

Herzhafte Semmellaibchen mit Lauch

Zutaten

250 g	Semmelwürfel
25 g	Weizenmehl
3	Eier
125 ml	Milch
1	Knoblauchzehe
1	Zwiebel
75 g	Lauch
90 g	Reibkäse
	Petersilie, frisch
	Salz & Pfeffer, nach Geschmack
	Rapsöl



Zubereitung

1. Schneidet die Zwiebel in kleine Würfel und hackt den Knoblauch klein.
2. Erhitzt Rapsöl in einer Pfanne, gebt die Zwiebel und den Knoblauch hinein und schwitzt alles an, bis die Zwiebel glasig ist.
3. Wascht den Lauch und schneidet ihn nudelig.
4. Gebt die Semmelwürfel, die Zwiebel und Knoblauch, den Lauch, den Reibkäse sowie die gehackte Petersilie in eine Schüssel. Würzt mit Salz und Pfeffer.
5. Schlagen die Eier in eine kleine Schüssel und verquirlt sie gut mit einer Gabel. Gießt die Eier und die Milch über die anderen Zutaten.
6. Lasst die Masse $\frac{1}{4}$ Stunde gut durchziehen.
7. Rührt das Mehl unter und formt mit nassen Händen 12 gleich große Laibchen.
8. Erhitzt das Öl in einer Pfanne und bratet die Laibchen auf beiden Seiten langsam goldbraun (ca. 5 Minuten je Seite).

Tipp: Für noch mehr Vitamine passt zu den Semmellaibchen jedes cremige Gemüse, Blattspinat, Rotkraut oder Kürbisgemüse.