

Nockerl

süß oder herzhaft
(Sammlung Lothar Sokoll)

Inhalt

Beilagen	1
Nockerl für Gulasch	2
Nockerl ohne Ei - vegan & glutenfrei	4
Nockerlteig aus Österreich	6
Ei - Nockerln	7
Grießnockerln (Österreich)	8
Eierockerl (Österreich)	10
Pasta	11
Kasnockerln mit Röstzwiebeln	12
Suppe	14
Grießnockerl	15
Süßspeise	17
Heidelbeernocken (Blaubeernocken)	18
Salzburger Nockerl	20
Keine Kategorie	22
Quarknockerl mit Erdbeerpüree	23

Beilagen



Nockerl für Gulasch

Beilage • Beilagen • T
www.tasteoftravel.at

Portionsgröße: 4 Beilagen-Portionen

Zutaten

2 Eier (M), ca. 60 g mit Schale*
60 ml Milch
1 gestr. TL Salz oder Kräutersalz
150 g Weizenmehl (siehe Anmerkungen unten)
Optional: Butter zum Schwenken, gehackte Petersilie zum Bestreuen * Bei Verwendung größerer oder kleinerer Eier, die Milchmenge anpassen.

Zubereitung

1. Eier, Milch und Salz mit einem Schneebesen oder einer Gabel verquirlen. Mit einem Kochlöffel das Mehl einarbeiten. Es soll ein zähflüssiger Teig entstehen.
2. Einen kleinen Löffel kurz in das kochende Wasser tauchen (dann bleibt der Teig nicht so stark kleben). Mit dem Löffel so zügig wie möglich kleine Teigmenen aus der Masse stechen und in leicht köchelndes Salzwasser geben. Sobald alle Nockerln an der Oberfläche schwimmen (rund 2 Minuten nachdem die letzten ins Wasser kamen), abseihen.
3. Tipp: Wer sehr langsam arbeitet, kann die Nockerl in mehrere Partien teilen und partienweise mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser heben, dann werden die Nockerl, die am längsten kochen, nicht zu weich (matschig).

4. Wer möchte, kann die Nockerl in einer Pfanne mit etwas Butter schwenken (mache ich meist nicht) bzw. mit gehackter Petersilie bestreuen. Wer die Nockerl nicht sofort isst, spült sie am besten mit kaltem Wasser ab, dann kleben sie nicht so leicht zusammen.

5. Nockerl sind die perfekte Beilage für ein Rindsgulasch. Guten Appetit!



Nockerl ohne Ei - vegan & glutenfrei

Beilage • Beilagen • T
www.isshappy.de

Portionsgröße: 20 Stück | **Arbeitszeit:** 30 Min.

Zutaten

100 g Polentagrieß*
300 ml Gemüsebrühe*
1 Knoblauchzehe (gepresst
(optional))
1/4 Bund frische Kräuter
(gehackt (frisch oder TK))

Zubereitung

1. Backofen auf 180 Grad vorheizen.
2. Gemüsebrühe oder alternativ 300 ml Wasser mit ½ TL Salz in einem Topf aufkochen lassen.
3. Den Maisgrieß hinzugeben und gut umrühren. Hitze runterdrehen und immer wieder umrühren, bis Flüssigkeit komplett aufgesogen ist.
4. Von der Hitze nehmen und einige Minuten abkühlen lassen.
5. Zum Schluss optional mit einem Löffel Handvoll gehackte Kräuter (z.B. Petersilie, Schnittlauch oder gemischte Gartenkräuter) unterheben.

6. Mit einem Esslöffel etwa halben Löffel von der Masse abstechen und mithilfe eines zweiten Löffels Nocken formen.

7. Die Nocken auf ein mit Backpapier ausgelegtes Blech setzen und ca. 20 Minuten backen.



Nockerlteig aus Österreich

Beilage • Beilagen • T
www.ichkoche.at

Portionsgröße: Portionen: 4 | **Kochzeit:** 15 Min.

