Gemüselaibchen mit Schnittlauchsauce

Die Gemüselaibchen mit Schnittlauchsauce schmecken mindestens genauso gut wie die klassische Variante mit Fleisch. Das Rezept ist auch bei Kindern ein Renner.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

4 Stk.	Karotten
4 Stk.	Kartoffeln
1 Stk.	Zucchini
1 Stk.	Paprika
1 Stk.	Zwiebel
100 g	Haferflocken
200 g	Semmelbrösel
2 Stk.	Eier
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Salz
1 Prise	Majoran
1 Prise	Kümmel
130 g	Sauerrahm
130 g	Joghurt
1 Bund	Schnittlauch

Zubereitung

1. Für dieses preiswerte **Gemüselaibchen mit Schnittlauchsauce** Rezept zuerst Kartoffeln und Karotten schälen, Zucchini waschen und alles zusammen reiben.

2. Anschließend Zwiebeln und Paprika klein schneiden, mit dem Gemüse in einer Schüssel verrühren. Eier, Semmelbrösel und Haferflocken beigeben, mit Salz, Pfeffer, Majoran und

gemahlenen Kümmel würzen.

3. Anschließend aus der Masse Laibchen formen und diese in Semmelbrösel wälzen. Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und bei schwacher Hitze von beiden Seiten braten.

4. In der Zwischenzeit Sauerrahm, Joghurt und gehackten Schnittlauch für die Sauce verrühren und mit Salz und Pfeffer nach Belieben würzen. Achtung nicht auf die Laibchen in der Pfanne vergessen. Die Gemüselaibchen mit Schnittlauchsauce auf einem Teller anrichten und servieren.

Tipp

Die Gemüselaibchen mit Schnittlauchsauce sind besonders an heißen Sommertagen sehr schmackhaft.