



Knödel – nicht von dieser Welt: Alberta Franzelin.

## Die Kunst des Knödelkochens

*In der „Krone“ im Südtiroler Aldein pflegt Familie Franzelin die Knödel-Hochkultur*

Liebe Leserin, lieber Leser!

*Ich habe ein Faible für Knödel. Und ich spreche ausdrücklich nicht von den häufig in der Gastronomie anrollenden, tennisballgroßen, wechselweise pappigen oder matschigen Klumpen, die einem tagelang im Magen liegen und auf die Genießerseele drücken. Sondern ich meine jene feinen, golfballkleinen Knödel, luftig, locker und leicht, aus frischen, regionalen Zutaten mit Liebe und Akkuratess zubereitet, die nur einen Nachteil haben: Man findet sie in den Wirtshausküchen nur selten.*

*Meine Schwäche für die gebobene Knödelkultur war wohl meiner langjährigen Freundin und Geschäftspartnerin Elisabetta Foradori nicht verborgen geblieben: So kam es, dass sie und ihre Tochter Myrtha Zierock mich zu einem „Knödelkochkurs“ in ihr Südtiroler Lieblingsgasthaus einluden. In der „Krone“ in Aldein durfte ich unter Anleitung der begnadeten Knödelköchin Alberta Franzelin selbst Hand an Teige und Töpfe legen. Bei Frau Franzelin lernte ich auch, dass die Kunst des Knödelkochens in der Beschränkung auf das Wesentliche, das Essenzielle liegt. Und dass, wie Schiller sagte, Einfachheit das Resultat von Reife ist. Myrtha hat darüber ein zauberhaftes „Knödelmärchen“ geschrieben und die Rezepte von Alberta Franzelin für Sie zusammengestellt.*

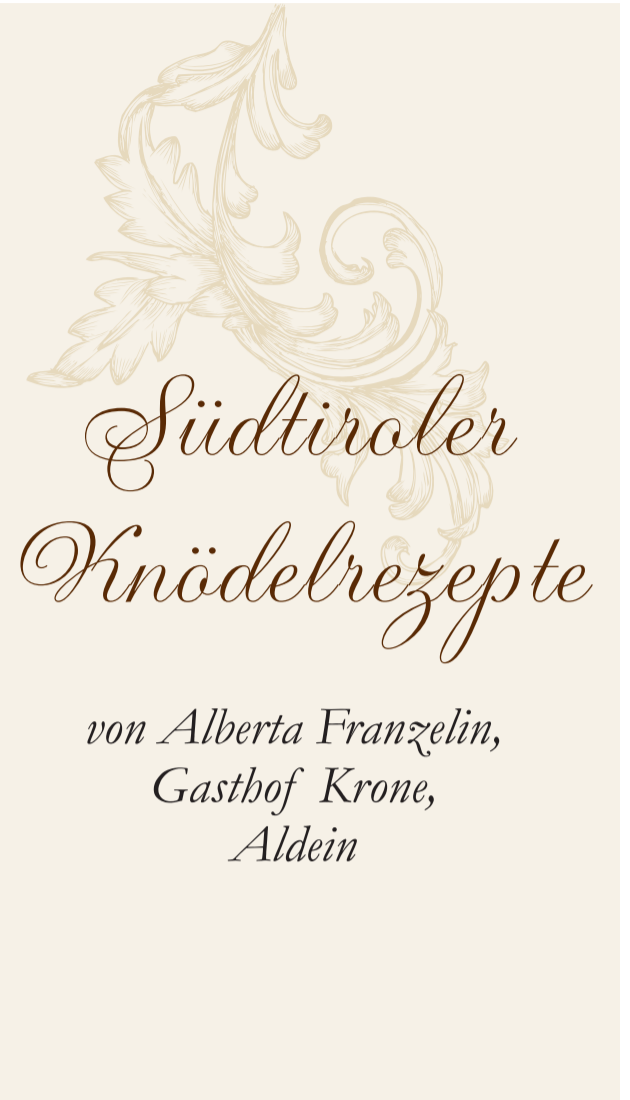
*Viel Freude bei der Lektüre und beim Nachkochen wünscht Ihnen Per Soeblke, Smart Wines*

**A**us Hefe-, Grieß-, Kartoffel-, Semmel-, Brot-, einfachem Mehlteig, Topfen (Quark) oder passierter Leber; gefüllt mit Speck, Grammeln (Grieben), Haschee, Wurst, Früchten, Powidl (Pflaumenmus); in Wasser gekocht oder darüber gedämpft; als Hauptgericht, Beilage, Suppeneinlage oder süßes Dessert; in unzähligen Varianten, aber nur in einer einzigen Form – jener der Kugel; in seiner regionalen Vielfalt elementarer und unverzichtbarer Bestandteil vor allem der süddeutschen, österreichischen, böhmischen und Südtiroler Küche: der Knödel!

