



Gesamtzeit: 35 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 3 Personen

Djuvec Reis Frikadellen

Djuvec Reis Frikadellen

1 Dose Menzi Djuvec Reis

150 g Quark

100 g geriebener Käse (z.B. Gouda oder Emmentaler)

1 Ei

1 kleine Zwiebel, fein gehackt

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

2 Esslöffel Paniermehl (nach Bedarf mehr für die richtige Konsistenz)

2 Esslöffel gehackte Petersilie

Salz, Pfeffer

1 Esslöffel Öl zum Braten

Djuvec Reis Frikadellen

1.

Den Djuvec Reis in eine große Schüssel geben. Den Quark, den geriebenen Käse, das Ei, die gehackte Zwiebel und den Knoblauch dazu geben. Alles gut vermischen.

Mit Salz und Pfeffer würzen. Die gehackte Petersilie hinzufügen und gut unterrühren. Paniermehl nach und nach hinzufügen, bis die Masse gut formbar ist und nicht mehr zu feucht ist. Die Masse sollte so beschaffen sein, dass man daraus gut Frikadellen formen kann.

Mit angefeuchteten Händen Frikadellen aus der Masse formen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen. Die Frikadellen darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten goldbraun braten, etwa 3-4 min. pro Seite.

Die Djuvec Reis-Frikadellen heiß servieren, z.B. mit einem frischen Salat oder einem Joghurt-Dip.