

# Tiroler Spinatknödel

(4 Portionen)

## Zutaten

250g Knödelbrot  
125 ml Milch  
2 Eier  
50 g Käse (würzig)  
250g passierter Spinat oder blanchierter, fein gehackter Blattspinat  
80 g Butter/Butterschmalz  
120g Zwiebel  
15 g Knoblauch  
Semmelbrösel

## Zum Anrichten:

Zerlassene Butter  
Parmesan

## Zubereitung

1. Altbackene Semmeln (vom Vortag) klein schneiden und als Knödelbrot in eine große Schüssel geben. Anschließend mit warmer Milch übergießen und salzen. Eier verquirlen und zur Knödelmasse geben, dann die Masse kurz ruhen lassen.
2. Käse und Spinat dazugeben und die ganze Masse gut durchmischen.
3. Zwiebeln in einer Pfanne mit Butter anschwitzen, bis sie goldbraun sind. Knoblauch zu den Zwiebeln geben, kurz mitdünsten und das Butter-Knoblauch-Zwiebel-Gemisch zu den restlichen Zutaten geben.
4. Alles gut durchkneten und etwa eine halbe Stunde rasten lassen.
5. Prüfen, ob die Masse die richtige Konsistenz hat: Der Teig sollte sich leicht kneten und formen lassen und auch gut in Form bleiben. Ist der Teig zu weich, etwas Semmelbrösel zugeben, wenn der Teig zu trocken ist, etwas Milch oder Eier zugeben.
6. Knödel formen und für etwa 25 Minuten über Dampf garen (Tipp: Sie gelingen besonders gut, wenn sie im Dampfgarer zubereitet werden)
7. Währenddessen Butter schmelzen und leicht bräunen lassen, Parmesan reiben. Die fertigen Knödel mit geschmolzener Butter und Parmesan anrichten und es sich schmecken lassen.