Vegetarisch

Blattspinat - Parmesannocken mit Kürbiskernöl

Hauptspeise
Rezeptart

30 Minuten
Zubereitung

mittel
Schwierigkeit

Wartezeit 20-30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

40 dag Mehl
3 Eier
20 dag Blattspinat
frisch geriebener Muskat
1 Knoblauchzehe (fein gehackt)
Salz und frischer Pfeffer aus der Mühle
Steirisches Kürbiskernöl g.g.A.
Parmesan (reif, sehr würzig)

Zubereitung

Blattspinat dünsten und klein hacken. Mehl, Eier, Knoblauch, Gewürze und Kürbiskernöl (2 – 3 EL) dazu geben und vorsichtig zu einem Teig verarbeiten. Wasser mit Salz zum Kochen bringen.
Aus dem Teig mit einem größeren Löffel 16 Nocken formen und in das siedende Salzwasser geben. Wenn die Nocken oben auf schwimmen (nach ca. 10 – 15 Minuten) sind sie fertig gegart und werden abgeschöpft.
Auf einem vorgewärmten Teller etwas Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. geben, darauf die gekochten Nocken anrichten und mit viel gehobelten Parmesan garnieren.

Tipp: Gedünstete Karotten und Sellerie ergänzen das Gericht geschmacklich als auch dekorativ! Im Sommer passt hervorragend ein Paprika-Paradeiser-Salat oder grüner Häuptelsalat zu den Nockerln.

Rezept von Gemeinschaft Steirisches Kürbiskernöl g.g.A. / Foto: Stefan Kristoferitsch