



LAUGEN-PETERSILIEN-KNÖDEL AUS DEM OFEN, dazu ein cremiger Porree-Spinat-Rahm

SPECIAL

Mit schönem Gruß von unseren Köchen.
Diese saisonale Kreation
ist wirklich etwas
ganz Besonderes.



Laugenstangen



Porree



Gewürzmischung
"Knödel"



Sahne



Babyspinat



Petersilie



Vollmilch



Bergjausekäse

 40 Minuten

 Stufe 3

Du liebst klassische Gerichte, die es früher bei Oma, im Kindergarten oder in der Schulküche gab? Wir auch! Darum gibt es heute ganz traditionell eines der wohl besten vegetarischen Gerichte überhaupt: leckere Laugenknödel mit einem unglaublich cremigen Porree-Spinat-Rahm. Die Knödel selbst zuzubereiten, ist dabei absolut einfach und mit unserer Anleitung wirklich gelingsicher. Dann heißt es bloß noch etwas schnippeln – und schon kannst Du genießen!

Wasche **Gemüse** und **Kräuter** ab.

Zum Kochen benötigst Du **1 große Pfanne**, **1 kleinen Topf**, eine **Gemüsereibe**, eine **Auflaufform** und **1 große Schüssel**.



1 ZU BEGINN

Heize den **Backofen** auf **220 °C** Ober-/Unterhitze (**200 °C** Umluft) vor.

Milch in einem kleinen Topf erwärmen.

Währenddessen die **Laugenstangen** in 1 cm große Würfel schneiden.

Petersilie fein hacken.



2 LAUGENMASSE VORBEREITEN

Laugenstangenwürfel, **Gewürzmischung** und gehackte **Petersilie** in eine große Schüssel geben, mit warmer **Milch** übergießen, verrühren, mit **Salz*** und **Pfeffer*** würzen und abgedeckt etwas abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit mit dem **Rahmgemüse** beginnen.



3 PORREE SCHNEIDEN

Porreestange in feine Ringe schneiden.

★ **TIPP:** Porree über die gesamte Länge längs einschneiden und unter fließendem Wasser abspülen. So entfernt man den Sand auch in den einzelnen Schichten.



4 LAUGENKNÖDEL BACKEN

Mit den Händen **geraspelten Bergjausenkäse** unter die **Laugenmasse** mischen.

Mit feuchten Händen 6 [9 | 12] **Knödel** formen, in eine Auflaufform geben und ca. 15 Min. im Backofen backen.



5 GEMÜSE ZUBEREITEN

In einer großen Pfanne **Butter*** bei mittlerer Hitze erwärmen und **Porreeringe** darin 4 – 5 Min. braten.

Mit **Sahne** ablöschen, **Babyspinat** nach und nach zugeben, zusammenfallen lassen.

Rahmgemüse mit **Salz*** und **Pfeffer*** abschmecken.



6 ANRICHTEN

Semmelknödel aus dem Backofen nehmen und kurz abkühlen lassen.

Rahmgemüse auf Teller verteilen, je 3 Knödel darauf anrichten und genießen.

2 - 4 PERSONEN ZUTATEN

	2P	3P	4P
Vollmilch (3,8 % Fett) 5)	250 ml	500 ml	500 ml
Laugenstangen 1)	270 g	540 g	540 g
Petersilie	10 g	10 g	10 g
Gewürzmischung "Knödel"	2 g	3 g	4 g
Porree DE	1	2 (klein)	2
geraspelter Bergjausenkäse 5)	75 g	75 g	75 g
Sahne 5)	200 g	400 g	400 g
Babyspinat	50 g	75 g	100 g
Butter* 5)	½ EL	¾ EL	1 EL
Salz*, Pfeffer*	nach Geschmack		

* Gut, im Haus zu haben.

🍷 Beachte die benötigte Menge. Die gelieferte Menge in Deiner Box weicht hiervon ab und es bleibt etwas übrig.

DURCHSCHNITTliche NÄHRWERTE PRO	100 g	PORTION (ca. 500 g)
Brennwert	510 kJ/122 kcal	2598 kJ/621 kcal
Fett	5 g	27 g
– davon ges. Fettsäuren	3 g	15 g
Kohlenhydrate	14 g	72 g
– davon Zucker	3 g	15 g
Eiweiß	4 g	19 g
Ballaststoffe	1 g	3 g
Salz	0 g	3 g

ALLERGENE

1) Weizen 5) Milch

(Bitte beachte weitere Informationen zu Allergenen und möglichen Spuren von Allergenen auf der Zutatenverpackung!)

URSPRUNGLÄNDER

DE: Deutschland

Diese Rezeptkarte ist recycelbar und FSC®-zertifiziert (FSC®-C129012).

[f](#) [@](#) [▶](#) [p](#) #HelloFreshDE

Wir lieben Feedback! Ruf uns an oder schreib uns:

DE +49 (0) 30 224 03 04 59 | kundenservice@hellofresh.de
AT +43 (0) 720 816 005 | kundenservice@hellofresh.at

GUTEN APPETIT!