Rote Linsen-Bratlinge

Zutaten

Menge	Einheit	Bezeichnung
250	g	Linsen, rot
20	g	Butter
500	ml	Gemüsebrühe
1		Zwiebel
3		Knoblauchzehen
10	g	Petersilie, glatt
1		Ei
4	EL	Pankomehl
1	TL	Speisestärke
2	TL	Kreuzkümmel, gemahlen
2	TL	Paprika, edelsüß
		Salz, Pfeffer

Portionen: 4

Zubereitung

Linsen auf mittlerer Hitze in Butter anschwitzen, mit Gemüsebrühe ablöschen und für 15-20 Minuten köcheln lassen bis sie zerfallen. Kurz abkühlen lassen. Zwiebeln würfeln, Knoblauch pressen, Petersilie hacken und zusammen mit Ei, Panko-Mehl, Speisestärke, Paprikapulver und Kreuzkümmel unter die Linsen rühren. Mit Salz und reichlich Pfeffer abschmecken. Mit nassen Händen Bratlinge mit einem Durchmesser von 6 bis 7 cm und einer Höhe von ca. 1,5cm formen. Bratlinge in einer beschichteten Pfanne in reichlich Öl bei mittlerer Hitze von jeder Seite etwa 2-3 Minuten ohne zwischenzeitliches Wenden goldbraun anbraten.

vegetarisch

From:
https://matthias.moorkamp.info/ - **Swap Space**

Permanent link:
https://matthias.moorkamp.info/rezepte:hauptgerichte:rote_linsen-bratlinge?rev=1696269153

Last update: **2023/10/02 19:52**