

Karfiol-Laibchen

Rezept für 4 Portionen
Dauer: ca. 60 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Blumenkohl / Karfiolrose	1 Stk.
Schnittlauch	
Grieß	4 Esslöffel
Semmelbrösel / Paniermehl	3 Esslöffel
Rohe Hühnereier - mittel	1 Stk.
Schinken	10 Dekagramm
Salz und Pfeffer	Etwas / nach Bedarf
Glatte Petersilie / Petersilgrün	
Schlagobers / Rahm / Schlagsahne	½ Dose(n) / Becher
Natur-Joghurt / Naturjoghurt	½ Dose(n) / Becher

Zubereitung:

Die Karfiolrosen blanchieren und mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Den Schinken fein schneiden, mit den anderen Zutaten vermischen, in die Masse einarbeiten und rasten lassen.

Daraus Laibchen formen, in Brösel wälzen und in etwas Fett herausbacken.

Dazu schmeckt sehr gut Schnittlauch-Dipsauce (Rahm und Joghurt verrühren, Schnittlauch dazu geben und würzen), Kartoffeln und grüner Salat.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1007-Karfiol-Laibchen.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at