



Kürbisknödel mit Räuchertofu

Deftig

500 g mehligkochende Kartoffeln
Salz · 300 g Hokkaido-Kürbis
1 Zwiebel · 100 g Champignons
100 g Räuchertofu
¼ Bund Schnittlauch · 2 EL Bratöl
Pfeffer · 80 g Kartoffelstärke
Muskat · 80 g Butter · 10 Blätter Salbei

- ➊ Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Kürbis entkernen, fein reiben, in ein Sieb geben und Flüssigkeit ausdrücken. Zwiebel fein hacken. Champignons und Tofu klein würfeln. Schnittlauch fein schneiden.
- ➋ Für die Füllung Öl in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel, Champignons und Tofu darin bei mittlerer Hitze 5 Min. anbraten. Schnittlauch zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- ➌ Kartoffeln abgießen und heiß durch eine Kartoffelpresse drücken. Kürbis und Stärke unterkneten.

Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Aus der Masse 8 gleich große Knödel formen. In die Mitte der Knödel je eine Vertiefung drücken und 2 TL Füllung hineingeben. Öffnung schließen. Knödel in siedendem Salzwasser 8–10 Min. gar ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche aufsteigen.

- ➍ Butter in einer Pfanne schmelzen. Salbei darin 2 Min. schwenken, damit die Butter das Aroma annimmt. Knödel hinzugeben und goldbraun anbraten.

☆ Mittel | 4 Portionen

🕒 Zubereitungszeit: 55 Min.

📊 Pro Portion: 425 kcal; 9 g E, 24 g F, 41 g KH