

## Parmesan Nocken



- **Küche:**Italienisch
- **Gang:**Abendessen, Mittagessen
- **Yield :**
- **Portionen:** 5 - 6
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 15m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '15', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '5 - 6', 'yield' : '' });
```

Wunderbar leichte, herzhaft **Parmesan Nocken!** Ein Muss für wahre Liebhaber der italienischen Küche! Die leckeren Parmesan Nocken passen zu den meisten, klaren Suppen, wie etwa einem italienischen Tomatensüppchen.

Hier finden Sie ein tolles Rezept für eine hochwertig-edle Tomatensuppe mit Gin, Büffelmozzarella und Pinienkernen.

Aber nicht nur als Suppeneinlage machen die Parmesan Nocken viel her: Sie können die Nocken auch wunderbar als eigenständiges Hauptgericht zubereiten, oder als primo piatto (erster Hauptgang) in einem italienischen Menü servieren. Die Nocken aus Parmesan, Eiern und Mehl sehen nicht nur edel aus und schmecken herzhaft-italienisch, sie sind auch Handumdrehen in etwa 15 Minuten zubereitet!

## Zutaten

- 2 hart gekochte Eier
- 1 Eigelb
- 30 g Butter
- 50 g geriebener Parmesan
- 30 g Mehl
- Weißer Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die gekochten und abgeschreckten Eier schälen, Eigelb heraus nehmen und durch ein Küchensieb drücken. Mit dem rohen Eigelb zu einer schaumigen Masse aufrühren. Das Mehl und den Parmesan unter mischen und pfeffern.

### Schritt2

Mit 2 Teelöffeln, die vorher in heißes Wasser getaucht werden (damit die Masse nicht klebt) gleichmäßig glatte Nocken formen. Am besten in der klaren Suppe oder Salzwasser ca. 5 min. leise garen, bis sie an der Oberfläche schwimmen. Mit einer Schaumkelle heraus fangen.

## Parmesan zur Vorspeise

Die leckeren Nocken schmecken nicht nur als Variante mit Parmesan wunderbar. Ein weiteres klassisch-italienisches Nocken-Gericht ist „Malfatti“ – Spinat-Käse-Nocken. Hier finden sie ein italienisch-toscanisches Rezept für Malfatti Nocken mit Salbei und Parmesan- Sauce. Veredelt werden die Ricotta-Spinat Nocken mit einer feinen Parmesan-Sauce – einfach unwiderstehlich! Eine andere Variante der Malfatti finden Sie hier: Malfatti in Mandelbutter mit Parmesan. Dieser Tessiner Klassiker (Norditalien) wird mit einer Buttersauce mit Mandeln serviert. Darauf wird Parmesan gerieben.

Möchten Sie einen Salat aufpeppen, empfehlen wir leckere Parmesankekse als Beilage. Mit Chiliflocken und Thymian, wird ein Salat (auch in einem italienischen Menü) zu einem knusprig-herzhaften Gaumenschmaus!

**Rezeptart:** Deutsche Küche, Eierspeisen, Nudelrezepte, Schnelle Rezepte, Sonstige, Suppeneinlagen, Vegetarisch, Warme Vorspeisen

## Nährwertangabe

Informationen pro Portion:

- Kalorien (kcal)130
- Eiweiß (g)6,2
- Ballast (g)9,2

- KH (g)3,7
- Fett (g)10,2

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/parmesan-nocken/>