

Schönes Wochenende

Ihr Wochenend-Magazin der Passauer Neue Presse mit ihren Lokalausgaben

Samstag, 2. / Sonntag, 3. Oktober 2021



Süße Verführung
Mandel-Briocheknödel zum
Nachkochen **Freizeit**



Hoch hinaus in Tirol
Mit E-Bikes können Familien
die Bergwelt erkunden **Reise**



Freund der Familie
Elektrischer Skoda Enyaq iV
bietet Platz und Design **Auto**

Herbstzeit ist Knödelzeit



Knödel können weit mehr als eine köstliche Beilage zu Schweinebraten sein, wie das neue Buch „Knödel Lust“ mit 65 klassischen und innovativen Rezepten beweist.

– Foto: Adobe Stock

Meist spielen sie eher eine Nebenrolle als Beilage. Doch im Buch „Knödel Lust. So schmeckt Glückseligkeit“ werden Knödel zum kulinarischen Mittelpunkt.

Von Sandra Hiendl

Selten läuft dem Leser eines Buches so sehr das Wasser im Mund zusammen wie beim Durchblättern des Buches „Knödel Lust. So schmeckt Glückseligkeit“. Die Autoren Hans Bauer und Sandra Leitner aus Zeitlarn bei Regensburg präsentieren in ihrem Werk 65 Rezepte, die weit über die Klassiker hinausgehen und machen gerade jetzt im Herbst so richtig Lust aufs Ausprobieren neuer Rezepte. „Unsere Knödel sind See-

lenschmeichler, Herzerwärmer, Gaumenfreude und Glücklicher. Rund und köstlich – Soulfood, wie es sein soll, für Menschen gemacht, die gerne genießen“, bringt Hans Bauer seine Leidenschaft auf den Punkt.

20 000 Knödel hat Hans Bauer schon zubereitet

Und auch Sandra Leitner macht keinen Hehl daraus, dass sie von Knödeln gar nicht genug bekommen kann und es liebt, immer wieder neue Variationen auszuprobieren. Ihre Favoriten im Buch: Die Spinatknödel und als süße Variante die Haselnuss-Knödel.

„Ich habe in meinem Leben bestimmt schon 20 000 Knödel gemacht, da ich aus einem traditionellen bayerischen Wirtshaus komme. Aber auf Dauer fand ich Semmel- und Kartoffelknödel alleine zu langweilig und ich be-

gann, neue Rezepte auszuprobieren, zum Beispiel auch in die asiatische Richtung.“ Heute gehören die Garnelen-Knödel ebenso zu seinen Favoriten wie die getrüffelten Sellerie- und Spinat-Knödel.

Wer unsicher ist beim Zubereiten, dem raten Sandra Leitner und Hans Bauer zu Probeknödeln. Das habe sich gut bewährt, bestätigen beiden unisono. „Bei Kartoffel-Knödel muss man darauf achten, dass Kartoffeln einen unterschiedlichen Stärkegehalt haben. Ist die Masse zu nass, gibt man einfach einen oder zwei Löffel Semmelbrösel dazu, das haut garantiert hin“, versichert Sandra Leitner. Sollte der Teig zu fest sein, wird er dank eines Eis, Milch oder Wasser fluffiger, ergänzt Hans Bauer. Wichtig ist den beiden auch zu betonen, dass man Knödel nie in kochendes Wasser geben sollte, sondern bei einer Temperatur unterhalb des Siedepunktes.

Sechs Exemplare von „Knödel Lust“ zu gewinnen

Wer nun Lust auf Kreationen wie Kokosknödel, Mandel-Briocheknödel, Sesam-Brezelknödel oder Kürbis-Knödel mit Lauchpüree (siehe auch Rezepte nächste Seite) bekommen hat, kann eines von sechs Exemplaren aus dem Süd Ost Verlag gewinnen.

Wenn Sie mitmachen und gewinnen wollen, rufen Sie bis Sonntag, 10. Oktober, unter der Nummer ☎ **0137/822703013** (50 Cent pro Anruf – mobil gegebenenfalls abweichend) an und sprechen Sie das Wort **Lust** sowie Ihren Namen, Ihre Nummer und Adresse auf unser Tonband. Oder senden Sie eine SMS mit dem Text **pnp ticket lust** gefolgt von einem Leerzeichen, Namen, Telefonnummer und Adresse an die Nummer **52020** (49 Cent pro SMS – keine Vorwahl).



