



Grünkern-Laibchen mit Lauch

Zutaten

- 200 g Grünkern geschrotet
 - 1/2 Liter Gemüsesuppe
 - 1 Zwiebel
 - Knoblauch
 - Petersilie
 - 1 Ei
 - Semmelbrösel
 - Öl zum Braten
 - geriebener Käse
-
- 3-4 Stangen Lauch

Grünkern in Gemüsesuppe aufkochen und 15 Minuten ziehen lassen.

Zwiebel, Knoblauch und Petersilie zerkleinern und mit Grünkern, Ei und Semmelbrösel vermischen und Laibchen formen. Diese in Öl backen und mit geriebenem Käse bestreuen.

Lauch halbieren, fingerlange Stücke schneiden und in etwas Gemüsesuppe dünsten. Gemeinsam mit den Grünkern-Laibchen servieren.

URKORNHOF Familie Kammerleithner
Landwirtschaftliche Urprodukte
Point 11, A-4655 Vorchdorf im Almtal
Telefon +43(0)7614-6636, Fax DW 14
office@urkornhof.at, www.urkornhof.at

