

# Gnocchi

800 g mehlig kochende Kartoffeln

140 g griffiges Mehl (Emmer, Dinkel oder auch Weizen)

140 g Grieß (Emmer, Dinkel oder auch Weizen)

1 Ei

1 Prise Salz

1 Prise Pfeffer

Die Kartoffeln kochen, schälen und durch eine Presse drücken. Alle Zutaten zu einem Teig verkneten und eine Stunde ruhen lassen (nicht im Kühlschrank).

Danach zum Portionieren den Teig zu rund 2 cm Rollen formen und davon dann rund fingerbreite Stücke abschneiden. Diese Teigstücke zwischen den Handflächen zu murmelgroßen Kugeln formen. Schließlich die Gnocchi mit einer Gabel formen – dafür drückt man eine kleine Kugel mit der Daumenaußenseite auf die Mitte einer Gabel, die man mit den Zinken auf einer Unterlage aufstellt und rollt das Gnocchi in zwei Zügen nach unten ab. Es hört sich komplizierter an, als es ist – evtl. hilft eine Suche im Internet nach einem Filmchen. Es gibt auch spezielle Gnocchi-Bretchen mit Rillen, die das Rollen der Gnocchi etwas einfacher macht.

In Salzwasser bei mittlerer Hitze gar kochen und zwar so lange bis die Gnocchi aufschwimmen (und dann noch kurz warten).

---

## Kleister selber herstellen

Ist ist sehr einfach einen billigen und sehr umweltfreundlichen Kleister selbst herzustellen. Man braucht dazu nur etwas Mehl und Wasser. Das Mehl sollte möglichst hell

sein (also kein Vollkornmehl), da die Klebkraft über die Stärke entsteht.

Am einfachsten verrührt man etwas Mehl mit warmem Wasser. Nach Gewicht braucht man nur etwa die Hälfte an Mehl im Vergleich zum Wasser. Um Klümpchen im Kleister zu vermeiden, siebt man am besten das Mehl zuerst, gibt es dann langsam zum Wasser und rührt dabei mit einem Schneebesen immer gut um.

Ein etwas stärkere Klebkraft erhält man wohl, wenn man das Mehl in heißes Wasser einrührt und dann kurz aufkochen lässt. Dafür braucht man nur rund 1/4 Mehl (im Verhältnis zum Gewicht des Wassers).

Dieser Mehلكleister klebt sehr gut Papier oder Pappe, man kann damit aber auch beispielsweise Papier (Etikette) auf Glas, Metall oder Holz kleben. Man sollte dem Kleister etwas Zeit zum trocknen geben, damit er auch gut hält.