

# Wildkräuter Nocken



## Serviervorschlag

Etwas Reibkäse über die Nocken streuen und mit Wildsalat (Giersch, Labkraut, Löwenzahn und Wildblumen) servieren.

## Zutaten & Zubereitung

**200 Gramm Mehl**

**2 Eier**

**1 dl Milch**

**1 TL Salz**

Zu einem glatten Teig verrühren

**150 Gramm Ricotta** oder abgetropfter Magerquark daruntermischen

4-6 Esslöffel gehackte **Wildkräuter** begeben und gut unterrühren.

**Geeignete Kräuter:** Giersch, Brennnessel oder Bärlauch

**Zum Würzen:** Dost, Thymian, Knoblauchrauke, Frauenmantel und Blüten

Mit Salz und Pfeffer abschmecken

## Kochen

**2 Liter Wasser** aufkochen und salzen.

Mit einem Esslöffel Nocken etwas Teig abstechen und ins kochende Wasser geben. Temperatur zurückstellen. Ziehen lassen, bis sie obenauf schwimmen. (Nicht zu viele auf einmal) Nocken Teig in 2-3 Durchgängen kochen.

In einer Bratpfanne etwas **Olivenöl oder Butter** erwärmen. **Gehackte Zwiebel** andünsten. Nocken mit Schaumkelle herausnehmen und zu den Zwiebeln geben. Von allen Seiten anbraten.

