

Südtiroler Kasnocken

Thema:	Gramue in Südtirol
Saison:	Die Südtiroler Küche hat immer Saison
Besonderheit:	Echter Südtiroler Graukäse
Zu Beachten:	Lokale Originalzutaten verwenden

Zutaten / Einkaufsliste (für ca. 4 Personen – ca. 16 Nocken)

200 g	Semmelbröckerl
160 ml	Milch
1	Zwiebel
200 g	Ahrntaler Graukäse (mittlere Reife)
3	Eier
6-8 EL	Mehl
50 g	Lauch
2 EL	Öl für den Teig
n.B.	Salz und Pfeffer
n.B.	Öl
n.B.	Butter
ca. 40g	Parmesan
½ Bund	Schnittlauch



Zubereitung

Die Milch erwärmen und über die Semmelbröckerl geben. Die Zwiebel fein hacken und in etwas Öl anschwitzen. Den Lauch in kleine Stücke sowie den Graukäse in kleine Würfel schneiden und gemeinsam mit der angeschwitzten Zwiebel zur Masse dazugeben. Die Eier in einer Schüssel versprudeln und mit etwas Salz und Pfeffer würzen und gemeinsam mit dem Öl ebenfalls in die Nockerlmasse einrühren. Zum Schluss das Mehl untermischen, sodass ein fester (fast klebriger) Teig entsteht und würzig mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Aus dem Teig Nockerln formen (mit zwei Löffeln) und diese ca. 15-20 Minuten in Salzwasser langsam köcheln lassen. Danach die Nockerln in zerlassener Butter anbräunen und gemeinsam mit dem gehobelten Parmesan, dem in Ringe geschnittenen Schnittlauch und einem frischen Südtiroler Krautsalat (mit lauwarmen gerösteten Speckstreifen) servieren.

Gutes Gelingen und Guten Appetit

