

Rezept

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

?

Süße Semmelknödel

Zutaten

250 g
Baguette, vom Vortag
400 ml
Sojamilch, z.b. Vanille
2 Stk
Bananen, klein, sehr reif
80 g
Rumrosinen
70 g
Walnüsse, gehackt
2 EL
Zucker, braun

Semmelbrösel

Optional: Fruchtsoße oder Vanillesoße

Zubereitung

Für die Knödel das Baguette vom Vortag in Würfel hacken. In einem Topf die Sojamilch mit dem Zucker, gehackten Walnüssen und Rosinen aufkochen und etwa zehn Minuten ziehen lassen. Zwei kleine, sehr reife Bananen, zermatschen. Dann die Mischung zum Brot schütten und zusammen mit den Bananen kräftig durchkneten. Aus der glatten Masse Knödel formen und in einem großen Topf mit heißem, aber gerade nicht mehr kochendem Wasser etwa 10 bis 15 Minuten (je nach Größe) ziehen lassen. Die Semmelbrösel in einer Pfanne ohne Fett anrösten, evtl. etwas Zucker dazu geben und die Knödel mit einer Frucht- oder Vanillesoße servieren.

Zusatzinfo:

Für etwa acht Knödel, je nach Größe.

Rezeptgruppe: Haupt,Dessert.

Dieses Rezept wurde eingetragen von: [vegan.at](#) / 2013-11-13 13:43:18

[Zurück zur Liste](#) [1]

[Zur Suche](#) [2]

Letzte Aktualisierung: 14.08.2019

Fussnoten:

Dies ist ein Rezept aus der Datenbank der Europäischen Vegetarier Union (www.euroveg.eu [3]).

Kontaktadresse: rezepte@swissveg.ch [4].

Diese Seite wird gewartet und aktualisiert von Swissveg, Niederfeldstr. 92, 8408 Winterthur.

Source URL (modified on 14.08.2019 - 10:02): https://www.swissveg.ch/rezept?recipe_id=2261&lang=de

Links

[1] <https://www.swissveg.ch/javascript%3Ahistory.back%28%29>

[2] <https://www.swissveg.ch/rezepte>

[3] <http://www.euroveg.eu>

[4] <mailto:rezepte@swissveg.ch>