**FEINE SPINATKNÖDEL**

**Zutaten** für ca. 10 bis 12 mittelgroße Knödel  
500 g pürierter Spinat, 1 Esslöffel Butter, 1 mittlere Zwiebel kleinwürfelig geschnitten, 1 Zehe Knoblauch nach Belieben, grobgehackte frische Petersilie, 2 Esslöffel griffiges Mehl, 180 g Brösel, 2 Eier, Salz, Pfeffer, Muskat, 150 g kleinwürfelig geschnittener Stangen- oder Bergkäse, Butter und Parmesan zum Anrichten.

**Zubereitung:**  
Frischen Spinat von den groben Stielen befreien, gut waschen und blanchieren, abschrecken und im Mixer pürieren oder passierten Tiefkühlspinat auftauen und gut ausdrücken. Den kleinwürfeligen Zwiebel in der Butter gold-gelb anrösten. Den mit einem Messer und etwas Salz zerriebenen Knoblauch und die gehackte Petersilie zugeben und etwas anschwitzen lassen. Den Käse kleinwürfelig schneiden. Sämtliche Zutaten zu einer formbaren Masse zusammenmischen und etwa 15 Minuten rasten lassen. Sollte es sich erweisen, dass die Masse zu weich ist, weil der Spinat zu nass war, oder weil Eier von mindestens 60 g zur Verwendung kamen, so muss man mit Brösel die richtige Konsistenz einstellen. Knödel formen und in leicht wallendes Salzwasser einlegen. Die Kochdauer beträgt ca. 15 Minuten. Am besten schmecken die Knödel mit brauner Butter und erstklassigem Parmesan.  
**TIPP:** Diese Knödel lassen sich in die Kategorie der gehobenen Küche einreihen, sie sind locker und mit großem Spinatanteil. Sie eignen sich als Vorspeise als auch als Hauptgericht, dazu passt grüner Salat.

**Spinatknödel Südtiroler Bäurinnen**

Zutaten: 12 Stk.  
½ kg passierter TK-Spinat (auftauen, abseihen)  
2 Eier  
15-20 dkg Brösel  
ca. 5dkg Mehl  
2 Zehen Knoblauch gepresst  
½ Zwiebel feingehackt, nicht geröstet  
knapp 1TL Salz; Pfeffer gerieben  
Butter zerlassen, Parmesan gerieben

**Zubereitung:**  
sofort (ohne ziehen) kleine Knödel formen und 15‘ bei 100° in Dampfgarer ziehen lassen (oder in kochendem gesalzenem Wasser ca. 15‘ ziehen lassen – nicht mehr kochen, bis Knödel oben schwimmen!)  
Beilage: Salat