

Steinhartes Brot



In der Schweizer Gastronomie landen jährlich ca. 37'000 Tonnen Brot im Abfall, in Schweizer Privathaushalten sind es jährlich um die 120'000 Tonnen. Altes Brot kann an vielen Orten als Tierfutter gratis abgegeben werden. Es gibt allerdings noch viele andere Möglichkeiten diesen Food Waste zu vermeiden. Egal ob gummig, trocken oder steinhart, die hier vorgestellten Rezepte verwandeln altes Brot wieder in etwas Genießbares.

Paniermehl

Das Brot ist so hart, dass es mit einem einfachen Messer nicht mehr bearbeitet werden kann? Kein Problem, einfach geduldig mit einer Raffel verbrösmeln und zum Beispiel als Paniermehl weiter verwenden.

Semmelknödel

Klassische Semmelknödel lassen sich auch mit steinhartem Brot herstellen. Je älter und trockener das Brot, desto länger muss es einfach in einer Flüssigkeit wie (Pflanzen-)Milch oder Wasser eingelegt werden bis es sich schön vollgesogen hat. Die durchtränkten Brote müssen dann nur noch zu einem Teig gematscht werden.

Steinhartes Brot (ca. 420 g)

300 ml Sojamilch ungesüßt

2 TL Pflanzenöl

1 Zwiebel gewürfelt

30 g Petersilie gehackt

1 TL Salz

1/2 TL Muskatnuss gemahlen

- Das steinharte Brot zerstückeln und in einer grossen Schüssel mit der Sojamilch (am besten lauwarm) übergießen. Kurz vermengen und beiseite stellen.
- Das Öl in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Zwiebelwürfel ca. 3 Minuten anbraten, bis sie glasig und leicht gebräunt sind. Petersilie hinzugeben und 1 Minute mitdünsten. Anschliessend zusammen mit Salz und Muskatnuss zum Brot geben und alles zu einer Masse verkneten.
- Aus der Masse mit feuchten Händen 8 Knödel formen und auf einen Teller legen. (Wer mag, kann auch kleinere Mini-Knödel machen)
- Einen Topf mit Salzwasser zum leichten Kochen bringen. Dann die Hitze auf niedrige Stufe reduzieren, sodass das Wasser nur noch siedet. Nun langsam die Knödel hineingeben und ca. 15 – 20 Minuten sieden lassen, bis sie an der Oberfläche schwimmen.
- Anschliessend mit einer Schaumkelle herausnehmen und auf einem Kuchengitter abtropfen lassen oder sofort servieren.

[ZUM REZEPT](#)

