



Knödel Panzanella

Panzanella hat seine Wurzeln in der ländlichen, toskanischen Küche. Es war ursprünglich ein Gericht der Armen, das dazu diente, altes Brot und saisonales Gemüse zu verwenden. Der Name „Panzanella“ kommt vermutlich von „pane“ (Brot) und „zanella“, einem alten italienischen Wort für eine tiefe Schale.



Rezept

4 Personen

Zubereitungszeit: 30 Minuten

Schwierigkeit: Einfach

REST

Semmelknödel

ZUTATEN

- 4 Semmelknödel
- 1 EL Butter
- 400 g Kürbisfleisch
- 400 g Rote Rüben
- 3 Knoblauchzehen
- 2 Thymianstiele
- 1 Prise Salz
- 3 EL Olivenöl
- 1 rote Zwiebel
- 1 Handvoll gehackte Kürbiskerne
- Parmesan zum Bestreuen

Dressing

- 1/2 Bund Petersilie
- 4 EL Kürbiskernöl
- 1 EL Honig
- 6 EL Balsamico
- Meersalz
- frisch gemahlener Pfeffer

ZUBEREITUNG

Backofen auf 200 Grad Heißluft vorheizen.

Kürbis und rote Rüben in mundgerechte Stücke schneiden. Gemüse, Knoblauch und Thymianstiele auf einem Backblech mit Backpapier verteilen. Mit Olivenöl beträufeln, salzen und mit den Händen marinieren.

Im Backofen ca. 25 Minuten backen.

Für das Dressing alle Zutaten miteinander verrühren.

Die Knödel in Scheiben schneiden und in geschmolzener Butter in einer Pfanne goldbraun braten.

Gemüse aus dem Backofen nehmen. Den Knoblauch aus der Schale drücken und mit dem Gemüse vermengen. In tiefen Tellern anrichten und die Knödelscheiben darauf verteilen.

Mit gehackten Kürbiskernen und frisch gehobeltem Parmesan bestreuen.

Das Dressing mit einem Löffel über die Knödel Panzanella träufeln.

Tipp: Statt Kürbis können auch Kartoffelreste verwendet werden; diese einfach wie im Rezept mit den roten Rüben marinieren und zubereiten.