

DESSERT „süße Rodenhofer Mehlknepp“ - ein Rezept von Marta Thome

Zutaten für 4 Portionen

1	Apfel
1	Birne
30g	Walnüsse
30g	Brot
150g	Weizenvollkornmehl
100g	Quark 20%
$\frac{1}{2}$ TL	Backpulver
1	Ei
2 TL	Rapsöl
$2 \frac{1}{2}$ TL	Zucker
$1 \frac{1}{2}$ TL	Zimt
ca. 200ml	Wasser
$1 \frac{1}{2}$ TL	Salz

1. Apfel und Birne schälen, Kerngehäuse entfernen und in kleine Stücke schneiden. Zusammen mit 100ml Wasser, 1 TL Zucker und $\frac{1}{2}$ TL Zimt in einen Kochtopf geben. Umrühren und Deckel drauf. Aufkochen lassen und dann bei Stufe 3-4 ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis Apfel und Birne weich sind. Dann mit einem Mixstab pürieren und für später zur Seite stellen.
2. 150g Weizenvollkornmehl, $\frac{1}{2}$ TL Backpulver, 100g Quark, 1 Ei, 1Prise Salz, 1TL Zucker und ca.100ml Wasser in einer Schüssel verrühren. Es muss ein zähflüssiger Teig sein. Wenn es zu viel Wasser war, noch ein bisschen Mehl dazu geben.
3. 30g Brot in kleine Stücke schneiden. 30 g Walnüsse mit den Fingern klein bröseln.
4. Einen Kochtopf mit ca. 2 Liter Wasser zum Kochen bringen.
5. In der Zeit bis das Wasser kocht, in einer Pfanne 2 TL Rapsöl erhitzen und das Brot und die Nüsse darin anrösten, mit 1 TL Zucker karamellisieren und zum Schluss noch 1 Prise Zimt darüber geben. Dann vom Herd nehmen und auf die Seite stellen für später.
6. Wenn das Wasser für die „Knepp“ kocht 1 TL Salz in das Wasser geben und die Temperatur auf Stufe 3-4 runterstellen. Wenn das Wasser nicht mehr sprudelnd kocht, den Teig mit einem Esslöffel nach und nach in das heiße Wasser geben.

Die ersten Knepp kommen nach ein paar Minuten an die Wasseroberfläche, wenn alle oben schwimmen sind sie fertig - an einen „Probe-Mehlknepp“ testen, ob er gar ist.

Jetzt die „Mehlknepp“ auf Teller oder Schüsseln verteilen, Apfel-Birnenmus dazu geben und die Brot-Walnuss-Mischung darüber streuen- fertig! Guten Appetit.