

Goldgelbe Blumenkohl-Bergkäsebratlinge



Vegetarisch in den Frühling...

Aus Blumenkohl lässt sich allerlei zaubern. Ich liebe die Kombination von Blumenkohl mit etwas Kokosflocken. Die beiden harmonieren als heimisch-exotisches Paar ausgezeichnet. Wer möchte, kann statt Kokosflocken, auch Semmelbrösel verwenden. Als Gewürz harmoniert übrigens auch Currypulver sehr gut. Ich habe zudem Leinsamen zugegeben, um eine festere Konsistenz zu erreichen. Je mehr Leinsamen in der Farce sind, desto fester werden die Bratlinge.

Hier unser Rezept für „Goldgelbe Blumenkohl-Bergkäsebratlinge“:

Zutaten

Für 8 Personen:

- 500 g Blumenkohl
- 150 g Haferflocken
- 2 Eier
- 50 g Nüsse, gemahlen
- 1 EL Leinsamen
- 50 g Semmelbrösel oder Kokosflocken

- 50 g geriebener Bergkäse
- Salz, Pfeffer, Muskatnuss
- 4-5 EL fein geschnittener Schnittlauch
- Extra: Semmelbrösel oder Kokosflocken zum wälzen, Öl zum Braten

Zubereitung

200 g vom Blumenkohl in gesalzenem Wasser weichkochen, gut abtropfen lassen (wenn möglich in einem sauberen Küchentuch gut ausdrücken). Dann pürieren.

Den restlichen Blumenkohl fein reiben.

Den gekochten und geraspelten Blumenkohl mit den Haferflocken, Leinsamen, dem Bergkäse, gemahlene Nüssen und den beiden Eiern verrühren. Danach die Schnittlauchröllchen hinzugeben. Die Masse kräftig würzen, gut vermischen und ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Nach einer Stunde kleine Bratlinge formen und jeden Bratling in Semmelbrösel oder Kokosflocken wälzen.

In Öl bei mäßiger Hitze langsam goldgelb braten.

Zum Servieren auf Salat anrichten.

Tipp: Dazu einen Dip oder Relish reichen.