



Semmelknödel

Zutaten für 8 kleine Knödel:

200	g	Knödelbrot
30	g	Vegane Margarine oder Olivenöl
80	g	Zwiebel, in kleinen Würfeln geschnitten
250	ml	Sojamilch oder andere Pflanzenmilch
1	EL	Maisstärke
1	EL	Petersilie, gehackt
		Salz, Muskatnuss
		frisch gemahlener Pfeffer

Herstellung:

1. In einer Pfanne die Margarine zerlasse, darin die Zwiebeln gold-gelb anschwitze, Pfanne vom Herd nehmen, mit der Milch auffüllen und warm werden lassen.
2. Nimm die Pfanne vom Herd, gieße die Sojamilch dazu.
3. Vermische das Knödelbrot die Petersilie mit der Maisstärke in einer Schüssel.
4. Gib das Milchgemisch zum Knödelbrot, vermenge alles gut miteinander und lass die warme Sojamilch für 15 Minuten das Knödelbrot durchziehen.
5. Eventuell noch etwas Sojamilch dazu geben.
6. In der Zwischenzeit genügend Wasser zum Kochen der Knödel aufstellen und salzen.
7. Die Knödelmasse mit Salz, Muskatnuss würzen.
8. Knödel formen und im Salzwasser ca. 10-12 Minuten ziehen (leicht köcheln) lassen.

