



Lokschenkugel

Chef: Elisabeth Ladenthin
Rezepttyp: Süßspeise, Hauptspeise
Vorbereitung: 25 Minuten
Die Menge ist angegeben für **6 Portionen/Personen**

Foto: Kai Lautenschläger
Küche: Askenasisch, (M) milchig, (V) vegetarisch
Gesamtzeit: 1 Stunde und 10 Minuten
wie bei **Kochen und Genießen, 2018**

Kugel sind bereits vor dem Mittelalter aus Italien nach Deutschland gelangt, lange bevor Nudeln hier bekannt waren. Rasch war er bei allen askenasischen Juden beliebt. Es wurden entweder frische Früchte oder – z. B. im Winter Trockenfrüchte verwendet. Mit wenig Zucker zubereitet wird es als Beilage zu Fleisch und herzhaften Gerichten verwendet. Kinder lieben es als sehr nahrhafte Süßspeise.



Zutaten

Zutat	Menge	Bemerkung
mittelbreite Eiernudeln	250 g	
Butter oder Margarine	60 g	
Rosinen oder andere Trockenfrüchte	100 g	
Zucker	200 g	
Eier	6 Stück	
Cornflakes	150 g	
Walnüsse oder Mandeln	250 g	(optional)
Zitronenabrieb		(optional)
Orangenabrieb		(optional)
Zimt		(optional)

Hinweise: Wenn Du anstatt Butter Öl verwendest, wird die Speise parve (Achtung auf Zutaten der Nudeln und Cornflakes achten!), ist aber nicht mehr wirklich askenasisch.

Zubereitung

1. Kochen Sie die Nudeln 5-6 Minuten und gießen Sie sie ab.
2. Heizen Sie den Ofen auf 180 Grad vor.
3. Geben Sie die warmen Nudeln zusammen mit den Eiern, der Butter, den Rosinen, dem Zimt und dem Zucker in eine Auflaufform.
4. Zerdrücken Sie die Cornflakes (am Besten in einer Tüte) und vermischen Sie sie je nach Geschmack mit fein gehackten Nüssen.
5. Geben Sie die Cornflakes-Nuss-Mischung auf die Nudel-Mischung.
6. Backen Sie den Auflauf bis die Oberfläche zart gebräunt ist (ca. 45 Minuten).

Tip

- Der Kugel kann warm oder kalt genossen werden. Dafür einfach in kleine Stücke schneiden.
- Alternativ zum Zimt kann man die Fruchtnote durch Zitronenabrieb und/oder Orangenabrieb unterstreichen.

Es gezunterheyt • Guten Appetit! • עם געזונטערהייט