



Hozzávalók:

50 dkg tehéntúró, 1 kisebb zsenge zeller fele (tisztítva 15 dkg), 5 evőkanál búzadara, 3 tojás, só, őrölt fehér bors, 1-2 evőkanálnyi apróra vágott zellerzöld
a tálaláshoz:
4 dl tejföl

1. A túrót szőrszítán átpasszírozzuk. A megtisztított zellert a reszelő kis lyukú oldalán lereszeljük, majd a túróval, a búzadarával és a tojások sárgájával összedolgozzuk. Enyhén megsózzuk, megborsozzuk, a zellerzölddel fűszerezzük, majd a kemény habbá vert tojásfehérjét beleforgatjuk. Letakarva hűtőszekrényben pihentetjük 1 órán át, hogy a dara megduzzadhasson.

2. Egy nagyobbacska lábasban bő 2 liter vizet fölforralunk, 1 kiskanál sóval ízesítjük. A túrós masszából megnedvesített kézzel 12 nagyobb gombócot formálunk, majd óvatosan a forró vízbe rakogatjuk. Amikor a víz újra forni kezd, kis lángra állítjuk, hogy a gombócok ne hirtelen főjenek, inkább csak dagadjanak a „gyöngyöző forrású” vízben. Amikor a gombócok feljöttek a víz tetejére, nincsenek még készen, további 8-10 percig kell főzni őket. Végül szűrőkanállal óvatosan hideg vízbe szedjük 10-15 másodpercre, így kívül hirtelen egy kérget kapnak s később sem esnek szét.

3. Jól lecsöpögtetve, a tejjel meglocsolva tálaljuk.

Jó tanács

- A gombócokat a klasszikus változathoz hasonlóan pirított morzsában is megforgathatjuk, mielőtt tejjel meglocsoljuk.

4 főre

Elkészítési idő: 40 perc + pihentetés

Egy adag: 553 kcal