

Semmelknödel mit Pilzsaße

Zutaten für 4 Personen (vegan):

Für die Semmelknödel:

10	Semmel geschnitten
1 große	Zwiebel
1 Bund	Petersilie
1 – 2	Eier
1 EL	geschrotete Leinsamen Vegan (oder veganer Eierzusatz)
ca. 1/4 l	Milch / Hafermilch (ohne Eier benötigt man mehr Milch)
Gewürze	Salz/Pfeffer/Muskat/Paprika edelsüß

Für die Pilzsaße:

500 g	Champignons
1	Zwiebel
2 – 3	Knoblauchzehe(n)
2 EL	Mehl
1/8 l	Weißwein
1 EL	Zitrone
300 ml	Sahne (oder Hafermilchkochsahne)
Prise	Salz/Pfeffer/Brühwürfel

Zubereitung:

Für die Semmelknödel die Zwiebel und die Petersilie klein hacken und in der Pfanne glasig anschwitzen. Die Milch erhitzen und damit die geschnittenen und gewürzten Semmel übergießen. Die Zwiebeln und Petersilie hinzugeben mit dem Deckel zugedeckt 1/4 Std. ziehen lassen. In dieser Zeit die Zwiebeln, die Campignon und den Knoblauch kleinschneiden. Evtl. Salat zubereiten.

In einem großen Topf Wasser erhitzen. Die Eier oder die Leinsamen über die Knödelmasse geben und gut durchmengen. Die Knödelmasse sollte eine feuchte Konsistenz haben – nicht zu nass; evtl. Semmelbrösel hinzugeben. Mit nassen Händen Knödel formen. Wenn das Wasser kocht runterschalten und die Knödel je nach Größe 15 – 20 Min. ziehen lassen (das Wasser darf nicht mehr kochen). In der Pfanne Öl erhitzen die Zwiebeln darin glasig anschwitzen, Pilze zugeben und andünsten mit Mehl bestäuben, umrühren und kurz anschwitzen, mit Weißwein ablöschen, Sahne, Zitrone und Gewürze hinzugeben. Evtl. Wasser hinzugeben.

