



RÖBER
GOURMETMARKT

Lieblingsrezept

von Frau Suchopar

Frikadellen

Zutaten:

500g Rinderhack
125g Magerquark
2 Eßl. Senf
1 Zwiebel
3 Scheiben Toast oder Weißbrot
1/2 rote Paprika
100g Zucchini
40g Butter
3 Eßl. Mais
Salz
schwatzter Pfeffer



Zubereitung:

Schneiden Sie das Gemüse in möglichst kleine Würfel. Vermengen Sie anschließend alle Zutaten miteinander und formen Sie daraus kleine Frikadellen (Größe je nach Wunsch).
Braten Sie nun den geformten Frikadellen langsam von beiden Seiten guck an.

Viel Spaß beim Kochen, Essen und Genießen wünscht Ihnen Ihr Röber Gourmetmarkt!