

Gemüse-Bratlinge

1 Portion/1 Stück ca. 145g

40g Juliengemüse (Gemüsestreifen – Lauch, Karotte,
Knollensellerie)
40g Paniermehl
25g Dinkelschrot (in Wasser eingeweicht)
1 Ei Größe L
10g geraspelten Käse
Salz, Pfeffer, Schnittlauch

Alles vermengen und in Öl von beiden Seiten anbraten...