Hans Bauer und Sandra Leitner lieben Knödel. Aus ihrer Leidenschaft ist das Kochbuch „Knödel Lust“ entstanden. Fünf Exemplare aus dem Süd Ost Verlag gibt es zu gewinnen.

– Foto: Petra Homeier

Kriegsführung mit Knödeln

Wer gerne Knödel mag, kommt an Deggendorf nicht vorbei. Doch Vorsicht, in der niederbayerischen Kreisstadt isst man die Köstlichkeiten nicht nur gerne, sondern hat früher damit auch geworfen und Feinde verjagt – zumindest der Sage nach ...

Von Sandra Hiendl

Beate Lausch-Bernreiter genießt nicht nur privat Knödel, am liebsten Semmelknödel mit Schwammerl, sie lebt ihre Leidenschaft auch beruflich aus. Als Stadtführerin in Deggendorf bietet die 66-Jährige Touren auf den Spuren der berühmten Knödelwerferin, die Deggendorf der Sage nach vor der Belagerung durch die Böhmen gerettet hat, an. Noch dazu in passender Kostümierung.

„Deggendorf ist offiziell Knödel-



Beate Lausch-Bernreiter erzählt bei ihren Stadtführungen gerne die Geschichte der Knödelwerferin.

– Foto: Archiv Roland Binder

stadt und hat sich diesen Titel auch schützen lassen. Überall in der Stadt begegnet man den Köstlichkeiten. Sogar Knödel-Pralinen gibt es. Und ein Wirtshaus, das „zur Knödelwerferin“ heißt. Die Sage der Knödelwerferin, von der es auch eine eigene Skulptur in der Stadt gibt, fasziniert viele Besucher. Ich mache die Führungen als Knödelwerferin nun schon seit sieben Jahren und stelle fest, dass das Interesse an dieser Geschichte ungebrochen ist und Touren gerne als Geschenk gebucht wer-

den“, erzählt Beate Lausch-Bernreiter.

Der Sage nach wurde Deggendorf Mitte des 12. Jahrhunderts vor der Erstürmung durch die Truppen von Ottokar von Böhmen gerettet, weil die Frau des damaligen Bürgermeisters einen feindlichen Späher mit Hilfe eines gerade zubereiteten heißen Knödels in die Flucht schlug.

Informationen zu Führungen gibt es bei der Tourist Information Deggendorf.



Sesam-Brezenknödelsticks mit gebeiztem Wildlachs, Avocado und Apfel

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

Knödelsticks: 300 g Brezen vom Vortag, 150 g Ricotta, 2 Eier, 20 g Frühlingslauch, das Grüne, 15 g Estragon, Koriander und Zitronenverbene, ½ TL Kurkuma, ½ TL Garam Masala, 30 g braune Butter, Salz, Pfeffer
 Panade: 2 Eier, 2 EL Sahne, 150 g weiße Sesamkörner, Frittieröl,
 Apfel-Selleriesalat: 1 Apfel, ¼ Sellerieknolle, 1 Limette, 3 EL Wasser, 2 EL Olivenöl, Koriander, Salz, Zucker
 Wasabi-Avocadocreme: 2 Avocados, 2 Limetten, 3 EL Olivenöl, Wasabipaste nach Geschmack, Salz, Zucker
 500 g gebeizter Wildlachs

ZUBEREITUNG

Brezen würfeln und mit Ricotta und Eiern vermischen. Kräuter und Frühlingslauch klein hacken, mit Gewürzen und Butter zu den Brezen geben, kneten und zu einer Rolle formen. Die Rolle in Alufolie einwickeln und

die Enden fest zudrehen. Zugedeckt ca. 40 Minuten in köchelndem Wasser ziehen lassen. Die Rollen aus dem Wasser nehmen, Folien entfernen und erkalten lassen. Die Teigrolle längs in ca. 1 cm breite Streifen schneiden. Die Scheiben wiederum längs in Stiffform schneiden und etwas salzen. Eier und Sahne vermengen und die Sticks erst darin, danach in den Sesamkörnern wenden. Frittieröl auf mittlerer Stufe erhitzen. Die Sticks nacheinander in das Öl legen und goldgelb backen. Aus dem Topf nehmen und auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Für die Wasabi-Avocadocreme das Fruchtfleisch der Avocados mit Olivenöl, Limettensaft, Wasabipaste, Salz und Zucker fein pürieren.

