

Linsenplätzli

Gesunde rote Linsen mit Kräutern zu raffinierten Plätzli verarbeitet. Das vegetarische und Mineralreiche Rezept, dass gut zu einem bunten Salat passt.

🕒 40 Minuten 🍳 **Linsen Rezepte**

☰ Zutaten für 8 Portionen

2	Stk	Ei
6	EL	Mehl
4	EL	Öl
2	Prise	Paprikapulver
1	Bund	Petersilie, gehackt
2	Prise	Pfeffer
500	g	rote Linsen
2	Prise	Salz
2	Stk	Zwiebel



WERBUNG



🍳 Zubereitung

- 1 Die roten Linsen im Salzwasser für ca. 10 Minuten garen. Danach abtropfen und mit einem Stabmixer pürieren. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Den Peterli abspülen und fein hacken. Etwas Öl in eine Pfanne geben und die Zwiebeln mit dem Peterli darin kurz andünsten, dann aus der Pfanne nehmen.
- 2 Die Zwiebeln mit dem Ei zum Linsenpüree geben und gut miteinander vermengen. Mit etwas Salz, Pfeffer und Paprikapulver abschmecken. Dann mit den Händen ca. 10 Bällchen aus der

Masse formen und flachdrücken. Etwas Öl in eine Pfanne geben und die Plätzli von beiden Seiten je ca. 4 Minuten goldbraun braten.

Tipps zum Rezept

Schmeckt super zu einem bunten Salat oder zu einem Klecks Creme Fraiche.