

Ganz ähnlich wie Teigtaschen sind Nocken eine global bekannte Form der Darreichung von Lebensmitteln. So bereitete meine Mutter, die aus Ostpreußen stammte, gelegentlich Dinger aus Kartoffelteig, die sie „Keulchen“ nannte. So etwa Ähnliches kennen auch die Sachsen und die Thüringer. Im Zuge der wachsenden Popularität der italienischen Küche sind – neben den Salzburger Nockerln – Gnocchi zu den bekanntesten aller Nocken aufgestiegen. Normalerweise bestellt man die „beim Italiener“ oder greift sich ein Vakuumpack davon im Supermarkt. Wer aber auch nur ganz kleines bisschen Küchenstolz in sich trägt, macht Gnocchi natürlich selbst. Der Schlüssel zu schönen und leckeren Gnocchi ist das Mengenverhältnis, der Rest ist Handwerk. Hier die Variante mit Ricotta:

Die Zutaten (für Personen als Hauptgericht):

800 g mehlig kochende Kartoffeln

150 g Ricotta

ca. 150 ~ 200 g Mehl Typ 405

1 oder 2 Eigelb

Salz

frisch geriebene Muskatnuss

Speisestärke zum Ausrollen

Die Zubereitung:

Unverzichtbar für die Herstellung von Gnocchi-Teig ist eine Kartoffelpresse – alle anderen Methoden, die Kartoffeln zu zerkleinern machen es schwer bis unmöglich, ordentliche Gnocchi zu bauen. Ich verwende eine robuste Presse aus Kunststoff, mit der ich auch Spätzle ins Kochwasser drücke.

Am besten baust du dir ein Mis-en-place mit dem Eigelb, dem abgewogenen Ricotta, dem ebenfalls abgewogenen Mehl (200 g), dem Salz und der Muskatnuss. Denn nach dem Abdampfen der Kartoffeln muss es schnell gehen. Dann kochst du die Kartoffeln ungeschält in reichlich gut gesalzenem Wasser; und zwar 22 ~ 25 Minuten – also etwas länger als wenn du Salzkartoffeln herstellen wolltest. Lass sie nach dem Garen gut abdampfen, pell sie und drück sie noch heiß durch die Presse in eine Schüssel. Manche empfehlen, die einmal durchgedrückten Kartoffeln noch einmal durchs Gerät zu jagen, ich verzichte darauf.

Jetzt gibst du den Ricotta und das Eigelb hinzu und würzt mit Salz und Muskatnuss. Mit einem

Holzlöffel arbeitest du dann ca. Dreiviertel vom Mehl hinein bis ein glatter Teig entsteht. Ist der klebrig, muss mehr Mehl hinein. Weil aber zu viel Mehl den Geschmack negativ beeinflusst, darfst du zum Kneten und Ausrollen kein weiteres Mehl nehmen, sondern am besten Speisestärke (Mondamin o.ä.). Hat der Klumpen eine angenehm homogene Konsistenz, holst du ihn aus der Schüssel und knetest ihn kurz mit den Händen, um mögliche Luftblasen zu entfernen.

Dann teilst du den Klumpen in Viertel. Roll jedes Viertel mit den Händen und Stärke als Trennmittel zu einer Wurst von etwa 1 bis 1.5 Zentimetern Dicke. Schneide dann Stücke von je rund 2 Zentimetern Länge ab und forme sie rasch zu Nocken. Fertige Gnocchi lagerst du auf einem leicht mit Stärke bestäubten Küchenhandtuch. So verarbeitest du den ganzen Teig. Und wie kommen die Rillen in die Gnocchi? Du brauchst eine (altmodische) Gabel mit langen Zinken. Die legst du umgedreht auf die Arbeitsfläche. Dann rollst du jede einzelne Nocke mit sanftem Druck über die Zinken. Alternativ kannst du auch ein Gnocchi-Brettchen mit Rillen verwenden, wie man es in Italien kaufen kann.

Für die angegebene Menge Gnocchi brauchst du mindestens 6 Liter Kochwasser! Also einen sehr, sehr großen Topf. Falls nicht vorhanden, musst du in Etappen arbeiten, was aber nicht so schön ist, weil Gnocchi nicht gut warmgehalten werden können. Bring das Wasser mit relativ viel Salz einmal zum Kochen und reduziere dann die Hitze so, dass es gerade simmert. Gib alle Gnocchi hinein und rühre vorsichtig mit einem Holzlöffel. Nach drei, vier Minuten werden die ersten Nocken an die Oberfläche kommen – sie sind gar. Lass sie aber noch weitersimmern bis fast alle Gnocchi oben sind. In einer Pfanne hast du schon bisschen Butter mit einem Schuss Olivenöl erhitzt. Darin brätst du die fertigen Gnocchi portionsweise an bis sie außen leicht braun sind.

Soll es Salzeibutter dazugeben, hast du schon vorher eine ordentliche Handvoll (gewaschener) Salzeiblätter in einem Topf in leicht gebräunter Butter knusprig gebraten. Im Prinzip passt geriebener Parmesan oder gehobelter Pecorino dazu – aber eigentlich muss das nicht sein.

Warnung und Mutmacher

In Wirklichkeit gelingen einem die Gnocchi bei den ersten zwei, drei Versuchen nicht oder nicht gut. Tatsächlich hängt die Qualität des Gnocchi-Teigs von vielen Faktoren der

verwendeten Produkte ab. Hast du aber ein bisschen Erfahrung in der Nockenproduktion, spürst du beim Rühren schon, ob der Teig zu feucht oder zu trocken ist und kannst korrigieren. Je nach Kartoffelsorte reicht ein Eigelb, manchmal ist der Ricotta sehr nass, und selbst beim Mehl kann es je nach Marke zu Schwankungen kommen. Die Erfahrung lehrt aber, dass du wunderbare Gnocchi irgendwann perfekt beherrschst.