

## Spinatknödel mit Käsesauce als Hauptgericht

### Zutaten für 4 Portionen:

#### Für die Knödel

- 250 g altbackene Brötchen (Brötchen vom Vortag - ca. 3 Doppelbrötchen)
- 125 ml Milch (warm)
- 80 g Blattspinat (frisch gehackt)
- 1 Zwiebel
- 30 g Butter
- 2 Eier
- 4 EL Semmelbrösel
- 1 TL Salz
- Muskat (1 Messerspitze)



#### Für die Käsesauce

- 1 EL Butter
- 1,5 EL Weizenmehl
- 500 ml Milch
- 200 g Cheddar (gerieben)
- 2 EL Petersilie (gehackt)
- 1 TL Paprikapulver (edelsüß)
- Salz
- Pfeffer

**Arbeitszeit:** ca. 25 Minuten

**Kochzeit/Backzeit:** ca. 20 Minuten

**Gesamtzeit aktiv:** ca. 45 Minuten

**Ruhezeit:** 10 Minuten

### Zubereitung:

#### Spinatknödel selber machen:

1. Schäle die Zwiebel, schneide sie in Würfel und brate sie in Butter an.

2. Schneide die Brötchen in kleine Würfel und bestreue sie mit Salz. Gib die gedünsteten Zwiebelwürfel, den gehackten Spinat, die Eier, etwas Muskat, die Semmelbrösel und die warme Milch dazu.
3. Verknete die Masse und lass sie für 10 Minuten ruhen. Forme anschließend 8 Knödel.
4. Bringe in einem Topf Wasser zum Kochen. Sobald das Wasser kocht, drehst du die Temperatur runter und legst die Knödel für 20 Minuten hinein. Sie dürfen nicht kochen, sonst zerfallen sie.

## **Käsesauce kochen:**

1. Schmilz die Butter in einem Topf. Gib das Mehl hinzu. Lösche die Mehlschwitze mit unter Rühren mit der Milch ab.
2. Lass die Sauce kurz aufkochen und drehe dann die Temperatur runter.
3. Gib den Käse und die Petersilie in die Sauce und schmecke sie mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer ab.

Besuch uns gern wieder auf [familienkost.de](https://familienkost.de) und stöber in unserem [Shop](#).