**Nicht von dieser Welt.** 40 Kilometer südlich von Bozen, auf 1.200 m Höhe liegt das kleine Bergdorf Aldein. Auf seinem Dorfplatz steht der historische, 1577 erstmals urkundlich erwähnte Gasthof „Krone“. Einst labende Station für ermattete Pilger auf dem Weg zum Kloster Maria Weißenstein, wird die „Krone“ seit 1720 von der Familie Franzelin – einem „echten Südtiroler Gewächs“ – geführt. Dort, hoch über dem Tal der Etsch, kocht Alberta Franzelin seit über 40 Jahren Knödel, die wesentlich zum Ruf des Hauses beigetragen haben. Der historische Gasthof ist – beileibe nicht nur aufgrund seiner

Knödel – ein gut geöltes kulinarisches Scharnier zwischen deutsch-tiroler und italienischer Kochkunst und Lebenskultur, hier treffen Traditionen, Zutaten und Aromen von mediterraner Feinheit und Leichtigkeit auf solche mit rustikal-alpenländischer, bodenständiger Herkunft. In den ebenso begnadeten wie erfahrenen Händen der ungekrönten Knödel-Königin Alberta Franzelin entstehen aus stets frischen Zutaten – viele stammen aus der eigenen Landwirtschaft der Familie – perfekt geformte, luftig leichte, lockere Knödel, die schmecken, wie nicht von dieser Welt ...

Gasthof Krone · Fam. Franzelin  
Dorfplatz 3 Piazza Principale  
39040 Aldein/Aldino (Südtirol/Alto Adige)  
Tel. +39 0471 886 825  
www.gasthof-krone.it  
info@gasthof-krone.it



## Ronenknödel *(Rote Rüben/Rote Bete)*

2 bis 3 gekochte Ronen kurz mixen, sodass sie zerstückelt werden. 8 Eier und ein wenig Milch dazu geben (nicht zu viel; mehr Milch kann – wenn notwendig – später hinzugefügt werden), wieder mixen. Achtung: Die Zutaten sollten schön kalt sein! Masse auf das würfelig geschnittene Weißbrot geben, frischer Prezzemolo (glattblättrige Petersilie), Graukäse, ein wenig Öl – alles locker verkneten und ruhen lassen. Dann ein wenig Mehl darüber sieben und locker einarbeiten.

## Spinatknödel

Spinat kochen, fein passieren, in Pfanne mit Butter, Zwiebeln, Knoblauch (Spross entnehmen), anbraten, mit Muskatnuss, Pfeffer, Salz abschmecken.

## Speckknödel

Zwiebeln in Butter anbraten, fein gewürfelten Speck darin schwenken und anbrutzeln, über das gewürfelte Brot schütten. Eier mit wenig Milch schlagen und samt Petersilie und Öl dazugeben; alles unterheben, bis die Flüssigkeit gut eingearbeitet ist. Ruhen lassen, dann Mehl und nach Belieben Pfeffer einarbeiten.

## Leberknödel

Butter und Zwiebeln in gleicher Menge mit viel Knoblauch anbrutzeln, viel Majoran und ein wenig Basilikum hinzugeben (falls frisch vorhanden, wie Petersilie direkt auf die Brotwürfel geben). Auskühlen lassen. Rohe, fein passierte Rindsleber (ebenso viel wie Brot), 100 ml Milch, höchstens 3 Eier (fakultativ, weil die Leber schon bindet), 150 g Kalbsnierenfett (nicht Rindsfett!) mit dem Schneebesen verrühren, es sollte relativ dünnflüssig werden. Alles mit Brot und Muskatnuss, Petersilie, Pfeffer und Öl locker vermengen. Wenn wenig Leber verwendet wird, braucht man kein Mehl; falls zu trocken, mehr Milch beimengen.



## Knödelmasse allgemein

500 g Weißbrot (trocken, ohne Kruste), würfelig schneiden, 2 weiße Zwiebeln (in ca. 100 g Butter gebrutzelt), 8 Eier (Achtung: zu viel Ei macht die Knödel fest), Öl, frische Petersilie (falls nicht frisch vorhanden, kann man getrocknete Petersilie mit den Zwiebeln in der Butter braten), Mehl (falls die Konsistenz verbessert werden muss).



