

Kochdauer:

Mittel (30 bis 60 Minuten)

Schwierigkeit:

gut machbar

Zutaten für 4 Portionen:

150 g	Brennnesselblätter
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

Quellen:

- Ländliches Fortbildungsinstitut:
Wildkräuterküche im Frühling

Brennnessel-Käse-Laibchen

Zubereitung

- Brennnesselblätter 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 Brennnesseln, Zwiebel-Gemisch, fein geschnittene Bärlauchblätter und die ausgedrückten Semmelwürfel, den kleinwürfelig 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.