

Reisbällchen aus der Heißluftfritteuse

Mit der Heißluftfritteuse gelingen goldbraune Reisbällchen schnell, einfach, fettarm und viel gesünder als frittiert.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 35 min

Gesamtzeit: 50 min



Zutaten

2 Stk.	Schalotten
2 EL	Butterschmalz
150 g	Rundkornreis
600 ml	Gemüsebrühe
30 g	Parmesan gerieben
30 g	Mozzarella
1 EL	frische Petersilie (fein gehackt)
1 Stk.	Ei
	Salz und Pfeffer
75 g	Paniermehl (feine Semmelbrösel)
	Pflanzenöl (zum Bestreichen)

Zubereitung

1. Für die **Reisbällchen aus der Heißluftfritteuse** die Schalotten schälen, fein hacken und in Butterschmalz glasig anschwitzen. Den Reis dazugeben, kurz mitdünsten und mit Gemüsebrühe ablöschen. Zugedeckt zirka 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis gar ist.
2. Den heißen Reis vom Herd nehmen, gerieben Parmesan, klein geschnittenen Mozzarella, Ei und fein gehackte Petersilie unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Aus der Reismasse kleine Kugeln formen und in Paniermehl wenden.
3. Die Reisbällchen mit etwas Öl bestreichen oder einsprühen, in den Korb der Heißluftfritteuse legen und bei 200 °C zirka 15 Minuten goldbraun und knusprig backen.

Unsere Empfehlung

Philips Heißluftfritteuse 6,2 L
Airfryer XL



[hier bestellen](#)



Tipp

Wer die Reisbällchen aus der Heißluftfritteuse würziger mag, gibt noch getrocknete Tomaten, Chiliflocken oder Knoblauch zur Masse.