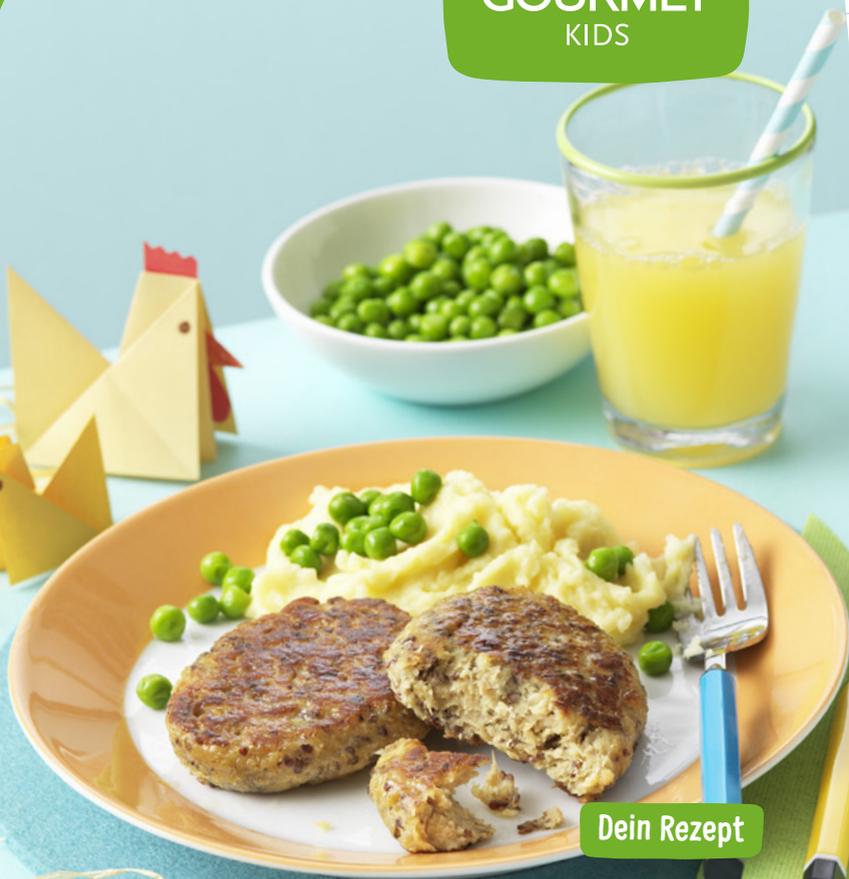


Für ungefähr 8 Laibchen


GOURMET
KIDS



Dein Rezept

> Huhn im Korn <

www.gourmet-kids.at

> Huhn im Korn <

Das brauchst du dafür:

- 80 g Quinoa
- 1 Knoblauchzehe
- 330 g Faschiertes vom Huhn
- 1 Ei
- 1 TL Senf
- 1 Prise Suppenwürze
- 40 g Semmelbrösel
- Öl zum Anbraten
- Salz & Pfeffer
- Kümmel

So einfach geht's:

1.

Lasse den Quinoa ca. 10 Minuten leicht köcheln. Schalte die Herdplatte anschließend ab. Lasse den Quinoa zugedeckt ca. 15 Minuten quellen.

2.

Hacke in der Zwischenzeit Knoblauch fein und brate ihn in Öl an. Vermische das Hühnerfaschierte in einer Schüssel mit dem Knoblauch, menge das Ei bei und würze mit Salz und Pfeffer.

3.

Gib danach den Quinoa dazu und schmecke mit Senf, Suppenwürze und Kümmel ab. Menge zum Schluss noch Semmelbrösel unter.

4.

Forme Laibchen, wälze sie in Semmelbrösel und brate sie in Öl goldbraun.

„Schmeckt super
in Kombination
mit Erdäpfelpüree!“

