Bärlauch Gnocchi



Ja der Frühling… Für mich bedeutet der Frühling nicht nur, dass das Gemüt sich langsam von der nebligen Zeit erholt und man sich an den ersten Sonnenstrahlen erfreuen kann, sondern auch Bärlauch in allen Variationen und Massen. Meine Kinder finden mich in dieser Zeit nicht so toll, wenn das ganze Haus nach dem eigensinnigen Geruch des Bärlauchs duftet. Egal, ich liebe es und die Jungs müssen da durch. Bärlauch in allen Varianten. Pesto und Bärlauchbutter kennt ja quasi jeder. Aber es gibt noch ganz viele andere Rezepte. Eins davon stelle ich dir hier vor. Zugegeben, Gnocchi selber herzustellen ist jetzt nicht die einfachste Variante, um an sein Essen zu kommen. Es braucht etwas Zeit und Geduld den klebrigen Teig zu verarbeiten. Aber das Ergebnis ist wirklich um ein Vielfaches besser, als die gekaufte Variante aus dem Supermarkt.

Zutaten für 4 Portionen (als Hauptmahlzeit)

1 kg mehlig kochende Kartoffeln ungeschält

100 g Bärlauch

1 EL Salz

1 Ei

100 – 200 g Mehl

3 EL Hartweizengrieß fein

Zum Anbraten:

1 EL Butter

Handvoll Pinienkerne

1. Die Kartoffeln in einem Topf mit Salzwasser, samt Schale, für rund 20-25 Minuten, bissfest kochen und anschließend abgießen. Danach lässt du die Kartoffeln am besten 10 Minuten abkühlen, sonst verbrennst du dir die Patschehändchen.
2. In der Zwischenzeit wäschst du den Bärlauch, entfernst die Stiele und schüttelst ihn vorsichtig trocken. Ich nehme dazu eine Salatschleuder. Bärlauch ist sehr empfindlich, gehe dabei nicht zu grob mit den Blättern um.
3. Jetzt kannst du den Bärlauch zusammen mit dem Ei in einem Mixer grob hacken. Mixe nicht zu lange, es dürfen auch noch Kleinteile vom Bärlauch zu sehen sein. Du kannst den Bärlauch auch von Hand schneiden und anschließend mit dem Ei vermengen.
4. Wenn die Kartoffeln etwas abgekühlt sind, schälst du sie mit einem Messer. Solange die Kartoffeln noch warm sind, geht das leicht.
5. Nun gibst du die Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse. Wenn du keine hast, dann tut es auch ein Stampfer. Achte nur darauf, dass die Kartoffeln wirklich klein gestampft werden und es keine Klumpen mehr gibt.
6. Hast du die Kartoffel klein, gib das Salz, die Bärlauch-Ei-Mischung, den Grieß und fürs Erste 5 EL Mehl hinzu.
7. Vermische alles grob per Hand. Der Teig sollte nicht zu lange geknetet werden, sonst wird er pappig. Wenn

der Teig zu stark klebt oder du das Gefühl hast, dass er zu wässrig ist, gib noch mehr Mehl dazu, bis er zu einem luftigen Teigball wird. Schmecke deinen Teig noch mal ab und gib evtl. noch etwas Salz hinzu.

8. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche teilst du deinen Teig jetzt in 12 gleich große Stücke. Aus den kleinen Teigbällchen formst du jeweils eine ca. 2 cm dicke Rolle. Diese in ca. 2 cm lange Stücke schneiden und mit der Rückseite einer Gabel die typischen Rillenmuster mit den Zinken in die Gnocchi drücken. Wenn du magst, kannst du die Ecken der Gnocchi noch abrunden. Die Rillen kannst du übrigens auch weglassen. Die Soße wird durch die Rillen einfach besser aufgenommen, aber es gibt auch genug Rezepte, die ohne die Rillen auskommen.
9. Nach jeder Fuhre solltest du die Gnocchi mit ein bisschen Mehl bestäuben.
10. Jetzt solltest du die Gnocchi zügig kochen, denn je länger sie herumliegen, umso mehr verlieren sie ihre Konsistenz. Bringe einen großen Topf Salzwasser zum Kochen und gib die Teiglinge portionsweise hinein. Nicht zu viele auf einmal, damit sie nicht zusammen kleben. Sobald sie an der Oberfläche schwimmen (ca. nach 2 Minuten), nimm die Gnocchi mit einer Schaumkelle heraus und gib sie in ein Nudelsieb, damit sie abtropfen können.

Entweder servierst du die Bärlauch Gnocchi nun mit einer Tomatensoße oder du brätst in einer Pfanne Butter, Pinienkerne und die Gnocchi kurz an und reibst etwas Parmesan drüber. Bei den Bärlauch-Gnocchi ziehe ich die „pure“ Variante vor, damit ich das volle Bärlaucharoma genießen kann.



Wenn du den Bärlauch weglässt, bekommst du ganz “normale” Gnocchi, die dann so aussehen:

