

Kartoffelknödel mit Tofufüllung

Zutaten für 8-10 Knödel:

für die Kartoffelknödel:

1000 g Kartoffeln, gekocht

1 Ei

175 g Speisestärke

1 ½ TL Salz

Pfeffer

Muskatnuss

für die Füllung:

ca. 250 g Tofu

½ Zwiebel

Sojasauce

Salz und Pfeffer

Die Kartoffeln können gerne schon am Vortag gekocht werden. So ist man dann schneller. Die gekochten Erdäpfel werden geschält und durch die Kartoffelpresse gedrückt, oder mit einer Gabel fein zerdrückt.

Nun fügt man ein Ei, die Speisestärke und die Gewürze zum Teig hinzu. Mit den Händen zu einer glatten Masse formen.

Für die Füllung wird die Zwiebel und der Tofu ganz klein gewürfelt und scharf angebraten. Mit Sojasauce ablöschen und mit Salz und Pfeffer verfeinern. Die Mischung zur Seite stellen und abkühlen lassen.

Mit den Händen nimmt man je etwas Kartoffelteig, drückt ihn etwa handflächengroß auseinander und gibt einen Löffel der Füllung in die Mitte. Nun den Teig rund um die Füllung schließen und einen runden Knödel formen.

Diese werden in leicht siedenden Salzwasser für etwa 20 Minuten gegart. Sobald die Knödel an der Oberfläche schwimmen, sind sie fertig.

Vorsichtig aus dem Wasser heben und mit Sauerkraut, Rotkraut, oder Sauce servieren.

Tipp: Du kannst die Knödel auch ohne Füllung zubereiten. Dann sind sie eine ideale Beilage zu deftigen Gerichten.