

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

Brennnessel-Käse-Laibchen



Foto: LFILKOOE/Günter Wohlschlager - Nicht zur freien Verwendung

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 kleinstwürfelig 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:

Regionale Rezepte



von Bäuerinnen empfohlen
traditionell & saisonal



Ländliches Fortbildungsinstitut:
Wildkräuterküche im Frühling



lk Bäuerinnen
Österreich

Eine Initiative des
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

Bundesministerium
Nachhaltigkeit und
Tourismus

LE 14-20
Entwicklung für den Ländlichen Raum

Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raums:
Hier investieren Europa in
die ländlichen Gebiete.

