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Mit den Händen 10 gleich große Knödel formen und in einem Topf mit Wasser und Salz ca. 10-15 min im Siedendem Wasser ziehen lassen.

- Für die Soße, währenddessen die Butter in einem in einem kleinen Topf zergehen lassen, das Mehl dazugeben und mit einem Schneebesen verrühren damit keine Klumpen entstehen. Die Milch schrittweise dazugeben und zu einer homogenen Soße verrühren. Die gekochten Rote Rüben fein pürieren und anschließend zur soße dazugeben.
- Mit Knoblauch, Muskat, Salz und Pfeffer Würzen und den Käse unterrühren.
- Die Knödel nach der Garzeit aus dem Wasser nehmen und abtropfen lassen
- Die Soße auf einem Teller anrichten und die Knödel da rauf verteilen

Profi-Tipp:

Für ein aromatisches Topping den Feta auf ein Backblech bröseln und im Ofen etwa **10 Minuten goldbraun rösten**.

Frisch geriebener **Kren (Meerrettich)** verleiht dem Gericht eine feine Schärfe und harmonisiert hervorragend mit **Roter Bete** und anderen **erdigen Aromen**.

Die **Petersilie** kurz in **heißem Fett frittieren**, bis sie knusprig ist – anschließend auf Küchenpapier abtropfen lassen und als knuspriges Finish über das Gericht geben.

Auch die **Walnüsse** am besten im Ofen rösten – so erhalten sie eine **gleichmäßige Röstung**, ohne zu verbrennen, und entfalten ihr volles Aroma.