

Reis – Bratlinge

Zutaten:

180 g asiatischer Duftreis
380 g Möhren
30 g Paniermehl
1 Ei
50 g geriebener Käse
1 Zwiebel
3 Knoblauchzehen
Salz, Pfeffer, Olivenöl



Zubereitung:

- Reis in kochendem Salzwasser garen.
- Möhren klein raspeln.
- Zwiebel und Knoblauch fein hacken.
- Beides in Öl glasig dünsten.
- Möhren zugeben und kurz mitdünsten.
- Zwiebel-Möhren unter den gegarten Reis mengen.
- Abkühlen lassen.
- Käse, Paniermehl und Ei gut unterkneten.
- Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Mit angefeuchteten Händen Bratlinge formen.
- In einer beschichteten Pfanne mit Öl beidseitig braten.
- Zaziki und/oder Sauerrahm zum Dippen dazu reichen.