



Xenia kocht

Fragen, Ideen, Anregungen? -> xenia@bluepingu.de

Mehr Rezepte? -> <https://www.stadtgarten-nuernberg.de/gartenkueche/rezeptsammlung>

Erbsen Gnudi mit Spargel

Gnudi ist ein toskanisches Wort für „nackt“. In perfektem Italienisch ist das korrekte Wort „nudi“. Viele kennen das Rezept auch unter dem Namen Malfatti. Im großen und Ganzen versteht man darunter kleine Klösschen auf Ricotta Basis.

Wir verwenden veganen Frischkäse und damit sie gut zusammenbleiben etwas Semola (feiner Hartweizengrieß). Haltet euch aber zurück. Der Teig soll sehr luftig und locker sein. Wir legen die Klösse in Semole ein – das wirkt hygroskopisch – also Feuchtigkeit entziehend. Dadurch gewinnen sie nochmal Festigkeit. Im Teig selbst sollte nicht zu viel Grieß sein, denn sonst wird die Konsistenz schnell sehr fest, anstatt locker.



Ich übergieße hier die Gnudi mit in veganer Butter geröstetem Spargel – aber was auch ganz wundervoll wäre ist einfach Salbei-Butter. Oder auch Tomatensoße.



Zutaten ca. 4 Portionen

200g TK Erbsen
250g Frischkäse
30g Hefeflocken
1 EL Kichererbsenmehl
½ TL Salz
50g Semola
200g Semola zum Einlegen
500g grüner Spargel
200g vegane Butter

1. Die Erbsen in kochendem Salzwasser blanchieren, abgießen und mit einem Kartoffelstampfer grob stampfen. Es sollen auch noch Erbsen erkennbar sein.
2. Frischkäse, Hefeflocken, Kichererbsenmehl Salz und 50g Semola dazu mischen.
3. 200g Semola in einer Form ausgießen und ausstreichen.
4. Aus der Gnudi Masseca 3-4 cm Durchmesser Bällchen formen und in den Semola legen. Gerne über alle Bällchen dann auch nochmal Semola drüber streuen. Eine Stunde kalt stellen.
5. Salzwasser zum Simmern bringen. Die Bällchen leicht abklopfen und dann in simmernden Wasser garen. Sie brauchen nicht lange und sind fertig, wenn die oben schwimmen.
6. Den Spargel in feine Streifen schneiden und in der veganen Butter anrösten.
7. Die Gnudi in die Butter geben und gerne auch nochmal kurz anrösten.

