



Pflaumenknödel mit glasierten Aprikosen

Ein Rezept von Mario Kotaska

Zutaten (für sechs Portionen):

Pflaumenknödel

750 g mehligkochende Kartoffeln
150 g Mehl (Type 405)
1 Ei (Größe M)
1 EL weiche Butter
1 unbehandelte Bio-Zitrone (Abrieb)
12 Pflaumen
12 Stücke Würfelzucker
3 EL Weichweizengrieß
1 TL Salz

Vanille-Mohn-Sauce

1 EL Butter
3 EL brauner Zucker
2 Vanilleschoten (alternativ 2 Päckchen Vanillezucker)
4 EL gemahlener Mohn
500 ml fettarme Milch
1 TL Speisestärke

Butterbrösel

4 EL Butter
100 g Semmelbrösel
1 TL Zimt
2 EL Zucker

Glasierte Aprikosen

6 reife Aprikosen
1 EL Butter
1 EL Puderzucker
50 ml alkoholfreier Weißwein

Sowie

Puderzucker (zum Bestäuben)
Minzblätter (zum Garnieren)



Zubereitung (circa 110 bis 125 Minuten):

Für den Pflaumenknödelteig die Kartoffeln mit Schale kochen, bis sie weich sind. Noch heiß schälen und durch eine Kartoffelpresse drücken. Kartoffelmasse vollständig abkühlen lassen. Mehl, Ei, einen Teelöffel Salz, den Abrieb einer unbehandelten Bio-Zitrone sowie Butter hinzufügen, alles zu einem geschmeidigen Teig verkneten und 15 Minuten ruhen lassen.

Die Pflaumen waschen, entsteinen und dabei möglichst ganz lassen. In jede Pflaume anstelle des Steins ein Stück Würfelzucker geben.

Den Teig in zwölf gleichmäßige Portionen teilen. Jede Portion flach drücken, eine gefüllte Pflaume in die Mitte legen, den Teig um die Pflaume herum fest verschließen, zu einer geschlossenen Kugel formen und in Weichweizengrieß wenden. Die Knödel portionsweise in leicht siedendem, gesalzenem Wasser etwa 20 bis 25 Minuten garen.

In der Zwischenzeit für die Mohnsauce Butter und braunen Zucker erhitzen. Die zwei Vanilleschoten längs aufschneiden, jeweils das Mark herauskratzen und sowohl Mark als auch Schoten dazugeben (alternativ zwei Päckchen Vanillezucker). Wenn der Zucker zu schmelzen beginnt, den Mohn dazugeben, mit Milch auffüllen und gut fünf Minuten köcheln lassen. Einen Teelöffel Speisestärke mit etwas Wasser anrühren und damit die Sauce binden. Die ausgekratzten Vanilleschoten vor dem Verzehr wieder entfernen.

Die Semmelbrösel in ausgelassener Butter goldbraun rösten und mit einem Teelöffel Zimt würzen. Die Butterbrösel auf einem Teller erkalten lassen und dann erst zwei Esslöffel Zucker unterrühren.

Für die glasierten Aprikosen die entsteinten Früchte in Viertel oder Spalten schneiden. Die Butter in einer beschichteten Pfanne schmelzen, Aprikosenstücke hinzugeben, mit einem Esslöffel Puderzucker bestäuben und alkoholfreiem Weißwein ablöschen. Bei mittlerer Hitze für zwei bis drei Minuten sanft köcheln lassen und vom Herd nehmen.

Zum Servieren die Knödel mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben, abtropfen lassen und in den Butterbröseln wälzen. Die Vanille-Mohn-Sauce mittig auf einen Teller geben, die Knödel daraufsetzen und mit glasierten Aprikosen anrichten. Zum Schluss mit etwas Puderzucker bestäuben und mit Minzblättern garnieren.

Nährwerte pro Portion:

730 kcal – 25 g Fett – 15 g Eiweiß – 106 g Kohlenhydrate