Zutaten

300 g Mehl
1 TL Salz
1 EL Öl
3 Eier
Wasser

Zubereitung

Mehl mit Salz vermischen, Öl und Eier dazugeben und verrühren. Jetzt so viel Wasser zugeben, dass ein fester, zäher Teig entsteht.

Reichlich Salzwasser zum Kochen bringen.

Den Teig durch einen Nockerlhobel in das Wasser hobeln und kurz aufkochen lassen.

Abgießen und den Nockerlteig mit kaltem Wasser abschrecken.

Tipp

Die Nockerln können zu Saucen gereicht oder zu Eier- und Käsenockerl weiterverarbeitet werden.

Ei - Nockerln

Beilage • Beilagen • T

[Quelle: Alles vom Ei – Gesunde Ernährung » Verlag für die Frau, Leipzig]

Portionsgröße: 4

Zutaten

6 Eier
2 EL Butter oder
Feinmargarine
2 EL Mehl
1 Tasse Sahne
Salz
Pfeffer
1 mittelgroße Zwiebel
1 TL gehackte Petersilie
Semmelbrösel
Reibekäse
Backfett.

Zubereitung

Die hartgekochten Eier in kleine Würfel schneiden.

Aus Butter und Mehl eine helle Schmitze bereiten und mit der Sahne zu einer dicken Soße verkochen mit Salz, Pfeffer und geriebener Zwiebel würzen.

Die Eier damit begießen, Petersilie unterrühren und erkalten lassen.

Mit einem Teelöffel Nockerln abstechen, diese in mit Käse vermengten Semmelbröseln wenden und schwimmend in siedendem Fett goldgelb backen.

Zu Spinat und Salzkartoffeln servieren.



Grießnockerln (Österreich)

Beilage • Beilagen • T
www.ichkoche.at

Portionsgröße: Portionen: 15 | **Kochzeit:** 1 Std. 15 Min.

Zutaten

60 g Butter
140 g Goldgrieß
2 Eier (M)
Salz
Muskatnuss

Zubereitung

1. Butter schaumig rühren, ganze Eier und den Grieß nach und nach einrühren, würzen, eine Stunde rasten und anziehen lassen.
2. Mit nassen Händen und Kaffeelöffel kleine Nockerl formen, Wasser zum Sieden bringen, zurückschalten (es darf nicht kochen).
3. Die Nockerln einlegen. Nicht zu viele auf einmal einkochen, sie brauchen Platz, da sie sehr stark aufgehen. Wenn alle Nockerl im Wasser sind, ein wenig warten, dann vom Topf Boden vorsichtig lösen.
4. Wasser wieder leicht zum Kochen bringen, bei geschlossenem Topf ca. 30 Minuten köcheln lassen.

5. Wenn sie merklich größer geworden sind, vorsichtig aus dem Topf heben und auf einer Küchenrolle abtropfen lassen.

6. Tipp

7. Mit heißer klarer Suppe servieren. Grießnockerl kann man sehr gut einfrieren.



Eierockerl (Österreich)

Beilage • Beilagen • T
www.ichkoche.at

Portionsgröße: Portionen: 4 | **Kochzeit:** 30 Min.

Zutaten

4 Eier
Schnittlauch
1 Prise Salz
1 Ei
300 g Mehl (glatt)
250 ml Wasser

Zubereitung

1. Ei, Mehl, Salz und Wasser zu einem glatten Teig vermengen.
2. In der Zwischenzeit Salzwasser zum Kochen bringen und dann mit einem Löffel kleine Nockerl ausstechen.
3. Ca. 20 Minuten kochen lassen, abseihen und dann in eine Pfanne geben.
4. Restliche Eier darüberschlagen, gut durchrühren, etwas Schnittlauch darüberstreuen.
5. Tipp
6. Zu den Eiernockerln passt am besten grüner Salat.

Pasta



Kasnockerln mit Röstzwiebeln

Hauptgericht • Pasta • T
www.ichkoche.at

Portionsgröße: Portionen: 6 | **Kochzeit:** 30 Min.