Apfel-Selleriesalat: Apfel und geschälten Sellerie in längliche Stifte hobeln, salzen, zuckern, Wasser, Olivenöl, Koriander, Limettensaft- und Abrieb zugeben und mischen.

Alles auf einem Teller anrichten und servieren.



Mandel-Briocheknödel mit Kürbis-Mandarinenragout

ZUTATEN FÜR 5 KNÖDEL

Knödelteig: 2 Eigelbe, 2 P Vanillezucker, 30 g Zucker, 30 g Butter, flüssig, 50 g Marzipan, 100 g Quark, ausgedrückt, 1/4 Tonkabohne, gerieben, 1/2 Limette, Abrieb, 150 g Brioche, angetrocknet, 80 g Mandeln, gehackt
 Kürbis-Mandarinenragout: 10 Mandarinen, 200 g Hokkaido-Kürbis, gewürfelt, 300 ml Weißwein, 60 g Zucker, 1 Limette, 10 g Ingwer, 1 MSP Zimt, Zesten von Mandarine und Limette

ZUBEREITUNG

Eigelbe, Vanillezucker und Zucker in einer Schüssel cremig rühren. Flüssige Butter, Marzipan, Quark, Tonkabohne sowie Limette dazugeben und glatt rühren. Brioche klein schneiden, unterheben und zu einem homogenen Teig verarbeiten. Mindestens 1 Stunde kühl stellen. Falls der Teig nicht fest genug ist, etwas Sem-

melbrösel unterheben. Von der Masse Teig abstechen und zu Knödeln formen. In gesalzenem Zuckerwasser gar ziehen lassen. Die Mandeln in einer Pfanne ohne Fett bei mittlerer Hitze leicht rösten. Die Knödel in den gehackten, gerösteten Mandeln wälzen.
 Kürbis-Mandarinenragout: Von 2 Mandarinen und 1 Limette die Schale fein abschälen und in ganz feine Streifen schneiden (Zesten). 4 Mandarinen schälen, in ihre Spalten teilen und die weißen Fasern vom Fruchtfleisch entfernen. Kürbis, Wein, Zucker, Limettensaft und -frucht, gehackter Ingwer und Zimt in einen Topf geben und ca. 15 Minuten köcheln lassen. Die Flüssigkeit dabei auf die Hälfte einkochen. Die restlichen 6 Mandarinen auspressen und den Saft zu den Kürbiswürfeln in den Topf geben. Wiederum auf die Hälfte der Flüssigkeit einkochen. Die Zesten hinzufügen und mitkochen lassen. Den Topf vom Herd nehmen, die Mandarinspalten unterheben, gut durchschwenken und anrichten.



Kürbisknödel mit Lauchpüree

ZUTATEN FÜR 5 KNÖDEL

400 g Kürbis, in Scheiben geschnitten, 3 EL Olivenöl, Salz, Zucker, Pfeffer, Zimt, Curry, Kreuzkümmel, gemahlen, Ingwer, 30 g Butter, 30 g Zwiebeln, 5 g Knoblauch, 40 g Parmesan, 30 g Bergkäse, 40 g Quark, 1 Ei, etwas Zitronensaft und -abrieb, 100 g Knödelbrot, Semmelbrösel
 Rucolasalat: Rucola, Essig, Olivenöl, Salz
 Lauchpüree: 170 g Lauch, das Grüne, 1 EL Zucker, 1 TL Salz, 150 ml Wasser, ca. 170 g Lauch, das Weiße, 70 g Butter, 50 ml Weißwein, ggf. etwas Semmelbrösel

