



**Kochdauer:**

Mittel (30 bis 60 Minuten)

**Schwierigkeit:**

einfach

**Zutaten für 4 Portionen:**

250 g Magertopfen  
1 Stk. Ei  
60 g Mehl (glatt)  
250 g Gemüse (gemischt)  
Salz  
Semmelbrösel  
Öl

**Mein persönlicher Tipp**

Dazu passt hervorragend eine Schnittlauchsoße aus Joghurt, Sauerrahm, etwas Senf, Salz, Pfeffer und gehacktem Schnittlauch.



**Sandra Lehner**

Referentin für Direktvermarktung,  
Hauswirtschaft und Bäuerinnen in  
Oberwart

## Topfen-Gemüseläibchen



Foto: Sandra Lehner - Nicht zur freien Verwendung

### Zubereitung

- Topfen mit Ei und Salz verrühren.
- Gemüse (z.B. Zucchini, Paprika, Karotten, Tomaten, Erbsen) in kleine Würfel schneiden und mit dem Mehl untermischen.
- Läibchen formen, in Brösel wenden und in Öl beidseitig langsam braten.
- Mit grünem Salat servieren.

### Quellen:



Sandra Lehner: *Rezept aus  
Bäuerinnenkochkurs*



**lk** Bäuerinnen  
Österreich

Eine Initiative des  
AGRAR.PROJEKT.VEREIN

Mit Unterstützung von Bund, Ländern und Europäischer Union

— Bundesministerium  
Nachhaltigkeit und  
Tourismus

— LE 14-20  
Zentrale für den ländlichen Raum

Europäischer  
Landwirtschafts- und  
Entwicklungsraum  
Hier investiert Europa in  
die ländlichen Gebiete

