

#### 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-Gemüselaibchen



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.
- Laibchen formen, in Brösel wenden und in Öl beidseitig langsam braten.
- Mit grünem Salat servieren.

#### Quellen:



Sandra Lehner: Rezept aus  
Bäuerinnenkochkurs