Porree-Bulgur-Laibchen mit Wermutsauce

Ein leckeres Rezept nicht nur fürs Wochenende. Poree-Bulgur-Laibchen mit Wermutsauce überzeugt nicht nur die Familie, sondern auch Gäste.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 45 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 20 min

Gesamtzeit: 1,3 h



Foto: Katrin Morenz

Zutaten

Für die Bratlinge

1 Stange	Lauch
50 g	Schalotten
6 EL	Olivenöl
100 g	Bulgur
1 EL	Tomatenmark
150 ml	Gemüsebrühe
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Petersilie
2 EL	Zitronensaft
50 g	Parmesan
50 g	Semmelbrösel
1 Stk.	Eigelb

Für die Sauce

100 ml	Wermut
200 ml	Schlagobers
80 ml	Milch

1 Prise	Salz

Zubereitung

1. Für die Poree-Bulgur-Laibchen mit Wermutsauce zuerst die Laibchen anfertigen. Dazu den Lauch säubern, putzen und abwaschen. In ein Sieb geben, abtropfen lassen und nach Farbe trennen. Den weißen Teil sowie den grünen Teil in Ringe schneiden und in kleinen getrennten Schüsseln zur Seite stellen. Danach die Schalotten abziehen und in kleine Würfelchen schneiden.

2. In einer beschichteten Pfanne Öl erhitzen und die Schalottenwürfel darin anschwitzen. Bulgur und weißen Lauch zugeben und ebenfalls warm werden lassen. Das Tomatenmark zugeben, gut umrühren und kurz rösten. Wenn das Tomatenmark ansetzt, mit Brühe ablöschen und zugedeckt quellen lassen. Dies dauert ungefähr 20 Minuten. Dafür die Hitze aber ausschalten und nur ziehen lassen.

3. Nach dieser Zeit mit Salz und Pfeffer würzen. Frische Petersilie unter fließendem Wasser abspülen und trocken schleudern. Dann in kleine Streifen schneiden und ebenfalls zugeben. Den Parmesan fein reiben und diesen auch in die Masse geben. Die Eier trennen, das Eigelb untermischen, Semmelbrösel hinzugeben und ein wenig Zitronensaft einträufeln. Alles gut miteinander vermengen und noch mal abschmecken. Notfalls nachwürzen.

4. In einer Pfanne Öl heiß werden lassen, mit feuchten Händen Laibchen formen und von beiden Seiten circa 5 Minuten goldbraun ausbraten. Sind die Laibchen schon fertig, bevor die Sauce fertig ist, diese im Backofen warm stellen.

5. In der Zwischenzeit einen kleinen Topf mit Wasser und Salz zum Kochen bringen und die grünen Lauchringe darin blanchieren. Anschließend den Lauch abgießen, mit kaltem Wasser abschrecken und stehen lassen, bis er kühl ist. Den Lauch ausdrücken und zur Seite stellen.

6. Nun den Wermut in einem kleinen Topf erhitzen und reduzieren. Schlagobers und Milch zugeben und circa 4 Minuten einkochen lassen. Den abgetropften Lauch zugeben und mit dem Handrührgerät pürieren. Die Sauce danach mit Salz würzen und abschmecken. Zum Servieren die Laibchen auf der Sauce platzieren und sofort servieren.

Tipp

Zu den Poree-Bulgur-Laibchen mit Wermutsauce schmeckt selbst gemachter Kartoffelstampf am besten. Aber auch ein frischer Gurkensalat mit Dill ist lecker. Wer die Sauce gerne würziger mag, kann ein wenig Maggi zugeben.