



[www.tannheimertal.com](http://www.tannheimertal.com)

# Bärlauchknödel

## Zutaten:

400g Knödelbrot/Semmelwürfel  
250ml Milch (leicht erwärmt)  
1 Bund Bärlauch (ca. 140g)  
4 Stk Eier  
1 Stk Zwiebel  
1 Prise Salz  
1 Prise Pfeffer  
1 Prise Muskatnuss (gerieben)  
1 TL Butter für die Pfanne

## Zubereitung:

- 1) Für die Bärlauchknödel zuerst das Knödelbrot (=Semmelwürfel) in der Milch einweichen.
- 2) Dann die Eier verquirlen und locker unterheben. Die Mischung für ein paar Minuten durchziehen lassen, damit das Knödelbrot schön weich wird.
- 3) In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen, fein würfeln und in einer Pfanne mit Butter leicht bräunen. Die angerösteten Zwiebeln unter die Semmelbrösel-Masse rühren und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen.
- 4) Zum Schluss kommt der gewaschene, trocken geschüttelte und fein geschnittene Bärlauch dazu – die Knödelmasse wird gut vermischt.
- 5) Mit nassen Händen 6 bis 8 Knödel (je nach Größe) formen und für 30 Minuten ruhen lassen.
- 6) Nun das Salzwasser zum Kochen bringen und die Knödel ca. 20 Minuten im leicht kochenden Wasser ziehen lassen. Sobald die Knödel an der Oberfläche schwimmen, sind sie gar und können abgeschöpft und serviert werden.

## Tipps zum Rezept

Die Bärlauchknödel können ganz simpel mit zerlassener Butter, geriebenem Käse, in einer Suppe als Einlage oder auch mit einem Pilzragout kombiniert werden.

Tourismusverband Tannheimer Tal  
Vilsalpseestraße 1  
6675 Tannheim  
Österreich

t +43 (5675) 6220-0  
e [info@tannheimertal.com](mailto:info@tannheimertal.com)  
w [www.tannheimertal.com](http://www.tannheimertal.com)  
[www.facebook.com/ferienregion.tannheimertal](https://www.facebook.com/ferienregion.tannheimertal)