## Käse~Buchweizenknödel

Hier sollte mehr Milch mit den Eiern geschlagen werden, da mehr Mehl hinzukommt. Zwiebeln mit Lauch und Knoblauch in Butter braten, mit der Petersilie auf das gewürfelte Weißbrot geben, Eimasse hinzufügen, ca. 250 g Käse, Pfeffer und Öl, alles sanft verkneten. Nachdem die Flüssigkeit eingezogen ist, circa 150 g grobes Buchweizenmehl löffelweise hinzugeben.

### Zubereitung

Mit nassen Händen kleine Bällchen rollen und in leicht kochendes Wasser geben. Die Knödel sollten „tanzen“ und aufschwimmen; nach ca. 10 Minuten aus dem Wasser nehmen.

Fortsetzung auf S. 3

## Die tanzenden Knödel

Ein Märchen aus Südtirol – von Myrtha Zierock



Es war einmal eine muntere Wirtin, die für ihre Kochkunst im ganzen heiligen Lande bekannt war. Sie hatte schon viele Gäste, die frohen Mutes hoch in die Berge zu ihr nach Aldein pilgerten, mit ihren Gerichten verzaubert und für sich gewonnen, und es war für die Eifernden nicht erklärbar, wie man mit einer solch einfachen, ehrlichen Küche die Leute für sich begeistern konnte.

Eines Tages kam ein Gast aus dem hohen Norden, der in der Gastronomie sehr bewandert und auf seinen weiten Reisen schon auf allerlei Esskulturen gestoßen war. Er kehrte auf Empfehlung bei der munteren Dame ein und ließ sich ein einfaches Knödeltris servieren – dieses traditionelle Gericht hatte er schon oft auf dem Weg über die Alpen gegessen. Doch diesmal war er dermaßen verzaubert, dass er sich eisern vornahm, die muntere Wirtin aufs Neue zu besuchen und sie zu bitten, ihn in die hohe Kunst des Knödelkochens einzuweihen.

Nach einem Jahr war es so weit: Der Fremde war aus dem hohen Norden zurückgekehrt, um sich belehren zu lassen. Aufgeregt wie ein kleines Kind an Heiligabend, schaute er der Wirtin aufmerksam zu, wie sie mit unbeschreiblicher Liebe die Zutaten mit ruhiger, aber schneller Hand vermischte: frische Eier, Milch, Weißbrotwürfel. Dazu kamen noch eine ordentliche Portion in Butter gebrutzelte Zwiebeln und frisch gehackte Petersilie, und je nach Knödelart, eine gute Handvoll „Graukas“ von der Alm, gekochte Rote Bete, fein gewürfelter Speck, Buchweizenmehl, Rindsleber oder Spinat.

Mancher Masse wurden Kräuter oder Lauch beigemischt, auch Muskatnuss und Pfeffer sah der Zauberlehrling in den Händen der Meisterin zum Vorschein kommen. Und jedes Mal, wenn sie sich mit ihren Händen an das Unterheben (nicht Kneten!) der Zutaten machte, staunte der Mann, wie sie ehrfürchtig und mit Geduld diese vom strahlenden Eigelb durchzogene, aber dennoch recht bunte Masse lockerte und mit ihren erfahrenen Fingern durchzog. Denn eines sollte beim Knödelmachen gelernt sein: die richtige Konsistenz der Masse zu erlangen.

Dann durfte auch der Lehrling einmal in die große Schüssel greifen und fühlen, wie sich ein noch nicht geformter Meisterknödel anfühlte. Welch ein Erlebnis! Nachdem die Wirtin der Knödelmasse eine Ruhezeit vergönnt hatte, war es dann soweit: Die Masse sollte nun zu kleinen, luftigen Bällchen geformt werden. Und wieder konnte sich der Lehrling an der Geschicklichkeit der munteren Wirtin nicht sattsehen: Mit nassen Handflächen rollte sie behutsam ein Knödelchen nach dem anderen und legte sie in einen Topf mit leicht blubberndem Wasser. „Sie müssen aufschwimmen und im Wasser tanzen, dann stimmt die Konsistenz“, sagte die Wirtin, während sie mit kritischem Blick in den Topf lugte. Und die Knödel wollten gar nicht mehr aufhören zu tanzen – da war die Vorfreude des Lehrlings schon groß! Und sie wurde noch größer, als er nach zehn Minuten den ersten zierlichen Knödel aus dem Wasser heben und mit der Gabel behutsam zur Verkostung teilen durfte. Da war er wieder – so als hätte er ihn gerade erst gestern gegessen: der luftige, leichte, einfache und doch so köstliche Knödel!

Und wenn der Lehrling und die Wirtin nicht gestorben sind, dann kochen sie noch heute.



Ein echtes „Südtiroler Gewächs“: Familie Franzelin vom Gasthof Krone in Aldein.