Couscous-Laibchen

Die Couscous-Laibchen mit würzigem Käse sind rasch gebraten. Ein schmackhaftes Rezept für Liebhaber der vegetarischen Küche.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 20 min

Koch/Backzeit: 15 min

Ruhezeit: 20 min

Gesamtzeit: 55 min



Zutaten

200 g	Couscous
200 ml	Gemüsebrühe
1 Stk.	Zwiebel (mittelgroße)
2 Stk.	Knoblauchzehe
3 Stk.	Eier
100 g	Bergkäse (oder Emmentaler gerieben)
1 EL	frische Petersilie
	Semmelbrösel
	Salz
	Pfeffer
	Öl (zum Braten)

Zubereitung

1. Für die **Couscous-Laibchen** den Couscous in eine Schüssel geben. Die Gemüsebrühe kurz aufkochen über den Couscous gießen und zirka 10 Minuten quellen lassen.

2. Die Zwiebel und Knoblauchzehen schälen, klein zerhacken und mit etwas Öl in einer Bratpfanne glasig andünsten, von der Herdplatte nehmen. Jetzt die Eier mit geriebenen Bergkäse in einer Schüssel verquirlen. Couscous, Zwiebeln, Knoblauch und fein gehackte, frische Petersilie zugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und gut verrühren. Je nach Konsistenz noch etwas Semmelbröseln untermengen. Die Masse zirka 10 Minuten ruhen lassen.

3. Aus der Masse Laibchen formen und in heißem Öl in einer Pfanne von beiden Seiten knusprig braten.

Tipp

Zu den gebratenen Couscous-Laibchen einen grünen Kopfsalat und einen Joghurt-Dip servieren.