Artikel vom 08.01.2025 · Ausgedruckt am 13.11.2026, 11:00 Uhr

Online: https://lz-rheinland-staging.p-k3txh2.project.space/nachricht/kaesenocken-in-joghurtsuppe

Käsenocken in Joghurtsuppe



Foto: Kathrin Fries

Zutaten (für 4 bis 6 Personen):

Suppe:

400 g Kichererbsen aus der Dose (Abtropfgewicht circa 240 g),

500 g Naturjoghurt,

2 Eigelbe,

2 EL Stärke,

1 l Wasser,

Salz,

weißer Pfeffer,

Muskatnuss.

Nocken:

1 rote Zwiebel,

1,5 EL Butter,

200 ml Milch,

350 g Buttertoast,

200 g Käse (zum Beispiel 150 g Bergkäse und 50 g Parmesan),

4 Eier,

etwa 75 g Semmelbrösel,

Salz,

Pfeffer.

Außerdem:

die abgeschnittene Rinde des Toastbrots oder 50 g Semmelbrösel und 25 g Panko,

50 g Butter,

50 g geriebener Bergkäse.

Zubereitung:

Für die Suppe die Kichererbsen samt Sud mit der Hälfte des Wassers pürieren, dann den Joghurt und die Eigelbe einrühren. Die Stärke in etwas kaltem Wasser klümpchenfrei rühren und zusammen mit dem übrigen Wasser zur Suppe geben. Unter Rühren aufkochen und etwas eindicken lassen, dann mit Salz, Pfeffer und geriebener Muskatnuss abschmecken.

Für die Nocken die Rinde vom Toastbrot abschneiden und den Rest in feine Würfel schneiden. Den Käse reiben. Die Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden, diese mit der Butter in einem großen Topf anschwitzen und wenn sie glasig sind mit der Milch ablöschen, dann den Topf vom Herd nehmen. Die Toastwürfel untermengen und etwa für 20 Minuten stehen lassen, bis sich diese vollständig vollgesogen haben. Nun die Eier, die Semmelbrösel und den geriebenen Käse untermengen und so verkneten, dass keine Stückchen mehr vorhanden sind (außer den Zwiebelwürfeln). Einen großen Topf mit Salzwasser zum Simmern bringen. Mit zwei Esslöffeln, die ins Wasser getaucht werden, Nocken formen und diese vorsichtig in mehreren Etappen ins Wasser geben. Nach circa 6 Minuten sind die Nocken gar und treiben an der Oberfläche. Dann die Nocken abschöpfen und abtropfen lassen. Das Wasser darf nicht kochen!

In einem kleinen Topf die Butter für die Streusel erhitzen und leicht braun werden lassen, so dass sie leicht nussig schmecken. Dann entweder die in der Küchenmaschine fein zerkleinerten Toastränder oder Semmelbrösel und Panko zugeben und unter gelegentlichem Rühren alles zu einem hellen Braun rösten. Nun die Nocken mit der Suppe in Tellern anrichten, mit den Bröseln und dem geriebenen Käse garnieren und servieren.

Tipp: Die fertigen Nocken kann man auch mit etwas Butter in einer Pfanne anschwenken und als Beilage zum Beispiel zu Salat servieren.

Kathrin Fries