Walnuss-Pilz Bratlinge

ARBEITSZEIT	KOCH-/BACKZEIT	PORTIONEN
ca. 30 Minuten	5 Minuten	2 Personen

ZUTATEN

Für die Bratlinge

100 g	Kräuterseitlinge
250 g	Champignons
1	Schalotte
1	Knoblauchzehe
8 EL	neutrales Speiseöl
100 g	Walnüsse
30 g	Dinkelmehl
50 g	Haferflocken
1 TL	Majoran, getrocknet
1 TL	Senf. mittelscharf
1 TL	Tomatenmark
100 g	Kartoffel, gekocht
1	Ei
	Salz
	Pfeffer

Für den Dip

125 g	Joghurt, 10% Fett
30 ml	Wasser
1 EL	Zitronensaft
1 EL	Walnussöl
1/2 TL	Chiliflocken
	Salz

ZUBEREITUNG

Für den Dip Joghurt, Wasser, Zitronensaft und Walnussöls in einer Schüssel verrühren. Mit Chiliflocken und Salz würzen.
Die Kartoffel schälen und weich kochen.
Die Pilze putzen und in feine Scheiben schneiden. Die Schalotte und den Knoblauch schälen und fein würfeln.
Die Hälfte des Öls in einer Pfanne erhitzen und die Pilze, Schalotte und Knoblauch darin ca. 5 min. anbraten und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
Die Walnüsse grob hacken und in einer Schüssel mit dem Dinkelmehl, Haferflocken, Majoran, Senf und Tomatenmark vermengen.
Die weiche Kartoffel reiben und mit dem Ei und der Pilzmasse unter die Mehlmasse rühren.
Den Teig ca. 5 min. ruhen lassen.
Den Teig in ca. 6 gleich große Bällchen teilen und jedes zu einem Bratling formen.
Das restliche Öl in die Pfanne geben, erhitzen und die Bratlinge darin ca. 5 min. von jeder Seite goldgelb anbraten.
Anschließend zusammen mit dem Dip servieren.

Wir wünschen einen guten Appetit!

Tipp: Dazu passt ein frischer Salat mit Birnen (Birnen in Spalten und /oder feine Streifen schneiden bzw. hobeln und unter den Salat mischen)

Vegan · Vegetarisch · Mit Alkohol · Ohne Zucker · Für Kinder geeignet