

## Dideldum Rezeptsammlung

Wien, 9.5.2019

### Löffeln und Linsen

In der Früh Porridge mit Kokosmus und Himbeeren. Zu Mittag eine ungarische Erbsensuppe auf die eine Linsensuppe mit Knödel folgt.

Frühstück:

Porridge mit Kokosmus und Himbeeren

Mittagessen:

Ungarische Erbsensuppe

Linseneintopf mit Knödel

Mengenangaben für ca. 14 Kinder und 3 Erwachsene

### Porridge

Zutaten

250 g Haferflocken Feinblatt

1000 ml Hafermilch

2 Prisen Salz

2 Esslöffel Kokosmus

Himbeeren zum Bestreuen



Haferflocken, Milch und Salz in einem Topf unter ständigem Rühren erhitzen, 2-3 Minuten leicht köcheln lassen, bis eine breiige Konsistenz entsteht. Kokosmus einrühren bis es schmilzt.

In Schalen anrichten und mit Himbeeren bestreuen.

## Ungarische Erbsensuppe

### Zutaten

Zutaten: Mengen je nach Belieben,  
Gemüsesorten in ungefähr gleichem Verhältnis

Erbsen  
Karotten  
Zwiebel  
Rote Paprika  
Petersilie  
Knoblauch  
Rapsöl  
Paprikapulver  
Salz  
Mehl  
Wasser oder Gemüsefond



Karotten, Zwiebel, Knoblauch, roten Paprika klein schneiden, in Öl leicht anschwitzen, Petersilie hacken und unterrühren, weg vom Herd nehmen, Paprikapulver einrühren, mit Wasser oder Gemüsefond aufgießen, Erbsen dazu, salzen, kochen lassen bis das Gemüse gar ist. Ein bisschen Mehl mit Wasser anrühren und dazugeben, damit die Suppe ganz leicht gebunden ist.

## Linseneintopf mit Knödel

### Zutaten

Mengen nach Belieben, Linsen und Zwiebel im gleichen Verhältnis

eingeweichte Linsen  
Zwiebel  
Knoblauch  
Lorbeerblätter  
Salz  
Pfeffer  
Paprikapulver  
Öl  
Mehl



Linsen, fein gehackter Zwiebel und Lorbeerblätter in einen Topf geben, mit Wasser bedecken und kochen bis alles weich ist. Mit Mehl und Öl eine Einbrenn herstellen. Einbrenn weg vom Herd, Knoblauch und Paprikapulver einrühren. Danach alles in den Linsentopf geben. Abschmecken. Lorbeerblätter entfernen und fertig. Vor dem Verzehr mindestens eine Stunde stehen lassen.

## Semmelknödel

### Zutaten für ca. 8 Personen

500 g	Semmelwürfel
500 ml	Milch
4	Eier
2	Frühlingszwiebel
1 Bund	Petersilie
1 TL	Butter
3 EL	Mehl
	Salz

Semmelwürfel in eine Schüssel geben, mit Milch übergießen. Das ganze ca. 20 Minuten ziehen lassen. Dann Eier und Salz dazu geben. In einer Pfanne feingehackte Petersilie und Frühlingszwiebel leicht andünsten (nicht braun werden lassen) – diese dann ebenfalls mit dem Mehl unter die Knödelmasse geben und alles gut durchkneten. Mit den Händen beliebig große Knödel formen und in einem großen Topf mit leicht kochenden Salzwasser 15–20 Minuten ziehen lassen.