

Kräuterquarkknödel



Zubereitungszeit

25 Minuten

Nährwerte

Pro Portion ca.

Kalorien: 330 kcal

Eiweiss: 24 g

Fett: 11 g

Kohlenhydrate: 33 g

Zutaten für 4 Portionen

0.5 Bund	Kerbel
0.5 Bund	Schnittlauch
7 Scheiben	Toastbrot
3 EL	Butter, weich
1	Eigelb
500 g	Magerquark
4 EL	Mehl
	Salz
	Pfeffer
	Muskatnuss
1	Zitrone

Zubereitung

1. Kerbel und Schnittlauch fein schneiden. Etwas für die Dekoration beiseitestellen. Toastbrot im Cutter zu feinen Bröseln hacken. 1/5 der Brösel in einer Pfanne mit wenig Butter knusprig braten. Restliche Butter, Eigelb, Quark, Mehl, restliche Toastbrösel und Kräuter gut verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Masse zu baumnussgrossen Knödeln formen. In leicht siedendem Salzwasser ca. 5 Minuten ziehen lassen, bis sie obenauf schwimmen. Knödel mit einer Lochkelle aus dem Wasser heben. Mit beiseitegestellten Kräutern und knusprigen Bröseln bestreuen. Dazu passt Salat.