

Käse-Grießnockeln mit Tomatensauce



Zutaten:

für die Tomatensauce:

- 1 Zwiebel
- 2 EL Olivenöl
- 1 Dose gehackte Tomaten
- Salz
- Pfeffer
- italienische Kräuter (optional)

für die Käse-Grießnocken:

- 250 ml Milch
- 50 g Butter
- 80 g Grieß
- 1 Ei (Eiweiß und -gelb)
- 1 Eigelb
- 80 g Käse
- 1 Bund gehackte Petersilie
- Salz
- Pfeffer
- Muskat
- 1 Handvoll Haselnüsse (optional)

Zubereitung:

- ① Zuerst bereiten wir die Tomatensauce vor. Schneidet dafür die Zwiebel in kleine Würfel. Dünstet die Zwiebelwürfel in einem Topf und dem Olivenöl weich. Gebt anschließend die Dosentomaten hinzu. Würzt die Sauce mit Salz, Pfeffer und, wenn ihr mögt italienischen Kräutern. Falls die Tomatensauce zu sauer ist, hilft etwas Zucker, Honig oder Ahornsirup. Lasst die Tomatensauce auf kleiner Flamme köcheln.
- ② Während die Sauce kocht, röstet ihr ein paar Haselnüsse in der Pfanne goldbraun an und hackt sie grob.
- ③ In einem Topf bringt ihr die Milch mit der Butter zum Kochen. Mit einem Schneebesen rührt ihr anschließend den Grieß unter. Rührt so lange weiter, bis die Masse fest wird und an einem Stück klebt. Das dauert ca. 2-3 Minuten.
- ④ Nehmt den Grieß vom Herd und rührt anschließend das Ei sowie das Eigelb unter. Nun gebt ihr noch den Käse sowie die Petersilie hinzu. Würzt den Grieß mit Salz und Pfeffer und nach Geschmack mit einer Prise Muskat.
- ⑤ Bringt in einem großen Topf Wasser zum Kochen. Salzt das Wasser.
- ⑥ Zum Formen der Nocken benötigt ihr einen Esslöffel und eine befeuchtete Hand. Haltet den Löffel ins weiße Wasser und stecht eine eßlöffelgroße Menge ab und legt sie auf eure Hand. Mithilfe des Löffels formt ihr die Nocken.
- ⑦ Gebt die fertig geformten Käse-Grießnocken für ca. 8 Minuten in leicht kochendes, gesalzenes Wasser.
- ⑧ Zum Servieren kommt etwas Tomatensauce mit je drei Käse-Grießnocken auf einen Teller. Gebt die Haselnüsse darüber und wenn ihr mögt, könnt ihr noch etwas Käse darauf streuen.



Susanne Punte
Food-Bloggerin
aus Dresden

