

Semmelknödel

Zutaten für 4 Personen:

10 Semmeln
0,375 Liter Milch
80 gr. Butter
1 Prise Salz
5 Eier Freiland
60 gr. Mehl
80 gr. Speck

Zubereitung:

Semmeln in kleine Würfel schneiden, Speck in der Pfanne rösten, Milch erwärmen (lauwarm), Milch über die Semmeln gießen und Salzen, Butter cremig schlagen nach und nach die Eier hinzufügen und zu den Semmeln geben, den Speck und das Mehl dazu und gut durch mischen! Ein Wischtuch nass machen und die Masse darin einrollen und für 20-30min in kochendes Salzwasser köcheln lassen!

Nährwerte pro 100 g:

Kcal 761
Eiweiß 6,0 g
Kohlenhydrate 10,3 g
Fett 13,2 g