



**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

gut machbar

**Zutaten für 4 Portionen:**

- 150 g Brennesselblätter
- 3 Stk. Vollkornweckerl
- 1 Stk. Karotte
- 1 Stk. gelbe Zwiebel
- 0,5 Stangen Lauch
- 2 Stk. Eier
- 40 g Butter
- 1 Bund Bärlauch
- Kräutersalz
- Muskat, gerieben
- Pfeffer, frisch gemahlen
- Milch
- 100 g Räucherkäse
- Weizenvollkornmehl
- Semmelbrösel
- Öl

**Mein persönlicher Tipp**

Machen Sie gleich eine größere Menge und tiefkühlen Sie ein paar ungebackene Laibchen! Wenn's mal schnell gehen muss die aufgetauten Laibchen wie gewohnt herausbacken!



**Karoline Hochmair**

Kräuterpädagogin und Kochkursleiterin aus Wallern

## Brennessel-Käse-Laibchen



Foto: LFILKOOE/Günter Wohlschlager - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

- Brennesselblätter waschen und abtropfen lassen, fein hacken.
- Zwiebel und Lauch fein schneiden, Karotte reiben und alles zusammen in Öl anschwitzen lassen.
- Auskühlen lassen.
- Die Semmeln in Würfel schneiden und in Milch einweichen.
- Anschließend Brennesseln, Zwiebel-Gemisch, fein geschnittene Bärlauchblätter und die ausgedrückten Semmelwürfel, den kleinstufig geschnittenen Käse und die Eier vermischen.
- Mit Kräutersalz und den Gewürzen abschmecken und mit Vollkornmehl binden.
- Kleine Laibchen formen, diese in Vollkornbröseln wenden und in heißem Fett goldgelb herausbacken.
- Mit Tomaten- oder Kräutersauce und Erdäpfeln servieren.

**Quellen:**



Ländliches Fortbildungsinstitut:  
*Wildkräuterküche im Frühling*

