

Vollmondklöße auf roter Sauce

Schwierigkeit:

Mittel

Menge:

1 Personen

Dauer:

45 Minuten

Herkunft:

Familienrezept

Zutaten

Für die Klöße:

- 40 g Hirsemehl
- 1/2 kleine Zwiebel
- 1/2 TL Sonnenblumenöl
- 1/2 kleines Ei
- 1 TL Vollkornsemmelbrösel
- 1 Prise Salz
- geriebene Muskatnuss

Für die Sauce:

- 1 Tomate
- 1/2 TL Sonnenblumenöl
- 1 TL feingemahlenes Weizenvollkornmehl
- 1/8 L Gemüsebrühe
- 1 Prise Salz
- Paprikapulver edelsüß
- 1 TL gehackte Petersilie

Anleitung

1. Zunächst 1/2 Wasser in einem kleinen Topf zum Kochen bringen. Das Hirsemehl unter Rühren hineingeben und bei schwacher Hitze in etwa 20 Minuten ausquellen lassen. Dann den Hirsebrei kühl stellen.
2. Die Zwiebelhälfte schälen und kleinhacken. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel darin glasig dünsten.
3. Das halbe Ei, die Semmelbrösel und die Zwiebel zur kalten Hirsemasse geben, alles zu einem festen Teig verarbeiten und ihn mit etwas Salz und Muskat pikant abschmecken.
4. Reichlich Salzwasser in einem Topf zum Kochen bringen. Aus dem Hirseteig drei Klöße formen und sie in das kochende Wasser gleiten lassen. Die Klöße etwa 1/4 Stunde bei mäßiger Hitze ziehen lassen.
5. Dann die Klöße aus dem Wasser nehmen und zugedeckt warm stellen.
6. Für die Sauce die Tomate waschen, den Stielansatz entfernen und die Tomate kleinschneiden.
7. Das Öl in einem flachen Topf erhitzen und die Tomatenwürfel darin andünsten. Mit dem Vollkornmehl bestäuben, dann die Gemüsebrühe unter Rühren angießen und das Ganze bei schwacher Hitze etwa 10 Minuten köcheln lassen.
8. Die Sauce durch ein Sieb passieren und mit etwas Salz und Paprikapulver abschmecken.

9. Auf einem flachen Teller mit der Sauce einen Spiegel angießen, die Klöße daraufsetzen und mit der gehackten Petersilie bestreuen.

Bilder

Hier können über die Upload Funktion Bilder vom Rezept eingefügt werden

Kommentare

Garnieridee

Jedem Kloß einen Hut aus einer halben kleinen, etwas ausgehöhlten Tomate aufsetzen. Als Nasen Möhrenstifte hineinstecken und für die Augen kleine Scheiben einer gefüllten grünen Olive nehmen.

Variation

Geben Sie die Klöße in eine Auflaufform, begießen Sie sie mit der Sauce, und streuen Sie 1 bis 2 Eßlöffel Käse darüber. Die Klöße bei 200 °C im Ofen überbacken, bis der Käse goldgelb ist.

Quelle

Familienrezept

From:
<https://rezepte.basti.rocks/> - Schröders Rezepte

Permanent link:
https://rezepte.basti.rocks/rezepte/vollmondkloesse_auf_roter_sauce/index?rev=1614541889

Last update: 2021/02/28 20:51