Zutaten

750 g Mehl (griffig)
3 Eier
250 g Bergkäse (gerieben)
150 g Butter
300 g Zwiebeln
125 ml Schlagobers (oder je zur Hälfte Süß- und Sauerrahm)
Salz
Pfeffer
Schnittlauch (gehackt)
Öl (Für die Röstzwiebeln)

Zubereitung

Das Mehl mit ca. 500 ml Wasser, Eiern und Salz rasch zu einem Nockerlteig verrühren. In einem Topf Salzwasser aufkochen.

Nun die Masse auf ein geöltes Brett geben und mit dem Messer kleinere Nockerln in das heiße Salzwasser schaben. Etwa 3 Minuten kochen lassen und die Nockerln dann abseihen.

Etwa die Hälfte der Zwiebeln fein hacken und in heißer Butter anrösten. Die Nockerln zugeben, mit Käse bestreuen und Schlagobers drübergießen. Mit Salz sowie Pfeffer würzen und in der Pfanne gut durchschwenken.

Währenddessen die restlichen Zwiebeln in Ringe schneiden und in heißem Öl braun rösten. Salzen. Die

Kasnockerln anrichten, mit frisch geschnittenem Schnittlauch bestreuen und mit Röstzwiebeln garnieren.

Tipp

Wenn Sie den Nockerlteig nur kurz verrühren, aber nicht gut abschlagen, so werden die Nockerln viel weicher. Von einem geölten Brett rutschen die Nockerln übrigens viel leichter ins Wasser.

Suppe



Grießnockerl

Beilage, Suppe • Suppe • T
www.kuechengoetter.de

Portionsgröße: Für 4 Personen

Zutaten

1 zimmerwarmes Ei
ca. 50 g weiche Butter
ca. 100 g Hartweizengrieß
Salz
Pfeffer
frisch geriebene Muskatnuss
Öl zum Bestreichen

Zubereitung

1. Das Ei aufschlagen, wiegen und leicht verquirlen. Die gleiche Menge Butter (z.B. 50 g Ei = 50 g Butter) mit dem Schneebesen schaumig rühren und das Ei unterrühren. Die doppelte Menge Grieß (z.B. 50 g Ei = 100 g Grieß) unterrühren und die Masse mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig würzen. 20 Min. kühl stellen.
2. Einen Teller dünn mit Öl bestreichen. Aus der Grießmasse mit zwei Teelöffeln längliche Klößchen (Nockerl) formen (dabei die Löffel immer wieder in heißes Wasser tauchen) und auf den Teller legen. Die Nockerl 10 Min. kühl stellen.
3. In einem großen Topf reichlich Salzwasser aufkochen. Die Nockerl hineingeben, aufkochen und halb zugedeckt in 15-20 Min. gar sieden (nicht kochen)

lassen. Die Nockerl mit dem Schaumlöffel herausheben und nach Belieben in heißer Brühe oder Tomatensuppe servieren und mit Schnittlauch bestreuen.

Süßspeise



Heidelbeernocken (Blaubeernocken)

Hauptgericht • Süßspeise • T
www.tasteoftravel.at

Portionsgröße: 2 Hauptspeisen- oder 4 Dessertportionen

Zutaten

200 g Heidelbeeren
(Blaubeeren)
2 Eier (M), getrennt
110 ml Milch
1/8 TL Salz
130 g Mehl, universal (W 480,
Deutschland: Type 405)
1 EL feiner Kristallzucker (10 g)
Butterschmalz (neutrales Öl)
zum Backen
Staubzucker zum Bestäuben
Außerdem: Pfanne mit Deckel
EL/TL sind immer gestrichen,
siehe verwendete
Maßeinheiten

Zubereitung

1. Die Heidelbeeren waschen und auf einem Küchenpapier abtropfen lassen.
2. Eigelbe, Milch und Salz mit einem Schneebesen in einer großen Rührschüssel verquirlen, dann das Mehl einrühren. Der Teig soll sehr dickflüssig sein, da er sonst in der Pfanne auseinander rinnt.
3. Eiweiß und Kristallzucker mit einem Handmixer steif schlagen.
4. Heidelbeeren und Eischnee in ein paar Löffelbewegungen unterziehen – kleine Stücke des Eischnees dürfen ruhig an einigen Stellen noch sichtbar sein. Die Masse jetzt nicht zu lange stehen lassen, da der Schnee nach und nach zusammenfällt und die Nocken dadurch fester werden.

