

## **Erdbeer-Topfen-Knödel**

### **Zutaten:**

#### Knödel:

250 g Topfen mager

1 Ei

40 – 50 g Grieß

2 EL Brösel

Erdbeeren frisch

#### Butterbrösel:

60 g Brösel

10 g Butter

evtl. etwas Zucker und Zimt

Staubzucker



©Bilder und Rezept von Elisabeth Schöpf, Diätologin des **avomed**

### **Zubereitung:**

Erdbeeren waschen, entstielen und gut abtrocknen. Danach für den Teig den Topfen, das Ei, den Grieß und die Brösel miteinander verrühren. Falls der Teig noch zu flüssig ist, gerne noch etwas Grieß zugeben. Teig 30 Minuten im Kühlschrank rasten lassen.

Einen Esslöffel voll Teig nehmen, eine Erdbeere darauflegen und mit etwas Teig zudecken. Danach mit dem zweiten Esslöffel oder feuchten Händen zu einem Knödel/Nockerl formen und darauf achten, dass die Erdbeere ganz mit Teig umhüllt ist. Die restlichen Knödel genauso formen und in heißem Wasser ziehen lassen oder im Dampfgarer ca. 10 - 15 Minuten garen.

Für die Butterbrösel die Butter in einer Pfanne schmelzen, Brösel zugeben und miteinander vermischen, eventuell mit etwas Zucker und Zimt verfeinern. Die fertigen Erdbeerknödel hineingeben und in den Bröseln wälzen. Mit Staubzucker bestreuen und servieren.

### **Alternativen:**

- mit anderen Früchten gefüllt z.B. Zwetschken oder Marillen
- mit Fruchtspiegel
- mit Nougatfülle
- mit Nussbrösel (z.B. Haselnüsse)
- pikante Topfenknödel (ohne Fülle und Butterbrösel): Topfenknödel mit geschmolzener Butter und geriebenen Käse (z.B. Parmesan) servieren, dazu einen Salat oder Spinat reichen.