

Rote-Bete-Knödel, Meerrettich-Soße und Fenchel-Salat

Für zwei Personen

Für die Knödel:

120 g Knödelbrot	125 g vorgeg. Rote Bete	40 g Zwiebel
1 Knoblauchzehe	20 g Kapern	60 g Magerquark
2 Eier	100 g Almkäse	weißer Balsamicoessig
3 Zweige glatte Petersilie	1 TL Korianderkörner	1 TL Kümmel
3 Salbeiblätter	20 g Rote Bete Pulver	1 EL Mehl
25 g Butter	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

50 g Wildkräuter	1 Fenchel	2 Orangen
1 Zitrone	10 g Sonnenblumenkerne	weißer Balsamicoessig
Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

Meerrettich	$\frac{1}{2}$ Zwiebel	$\frac{1}{2}$ Zitrone, Saft
100 ml Sahne	150 ml Weißwein	150 ml Gemüsefond
1 TL Stärke	Salz	Pfeffer

Für die Garnitur:

1 vorgeg. Rote Bete	100 g Butter	20 g Parmesan
2 St. Schnittlauch		

Für die Knödel:

Das Knödelbrot mit dem Mehl vermischen. Zwiebel und Knoblauch abziehen, kleinhacken, in der Butter glasig anbraten und anschließend mit Balsamico ablöschen. Salbei abbrausen, trockenwedeln und die Blätter abzupfen. Korianderkörner mörsern. Rote Bete, Kapern, Korianderkörner, Kümmel, Petersilie und Salbeiblätter im Mixer pürieren.

Anschließend die Rote-Bete-Masse, Rote Bete Pulver, Eier, Quark, Salz und Pfeffer unter die Brot-Mehl-Mischung heben und mit den Händen gut kneten. Eventuell 15 Minuten ziehen lassen. Aus der Masse ca. 6-8 Knödel formen. In der Mitte ein Stück des Almkäses platzieren. Für 10-15 Minuten in nicht mehr kochendem, gesalzenem Wasser gar ziehen lassen.

Für den Salat:

Wildkräuter waschen und trockenschleudern. Fenchel und Orangen schälen und kleinschneiden. Zitrone halbieren und Saft darüber auspressen. Salat mit Essig und Öl anmachen und mit Salz und Pfeffer würzen. Sonnenblumenkerne darüber verteilen.

Für die Sauce:

Zwiebel abziehen und fein würfeln. Zwiebeln in etwas Butter anschwitzen und mit Weißwein und Fond ablöschen. Auf die Hälfte einreduzieren lassen. Sahne hinzugeben, kurz aufkochen lassen und erst zum Schluss bei wenig Hitze den Meerrettich unterrühren. Sauce durch ein Sieb passieren. Mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken und kurz vorm Servieren aufschäumen.

Für die Garnitur:

Aus der roten Bete mit einem kleinen Kugelausstecher Kugeln ausstechen. Butter in einer Pfanne braun werden lassen. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Parmesan über die Knödel reiben, Schnittlauch darüber verteilen und mit der Nussbutter übergießen. Die Schaumsauce um die Knödel herum anrichten, mit Rote-Bete-Kügelchen garnieren und servieren.

Paula Bründl am 11. November 2020