



Vegetarische Köfte

Portionen: 4

Vorbereitungszeit: 15 min

Zubereitungszeit: 20 min

Zutaten:

120g Zwiebelwürfel

100g Soja Granulat

60g Semmelwürfel

40g Semmelbrösel

40ml Vollmilch - 3,5%

1 Ei

Olivenöl

Salz, Pfeffer

Paprikapulver

frische Petersilie

frischer Koriander

Kreuzkümmel

Knoblauch

Chili (bei Bedarf)

Öl zum Frittieren

250ml Gemüsefond zum
übergießen



Zubereitung

1. Soja Granulat mit heißem Gemüsefond **übergießen, ziehen lassen, abkühlen & ausdrücken**
2. **Zwiebel** in Olivenöl anschwitzen
3. **Milch** erwärmen & über das **Knödelbrot** geben & mit dem Soja **vermischen**
4. Die restlichen **Zutaten** hinzugeben, gut **durchkneten & rasten** lassen
5. Masse in **ovale Laibchen (ca. 50g)** formen & mit zwei Finger andrücken
6. Langsam in der **Pfanne braten** oder in der **Fritteuse frittieren**

Schmecken lassen!

