

BROKKOLITALER MIT VOGERLSALAT

PORTIONEN: 4



BIERTIPP:

Rieder Pils



ZUTATEN

1 ganzer Brokkoli
½ Zwiebel
150 g Emmentaler
50 g Parmesan
Muskatnuss, gemahlen
1 TL Knoblauchpaste
2 Eier
2 EL Vollkornmehl
Öl zum Anbraten
Salz und Pfeffer

Limetten-Sauerrahm-Dip:

250 g Sauerrahm
25 g Mayonnaise
Saft von 1 Limette
Abrieb von ½ Limette
¼ TL Knoblauchpaste (s. S. 158)
1 TL gehackte Petersilie, frisch
1 TL gehackter Koriander, frisch
Salz und Pfeffer

MAHLZEIT UND GUTES GELINGEN!

ZUBEREITUNG

Den Brokkoli gründlich waschen und in kleine Röschen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Emmentaler und Parmesan grob reiben.

Die vorbereiteten Zutaten (bis auf die Hälfte des geriebenen Käses) in eine Schüssel geben. Mit Salz, Pfeffer, Muskatnuss und Knoblauch würzen. Die Eier dazugeben und alles fein pürieren, bis eine gleichmäßige Masse entsteht. Nun den restlichen Emmentaler und Parmesan und das Vollkornmehl vorsichtig unterheben.

In einer heißen Pfanne etwas Öl erhitzen. Aus der Masse kleine Taler formen und diese bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten.

Dip zubereiten:

Alle Zutaten für den Dip verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecke

OÖ KOCHT MIT SILVIA SCHNEIDER | JEDEN SA AB 18 UHR | EXKLUSIV AUF LT1!



BROKKOLITALER MIT VOGERLSALAT

PORTIONEN: 4



BIERTIPP:

Rieder Pils



ZUTATEN

Vogerlsalat:

1 Portion Vogerlsalat (Feldsalat), gewaschen und
geputzt
25 g Kapern, gehackt
10 g Kren (Meerrettich), frisch gerieben
40 g Weißweinessig
50 g Joghurt
40 g Olivenöl
frischer Dill, gehackt
frische Petersilie, gehackt

ZUBEREITUNG

Vogerlsalat:

Alle Zutaten für das Dressing zusammen in eine Flasche oder
ein Schraubglas geben.

Vor dem Gebrauch kräftig schütteln, bis alles gut vermischt ist.

Den Vogerlsalat mit dem Dressing vermengen und gemeinsam
mit den frisch gebratenen Brokkolitalern servieren.

MAHLZEIT UND GUTES GELINGEN!

OÖ KOCHT MIT SILVIA SCHNEIDER | JEDEN SA AB 18 UHR | EXKLUSIV AUF LT1!

