



## Germknödel mit Blaubeerfüllung

---

### Zutaten für 4 Portionen:

1 Bio-Zitrone  
150 g wilde Blaubeeren aus Kanada (tiefgefroren)  
10 EL Zucker  
1 Zimtstange  
700 ml Milch  
1 Päckchen Soßenpulver „Vanille-Geschmack“ (zum Kochen)  
500 g Mehl  
½ Würfel Hefe (à 21 g)  
50 g Butter  
Salz  
1 Ei  
50 g Puderzucker  
50 g gemahlener Mohn  
Mehl für die Arbeitsfläche



### Zubereitung:

1. Zitrone heiß waschen, trockentupfen und die Schale abreiben. Blaubeeren, 5 EL Zucker, Zitronenschale und Zimt in einen Topf geben und aufkochen. Ca. 20 Minuten köcheln lassen, bis eine dickflüssige Masse entsteht. Blaubeerkompott kaltstellen.
2. 500 ml Milch, bis auf 6 EL, aufkochen. 6 EL Milch, Soßenpulver und 3 EL Zucker glatt rühren. Angerührtes Soßenpulver in die kochende Milch geben und unter Rühren ca. 1 Minute kochen lassen. Vanillesoße kalt stellen.
3. 200 ml Milch lauwarm erwärmen. Mehl in eine Schüssel geben, in die Mitte eine Mulde drücken und die Hefe hineinbröseln. 1 EL Zucker und 100 ml der lauwarmen Milch zugeben. Mit etwas Mehl vom Rand zu einem Vorteig verrühren. Zugedeckt an einem warmen Ort ca. 15 Minuten gehen lassen.
4. Butter schmelzen. Mit den restlichen 100 ml der lauwarmen Milch mischen. Mit ½ TL Salz, Ei und 1 EL Zucker zum Vorteig geben. Alles glatt verkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort ca. 30 Minuten gehen lassen. Teig nochmals durchkneten und zu einer Rolle formen. In 4 gleichgroße Stücke schneiden. Jedes Stück flach drücken und jeweils 1 EL Blaubeerkompott in die Mitte geben. Teig darüber zusammendrücken und zu Knödeln formen. Auf eine bemehlte Arbeitsfläche geben. Mit einem Tuch bedeckt nochmals ca. 20 Minuten gehen lassen.



Canada

5. Ca. 150 ml Wasser aufkochen. 2 Knödel nebeneinander in einen Dampfeinsatz setzen und im Wasserdampf zugedeckt bei schwacher bis mittlerer Hitze ca. 20 Minuten garen. Fertige Knödel herausnehmen und auf einem Backblech im Ofen warm stellen. Restliche Knödel ebenso zubereiten. Puderzucker und Mohn mischen. Knödel mit etwas Vanillesoße auf Tellern anrichten. Knödel mit der Mohn-Puderzucker-Mischung bestreuen. Übrige Vanillesoße dazu reichen.

**Zubereitungszeit:** ca. 1 ¼ Stunden, Wartezeit ca. 1 Stunde

**Nährwerte pro Portion:**

Energie: 950 kcal / 3990 kJ

Eiweiß: 25 g

Fett: 25 g

Kohlenhydrate: 150 g