

Pflaumenklöße aus dem Sudetenland

Hinweis: Alle Bilder und Texte dieser Seite unterliegen urheberrechtlichem Schutz.
© GerneKochen – Mit Wein genießen.



"Der **Gebirgszug der Sudeten**, das nördliche Grenzgebirge der österreichischen Länder **Böhmen, Mähren** und **Sudetenschlesien** zum deutschen Sachsen und Schlesien, war im 19. Jahrhundert Namensgeber für die topographische Bezeichnung „Sudetenland“ [...]“ Zitat Ende. Quelle: wikipedia. Die auch unter den Namen "**Böhmische Klöße**" bekannte Süßspeise ist zwar eine gehaltvolle Nascherei, aber soooo lecker. Dazu passt ein ***edelsüßer Moselriesling** (siehe Weintipp oben rechts!). **'Wohl bekomms'** und **'Guten Appetit!'**

Unsere Empfehlungen

Affiliate-Links – Teilnahme am Partnerprogramm

Alle Produkte, die wir selbst in unserer "*Gerneküche*" benutzen und mit deren Qualität wir mehr als zufrieden sind, empfehlen wir guten Gewissens gerne weiter. Die aktiven Produkt-Verlinkungen unserer Kaufempfehlungen, haben wir mit einem *Sternchen gekennzeichnet. Weitere Information dazu finden Sie im Impressum!
<http://www.gerne-kochen.de/impressum>

Zutaten für 4 Personen:

Für den Einkaufszettel:

- 500 g festkochende Kartoffeln
- 250 g Mehl (Typ 450 oder ital. "00")
- 2 Eigelb
- 3 - 4 TL *Premium-Bio-Kokosblütenzucker
- 10 - 15 Pflaumen
- feine Semmelbrösel
- 30 g Butter für die Klöße und
- 250 g Butter für die flüssige, "Braune Butter"
- etwas Zucker und
- etwas Zimt

Zubereitung:

1) Die Kartoffeln gut waschen oder abbrausen. Ausreichend Wasser in einen Topf füllen und die Kartoffeln mit dem Kümmel und 2 - 3 TL Salz hinzufügen und je nach Größe ca. 20 - 25 min. garen. (Wir haben dafür unsere [*Multifunktions-Küchenmaschine](#) verwendet!). Nach dem Garen abschütten und kurz ausdampfen lassen. Die noch heißen Kartoffeln pellen und durch eine [*Flotte Lotte](#) (Presse) drücken.

2) Während die Kartoffel kochen 250 g Butter in einen Kochtopf geben und bei mittlerer Hitze - nicht höher - erhitzen. Wenn die Butter flüssig ist und leicht kocht, steigt die bläschenbildende Molke der Butter auf und sammelt sich vor allem am Rand des Topfes, wo man sie prima mit einem Löffel abschöpfen kann. Die Butter so lange weiterkochen lassen, bis die komplette Molke abgeschöpft wurde. Topf nun von der Kochstelle nehmen und den Rest der Molke evtl. noch vorsichtig mit einem Zewa-Tuch aufsaugen.

3) Die beiden Eigelb, eine Fingerspitze Salz und nach und nach das Mehl hinzugeben und alles gut vermengen. Wenn der Teig nicht mehr klebt, hat er die richtige Konsistenz und ist fertig.

3) Den Teig dann zuerst kloßgerecht (so groß, dass immer eine Pflaume gut eingearbeitet werden kann) portionieren, die einzelnen Portionen flach drücken und jeweils eine Pflaume in die Mitte drücken. Danach Teig mit Pflaume in handgroße Kugeln, bzw. Klöße modellieren,

4) Einen sehr großen Topf mit Salzwasser zum Sieden bringen. Der Topf sollte so groß sein, dass die Klöße ausreichend Platz haben und nicht aneinander kleben können. Wenn das Wasser beständig perlt, aber keine dicken Blasen aufsteigen, ist der Siedepunkt erreicht und die Klöße können vorsichtig in den Topf gegeben werden. Nach ca. 10 - 12 min. steigen die Klöße auf, schwimmen oben an der Oberfläche und können mit einem Schaumlöffel entnommen werden. Versuchsweise zuerst nur einen Kloß entnehmen und mit zwei Gabeln vorsichtig aufreißen.

6) Etwas "Braune Butter" in eine Pfanne geben und die Semmelbrösel darin knusprig anbraten. Den Rest der braunen Butter in eine Sauciere füllen und separat servieren.

7) War unser Testkloß durchgegart auch noch die restlichen Klöße aus dem Wasser holen, auf Tellern legen und wieder mit zwei Gabeln jeden Kloß vorsichtig aufreißen. Das sieht optisch schöner aus, als die Klöße durchzuschneiden. etwas braune Butter und [*Premium-Bio-Kokosblütenzucker](#) über die Klöße geben und die Klöße sofort servieren. Fertig!

Moderne Kombinationsempfehlung:

Wer möchte, kann alternativ oder auch zusätzlich eine mit Vanille aromatisierte Sauce Hollandaise zu den Klößen reichen. (Rezept "[Sauce Hollandaise](#)" folgt.)

Serviertipp: Wer es mag, kann auf die Klöße zusätzlich noch eine Prise Zimt streuen.

Nährwert- & Gesundheitsanalyse



Diese Süßspeise ist eine echter Gaumen- und Seelenschmauss und besitzt zudem durch die Pflaumenfüllung auch noch einen gesundheitlich positiven Nährwert.

Pflaumen

Pflaumen gehören zur Familie der Rosengewächse und zählen nicht nur zu den leckeren, sondern auch zu den gesunden Früchten; sie besitzen viele Vitamine und wichtige Mineralstoffe, von denen der menschliche Organismus profitieren kann. Neben Provitamin A, B-Vitaminen und den Vitaminen C, E und K enthalten Pflaumen auch Kalzium, Zink und Kupfer sowie Bor. Vor allen anderen Vitaminen, unterstützen B-Vitamine den gesunden Stoffwechsel des Menschen und tragen außerdem zu einem intakten Nervensystem bei

Mit herzlichen Grüßen

Ihr

Michael Pagelsdorf
Dipl. Ernährungswissenschaftler (Oekotrophologe)