5. Soviel Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, dass der Pfannenboden gerade bedeckt ist. Den Teig in kleinen Portionen (ca. 1 EL) in die Pfanne geben – die Konsistenz ist richtig, wenn er gar nicht oder nicht viel auseinander läuft.

6. Den Deckel auflegen und die Nocken bei mittlerer Hitze solange backen, bis die Unterseite goldbraun ist, dann wenden und die andere Seite zugedeckt backen.

7. Die fertigen Nocken aus der Pfanne heben, kurz auf Küchenpapier abtropfen lassen und mit Staubzucker bestreut anrichten.



Salzburger Nockerl

Hauptgericht • Süßspeise • T
www.kuechengoetter.de

Portionsgröße: Zutaten für 4 Personen

Zutaten

1/2 Vanilleschote
200 ml Milch
50 g Butter
7 Eier (Größe M)
1 Prise Salz
70 g Zucker
abgeriebene Schale von 1/2
Bio-Zitrone
1 EL Mehl
1 EL Speisestärke
Puderzucker zum Bestäuben

Zubereitung

1. Den Backofen auf 250 Grad vorheizen (keine Umluft!). Vanilleschote der Länge nach halbieren, das Mark ausschaben. Die Milch in eine flache Auflaufform (etwa 28 cm Ø) gießen, Vanilleschote und -mark und die Butter in Flocken dazugeben. In den Ofen (eine Schiene unter der mittleren Schiene) schieben.
2. Die Eier trennen. Eiweiße mit Salz und der Hälfte des Zuckers auf mittlerer Stufe zu einem cremig-festen Schaum schlagen. Übrigen Zucker dazugeben und alles zu steifem Eischnee schlagen. Noch kurz bei höchster Stufe schlagen, damit das Ganze schön luftig wird.
3. Eigelbe mit der Zitronenschale glatt rühren, Mehl und Stärke miteinander vermischen. Beides auf den Eischnee geben und mit dem Kochlöffel (mit Loch) mit so wenigen Zügen wie möglich unterheben.

4. Die Vanilleschote aus der Milch herausfischen. Mit einem Servierlöffel oder mit dem Teigschaber aus der Schaummasse vier große Nocken abstechen und so nebeneinander in die heiße Vanillemilch in der Form setzen, dass die Milch abgedeckt ist. Übrige Masse auf die Nocken "türmen" (das klassische Vorbild sind die Berge rund um Salzburg).

5. Die Nocken im Ofen in 8-10 Minuten aufgehen lassen und goldgelb bräunen, wobei sie innen noch cremig sein sollten. Mit Puderzucker bestäuben und sofort servieren. Schmeckt gut mit Kompott.

Keine Kategorie



Quarkknockerl mit Erdbeerpüree

www.vibono.de

Portionsgröße: 2-4

Zutaten

Für die Milchmasse:

4 EL Butter

50 g Zucker

1 Päckchen Vanillezucker

250 ml fettarme Milch

Für die Quarkmasse:

500 g Magerquark

3 Eier

100 g Mehl

2 TL Backpulver

Für das Erdbeerpüree:

150 g Erdbeeren

Zubereitung

Für die Milchmasse die Butter erhitzen, Zucker und Milch unterrühren und gut verrühren.

Für die Quarkmasse den Quark mit den Eiern, dem Mehl und dem Backpulver verrühren.

Die Milchmasse in eine feuerfeste Form geben. Von der Quarkmasse mit einem großen Löffel Nocken abstechen und in die Milchmasse legen.

Die Form in den vorgeheizten Ofen geben und ca. 30-45 Minuten bei 170° C überbacken (je nach Backofen).

Die Erdbeeren pürieren und auf dem Teller über die Nocken geben.