

**Kochen**

**Rainer Klutsch**

**Montag, den 01.02.2021**

**Kartoffel-Spinatknödel mit Balsamico-Linsen**

**Für 4 Personen**

**Zutaten**

**Für die Spinatknödel**

400 g Kartoffeln, mehligkochend  
Salz  
300 g Spinat  
1 Zwiebel  
1 EL Rapsöl  
Pfeffer  
3 Eier (Größe M)  
100 g Mehl  
etwas Muskat

**Für die Balsamico-Linsen**

350 g Belugalinsen  
1 Paprika, rot  
200 g Sellerieknolle  
1 Stange Lauch  
3 Karotten  
1 EL Mehl  
50 g Butter  
150 ml Balsamico-Essig  
1 Knoblauchzehe  
Salz  
Pfeffer  
0,5 Bund Koriander (oder Petersilie)



**Zubereitung**

1. **Für die Spinatknödel** Kartoffeln abbrausen und in Salzwasser ca. 20 Minuten weich kochen.
2. Anschließend kurz mit kaltem Wasser abbrausen (damit sich die Schale besser löst).
3. Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse auf ein Küchentuch drücken.
4. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Spinat putzen, abbrausen, trockenschütteln.
5. Öl erhitzen. Zwiebel darin glasig andünsten. Spinat zugeben und ca. 2 Minuten mitdünsten. Mit Salz, Pfeffer sowie Muskat würzen und abkühlen lassen.
6. Den Spinat gut ausdrücken und mit den Kartoffeln in eine Schale geben.
7. Eier und Mehl zugeben und alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten.
8. Teig zu gleichmäßigen, etwa tennisballgroßen Knödeln formen.
9. **Die Linsen** in Wasser ca. 30 Minuten weich garen.
10. Inzwischen Paprika, Sellerie, Lauch, Knoblauch und Karotten putzen, bzw. schälen und abbrausen.
11. Das Gemüse kleinschneiden. Knoblauch fein hacken.
12. Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Mehl zugeben und goldbraun rösten.
13. Linsen evtl. abgießen, die Butter-Mehlmischung unter die Linsen rühren.
14. Balsamico-Essig untermischen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
15. Vorbereitetes Gemüse zu den Linsen geben und weitere ca. 4-5 Minuten garen.
16. Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Temperatur herunterschalten. Knödel darin garen. Steigen die Knödel an die Oberfläche, sind sie gar. Herausnehmen und abtropfen lassen (nach Belieben die Knödel noch kurz in Butter schwenken).
17. Koriander abbrausen, trockenschütteln, fein schneiden, unter die Linsen mischen und abschmecken.
18. Linsen und Knödel anrichten und servieren.