

Unsere Rezeptidee

Möhren-Zucchini-Feta- Bratlinge

Zutaten:

Für 4 Portionen:

2 mittelgroße Möhren
1 mittelgroße Zucchini
100 g Feta
1 mittelgroße Zwiebel
1 Ei
25 g Mehl
1 TL Petersilie
Salz, Pfeffer, Thymian, Oregano
Öl zum Braten



Zubereitung:

Möhren, Zucchini und Zwiebel grob reiben.
Petersilie hacken.

Mehl und Gewürze mischen, Gemüsemasse
hinzugeben.

Anschließend das verquirlte Ei und den grob
zerkleinerten Feta-Käse hinzugeben.

Öl in eine beschichtete Pfanne geben und
jeweils einen Esslöffel der Gemüse-Feta-
Masse in die heiße Pfanne geben. Von beiden
Seiten goldbraun anbraten.

Tipp:



*Die Bratlinge können heiß oder kalt
serviert werden. Dazu passt ein Quark-
oder Joghurt-Dip mit Kräutern.*

Guten Appetit!



Folge uns bei Instagram für noch mehr
Rezepte und Lebensmittelinfos:
@heimischelandwirtschaft



Landwirte & Verbraucher verbinden