

Topfennockerl mit Mohn |

glutenfreiessen.at



Zubereitungszeit: 40 min
+ 1 Stunde für das Ziehen der
Nockerlmasse

Zutaten für 10-12 Nockerl:

Trockenzutaten:

90 g Maisgries glutenfrei + 40-50 g Reisgries (je nach Konsistenz)
2 EL Zucker
1 Prise Salz
1 TL Flohsamenschalenpulver (ich verwende FiberHusk)

Nasszutaten:

2 Eier
500 g Magertopfen (Option: laktosefrei)
40 g geschmolzene Butter

Mohn-Zucker-Gemisch:

200 g gemahlener Mohn
40 g Zucker
etwas Zimt
etwas Vanillepulver

Für die Himbeersauce:

2 Tassen (à 240 ml) Himbeeren
2 vollreife Bananen

Optional könnt ihr auch nur Maisgries verwenden. Ich mahle den Reisgries selbst mit meiner Komo-Getreidemühle. Das Flohsamenschalenpulver sorgt für eine bessere Bindung – die Knödel werden trotzdem sehr flaumig.

1. Die zwei Eier aufschlagen und schaumig rühren.
2. Zucker, Butter, Topfen und etwas Salz unterrühren. Zum Schluss das Mais-/Reisgriesgemisch einrühren.
3. Nockerlmasse mind. 1 Stunde ziehen lassen.
4. Inzwischen den Mohn reiben/quetschen und mit Zucker, Zimt und Vanille mischen.
5. Für die Nockerl leicht gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen.
6. Nockerlmasse noch einmal gut durchrühren und dann mit 2 Löffeln oder einem Eisportionierer Nockerl bzw. Knödel formen und ins leicht siedende Kochwasser setzen.
7. Darauf achten, dass das Wasser nicht wallend kocht, sonst zerfallen die Nockerl/Knödel!
8. Nockerl ca. 15 min ziehen lassen.
9. Mohn-Zucker-Gemisch in eine große Pfanne geben. Herdplatte auf niedriger Stufe temperieren.
10. Nockerl mit einem Siebschöpfer aus dem Wasser holen und vorsichtig im Mohn wälzen.
11. Für die Himbeersauce frische oder aufgetaute Himbeeren zusammen mit den Bananen im Multizerkleinerer pürieren.
12. 2 EL Himbeersauce auf den Teller geben, Nockerl darauf setzen.
13. Nach Belieben zusätzlich garnieren und dann - GENIESSEN!