

## Kartoffelchnöpfli auf Mangold



### Zubereitungszeit

40 Minuten

### Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 480 kcal

Eiweiss: 18 g

Fett: 14 g

Kohlenhydrate: 70 g

### Zutaten für 4 Portionen

250 g	Mehl
1 TL	Salz
2	Eier
1.5 dl	Milch
1 dl	Mineralwasser
450 g	festkochende Kartoffeln
	Salz
	Pfeffer
	Muskat
500 g	Mangold
2	Zwiebeln
4 EL	Butter

### Zubereitung

1. Mehl und Salz in eine Schüssel geben. Eier, Milch und Mineralwasser verquirlen, dazugiessen. Teig schlagen, bis sich darin Blasen bilden. Kartoffeln fein raffeln. Kartoffelmasse sehr gut auspressen, mit dem Teig mischen. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken. Mangoldblätter entfernen. Stängel in ca. 1 cm breite Streifen, Blätter in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebeln halbieren, in dünne Scheiben schneiden.
2. Zwiebeln in einer Bratpfanne ohne Fett goldbraun dünsten. Beiseitestellen. Mangoldstängel in Salzwasser ca. 2 Minuten köcheln lassen. Blätter dazugeben, 1 weitere Minute köcheln lassen. Mangold mit einer Schaumkelle herausheben, mit der Hälfte der Butter mischen. Salzen, pfeffern und warm stellen. Teig portionenweise durch das Chnöpflisieb ins Mangoldwasser streichen. Schwimmende Chnöpfli mit einer Schaumkelle herausheben und gut abtropfen lassen. Chnöpfli mit restlicher Butter mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Chnöpfli mit Mangold anrichten. Mit beiseitegestellten Zwiebeln bestreuen.