Kürbisnockerl mit gehackten Kernen und Kernöl



Rezept und Fotos von Claudia Kraft

Zutaten:
250 g Mehl
500g Kürbis
3 El Öl
1 Ei
1/2 El Salz
Sind so dunkel da ich ca 40g Kürbiskernmehl zusätzlich verwendet habe.

Zubereitung:
Das Kürbisfleisch ohne Wasser im Rohr bei 150 Grad weichdünsten. (Ich habe es in der CC für ca. 12-14 Minuten gedämpft). Anschließend pürieren. (Habe es lauwarm im Multi mit Messer gemacht, da ich vorher Suppengemüse mit dicker Scheibe geschnitten habe)

Kürbispüree mit Mehl, Ei, Öl und Salz zu einem Nockerlteig verrühren (Flexi bzw. K-Haken). Ich habe noch ein paar ged. Kürbiswürfel in die Maße gegeben.
Nockerln mit einem Esslöffel ausstechen und in Salzwasser kochen lassen, bis die Nockerl aufsteigen. Abseihen, unter kaltem, Wasser kurz abschrecken, in Butter (ich habe Ghee verwendet) schwenken.

Tipp: Vor dem Servieren mit Kernöl beträufeln und Kürbiskerne

drüber streuen. Bei mir waren es gehackte da nichts anderes zu Hause war

Herstellungsbilder mit der CC von Claudia Kraft:
Nockerlteig im Multi gemacht





