



# Spinatnocken mit Bärlauchbutter

## ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

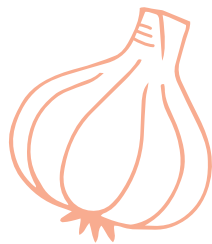


### Nocken

500 g Blattspinat  
1 Zwiebel  
1 EL Butter  
150 g Paniermehl  
3-4 EL Mehl  
2 Eier  
2 EL Magerquark  
Salz  
Muskatnuss

### Butter

100 g Bärlauch  
100 g Butter  
1 EL Sesam  
1 EL Zitronensaft  
½ TL Zucker  
Salz und Pfeffer  
Geriebener Parmesan  
nach Geschmack

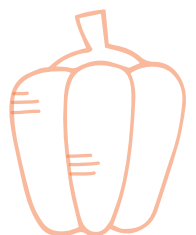


## ZUBEREITUNG

Spinat, waschen und tropfnass in einem großen Topf bei mittlerer Hitze zusammenfallen lassen. Abgießen, kalt abschrecken und abtropfen lassen. Dann gut ausdrücken und mittelfein hacken. Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebel in der heißen Butter glasig dünsten und abkühlen lassen. Spinat mit Zwiebel, Paniermehl, 3 EL Mehl, Eiern und Quark in einer Schüssel vermischen. Mit Salz und frisch geriebener Muskatnuss würzen. Reichlich Wasser in einem großen Topf erhitzen. Eine Probenocke formen, eventuell vorher noch mehr Mehl an die Masse geben, falls sie zu feucht ist und 15 Minuten garziehen lassen. Eventuell Teig nachwürzen und dann weitere 16 Nocken formen. Nocken im siedenden Wasser in ca. 15 bis 20 Minuten garziehen lassen. Bärlauch putzen, waschen, trocken schleudern und in feine Streifen schneiden. Butter mit dem Sesam in einem Topf erhitzen. Bärlauch, Zitronensaft und Zucker dazugeben und 1 Minute schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die Nocken mit einer Schaumkelle aus dem Wasser heben und kurz abtropfen lassen. Mit Bärlauchbutter beträufeln und mit Parmesan bestreut servieren.

Dazu passt ein Blattsalat mit Vinaigrette.

**Guten Appetit!**



DE-ÖKO-006



**Marienhof**  
**ESPERDE**