

Landhotel Grünberg am Traunsee

Traunsteinstraße 109  
4810 Gmunden  
[www.gruenberg.at](http://www.gruenberg.at)  
[gruenberg@vpn.at](mailto:gruenberg@vpn.at)  
Tel. 07612 77700



Ein paar runde Kostproben aus dem Werk von Ingrid Pernkopf und Christoph Wagner

**„Die oberösterreichische Küche“**

Verlagsgruppe Styria, ISBN 9783701200320:

**Lachsforellen-Gemüse-Knödel**

**Zutaten:**

*Für den Erdäpfelteig:*

450 g (ohne Schale gewogen) gekochte, geschälte mehligte Erdäpfel  
150 g griffiges Mehl  
30 g Polenta oder Grieß  
1 Ei  
1 Prise Muskatnuss  
1/2 TL Salz

*Für die Fülle:*

300 g enthäutetes und entgrätetes Lachsforellenfilet  
30 g Zwiebelwürfel  
20 g Butter oder Öl  
100 g Zucchini  
100 g Lauch  
100 ml Schlagobers  
Salz, Pfeffer aus der Mühle  
1 EL fein gehackte Dille  
ca. 50 g Brösel von entrindetem Weißbrot

**Zubereitung:**

Gekochte, geschälte Erdäpfel durch eine Presse drücken und mit den restlichen Zutaten rasch zu einem Teig verarbeiten. Nicht zu lange kühl stellen und dann weiterverwenden. Das Lachsforellenfilet in kleine Würfel schneiden oder faschieren. Das Gemüse ebenfalls in kleine Würfel schneiden. Zwiebelwürfel in heißer Butter anschwitzen, Gemüse zugeben, mit Obers aufgießen und einkochen lassen, bis die Masse schön sämig ist. Würzig abschmecken, Fisch untermengen und mit den Bröseln binden, bis eine formbare Masse entsteht. Kurz anziehen lassen, dann aus der Masse kleine Knödel drehen und kurz tiefkühlen. Mit dem vorbereiteten Teig umhüllen. In siedendes Salzwasser einlegen und 12-15 Minuten mehr ziehen als wallend kochen lassen.

Beilagen Empfehlung: Kräuter- oder Gemüsesauce

# Überbackene Lammknödel

## **Zutaten:**

*Erdäpfelteig wie oben oder Topfenteig:*

250 g Topfen

200 - 250 g glattes und griffiges Mehl gemischt

1 Ei

Salz, Mehl für die Arbeitsfläche

*Für die Fülle:*

400 g faschiertes Lammfleisch

120 g durchzogener Bauchspeck

70 g fein gehackte Zwiebeln

2 cl Öl

1 EL fein gehackte Petersilie

je 1/2 Mokkalöffel Rosmarin, Majoran, Thymian

2 gehackte Knoblauchzehen

Salz

weißer Pfeffer aus der Mühle

Butter oder Butterschmalz für die Form.

*Für den Überguss:*

150 g Sauerrahm oder Schlagobers, 2 Eier, Salz, Pfeffer, Muskatnuss

## **Zubereitung:**

Topfen mit Ei kurz vermengen, restliche Zutaten zugeben und rasch zu einem glatten Teig verarbeiten, aber nicht zu lange kneten, damit der Teig nicht zäh wird. Eine Rolle formen, kleine Stücke abstechen oder schneiden.

Den Speck sehr fein schneiden oder faschieren. Die Zwiebeln gemeinsam mit Speck in etwas Öl anschwitzen. Abkühlen lassen und mit den übrigen Zutaten zu einer schönen Knödelfarce verarbeiten. Würzig abschmecken. Kleine Knödel formen und diese kurz anfrieren. Dann mit dem vorbereiteten Teig umhüllen, Knödel in eine befettete Pfanne setzen und im vorgeheizten Backrohr bei 180°C ca. 15 min. backen. Sauerrahm mit Eiern sowie Salz verrühren und darüber gießen. Nochmals ca. 10 min. backen. (Oder einfach nur in heißem Öl herausbacken. In Topfenteig gehüllte Knödel in Salzwasser kochen.)

Beilagenempfehlung: Rahmkraut, Rahmspinat oder Sauerrahm mit Kren.

# Steyrer Hochzeitsknödel

## **Zutaten:**

150 - 200 g Selchfleisch  
70 g geriebener Emmentaler  
100 g Sauerkraut  
150 g raumtemperierte Butter oder Butterschmalz  
400 g Knödel- oder würfelig geschnittenes Toastbrot  
5 Eier  
2 TL Salz  
100 g Sauerrahm  
100 g braune Butter zum Beträufeln  
Schnittlauch und geriebener Käse zum Bestreuen  
nach Belieben Öl zum Bestreichen

## **Zubereitung:**

Das Selchfleisch in kleine Würfel, das Sauerkraut klein schneiden. Die Butter schaumig rühren, nach und nach Eier unterrühren und alle restlichen Zutaten unter den Abtrieb mischen. Die Masse zu einer Rolle formen.

Ein feuchtes Tuch auf die Arbeitsfläche legen und dort, wo die Rolle hingelegt wird, mit etwas Öl bestreichen. Die Knödelrolle auflegen, einrollen und das Tuch an den Enden zusammenbinden, dabei aber nicht zu straff binden. (Oder in Klarsichtfolie wickeln und mehrmals mit einer Gabel anstechen.) In kochendes Wasser einlegen und ca. 20 Minuten kochen oder im Dampfgarer zubereiten.

Knödel ausrollen, in Scheiben schneiden und auf vorgewärmten Tellern anrichten. Mit brauner Butter beträufeln, mit Schnittlauch bestreuen und nach Belieben mit frisch geriebenem Käse bestreuen.

Beilagen Empfehlung: Leichte Rahmsauce mit Kräutern oder Gemüse, aber auch kalte Joghurtsauce.

Variationsmöglichkeit: Die aufgeschnittenen Knödel können auch auf gekochtem Wurzelgemüse angereichtert und mit frisch geriebenem Kren bestreut werden.