

# KÜRBISBRATLINGE MIT SALAT



Die Kürbiszeit hat begonnen. Wir freuen uns auf Kürbissuppe, Ofen-Kürbis und, und, und. Wir starten dieses Mal mit Kürbisbratlingen in die Saison.



Schwierigkeitsgrad  
Einfach



Arbeitszeit  
20 Minuten



Anlass  
Hauptgericht



## Zutaten für 2 Personen:

- 1 Hokkaido Kürbis
- 40 g biozentrale Kürbiskerne
- 6 EL biozentrale Buchweizenmehl
- 3 Eier
- eine Handvoll frische Gartenkräuter
- Salz und Pfeffer nach Belieben
- biozentrale Raps- oder Olivenöl zum Anbraten

## Zubereitung

1. Hokkaido entkernen und mit einer Gemüsereibe raspeln.
2. Kürbiskerne ein wenig klein hacken und mit den Kürbisraspeln vermengen.
3. Mehl, Eier, Kräuter und Gewürze vermischen und unter die Kürbiskernmischung heben.
4. Ca. 1 bis 2 EL pro Bratling in eine mit Öl erhitze Pfanne geben und ausbacken. Die Bratlinge sollten von beiden Seiten schön goldbraun sein.
5. Dazu passt: Salat! Lasst es euch schmecken!

**WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!**