ZUBEREITUNG

Backofen auf 160 Grad vorheizen. Backpapier auf ein Backblech legen, darauf die Kürbisscheiben verteilen. Mit Olivenöl übergießen. Mit Salz, Zucker, Pfeffer, Zimt, Curry, gemahlenem Kreuzkümmel und Ingwer großzügig würzen. 20 Min. im Ofen garen.
 Butter in einer Pfanne aufschäumen, darin die klein geschnittenen Zwiebeln und den Knoblauch farblos anschwitzen. Den Pfanneninhalt, Kürbisscheiben und Käse

in einem Mixer fein pürieren. Die Masse in eine Schüssel umfüllen und abkühlen lassen. Quark, Ei, Zitronensaft und -abrieb unter die Kürbismasse mischen. Zusammen mit dem Knödelbrot zu einem homogenen Teig verarbeiten. Die Masse für mind. 1 Stunde in den Kühlschrank stellen. Ggf. etwas Semmelbrösel untermischen. Von der Knödelmasse Teig abstechen, Knödel formen und in Salzwasser gar ziehen lassen.

Den Rucola mit Essig, Olivenöl und einer Prise Salz anmachen.

Das Grüne vom Lauch in Ringe schneiden, in einen kleinen Topf geben, mit Salz und Zucker würzen, mit 150 ml Wasser auffüllen und einmal aufkochen. Die Temperatur reduzieren und ca. 5 Min. abgedeckt köcheln lassen. Masse in einen Mixer umfüllen. Das Weiße vom Lauch in kleine Ringe schneiden. Die Butter in einer Pfanne aufschäumen. Den Lauch ca. 10 Min. bei mittlerer Hitze darin anschwitzen. Mit Weißwein ablöschen und verkochen lassen. Den weißen Lauch zum grünen Lauch in den Mixer geben und fein pürieren.



Kokosknödel mit Heidelbeerragout und Thaimango

ZUTATEN FÜR 8 KNÖDEL

Kokosknödel: 500 g Quark, 20 g flüssige Butter, 2 Eier, 60 g Zucker, 1 kl. Vanilleschote, Mark, 1 Zitrone, Abrieb, 100 g Mehl, 90 g Kokosraspel, 60 g Grieß, ggf. Semmelbrösel
 Kokosraspel: 80g Kokosraspel, 1 EL Zucker
 Heidelbeerragout: 300 g Heidelbeeren, 200 g Wasser, Saft einer halben Zitrone, 1 PK Vanillezucker, 60 g Zucker, 1 EL Speisestärke, 1 EL Rum, 1 EL fein gehackte Minzblätter

ZUBEREITUNG

Den Quark in einem Sieb gut abtropfen lassen oder in einem Tuch ausdrücken. Den abgetropften Quark, die flüssige Butter, die Eier, den Zucker, das Vanillemark und den Zitronenabrieb zusammen in einer Schüssel glattrühren. Mehl, Kokosraspel und Grieß unterheben und gut vermengen. Den Teig abgedeckt im Kühl-

schrank 1 Stunde ziehen lassen. Sollte der Teig zu weich sein, noch etwas Mehl oder Semmelbrösel zufügen, bis eine feste, aber nicht zu feste Masse entsteht. Teig abstechen und Knödel daraus formen. Wer mag, kann die Knödel vorher noch mit Heidelbeeren füllen. Am besten einen Probeknödel mit leicht befeuchteten Händen abdrehen und im gesalzenen Zuckerwasser gar ziehen lassen. Wenn der Knödel an die Wasseroberfläche steigt und die Konsistenz passt, ist er fertig. Jetzt die restlichen Knödel ins Wasser geben.

Kokosraspel mit dem Zucker in einer Pfanne bei mittlerer Hitze langsam rösten, bis sie zu duften beginnen. Die Knödel in den gerösteten Kokosraspel wälzen.

Die Heidelbeeren in einem Topf mit Wasser, Zitronensaft, Vanillezucker und Zucker aufkochen. Die Speisestärke in 1-2 Esslöffeln Wasser separat auflösen und unterrühren. Unter ständigem Rühren 3-4 Minuten köcheln lassen, bis die Masse eindickt. Etwas abkühlen lassen, dann den Rum und die gehackten Minzblätter unterheben.