

Kürbis Kaspresnuggets

Mehr Spaß beim Snacken und Dippen!



Rezept

18-20 Stück

Vorbereitungszeit: ca. 20 Minuten

Ruhezeit: mindestens 15 Minuten

Backzeit: ca. 12 Minuten

Schwierigkeit: Einfach

Zutaten:

- 1 Zwiebel

- 220 ml Milch
- 300 g LAND LEBEN Bio Dinkel Semmelwürfel
- 200 g Kürbis (z.B. Hokkaido oder Butternut), fein geraspelt
- 2 Eier (Gr. M)
- 150 g geriebener Käse
- 1/2 TL Salz
- 1/2 TL getrockneter Thymian

Zubereitung:

- Die Zwiebel fein würfeln, in einer Pfanne anbraten. Geraspelten Kürbis dazugeben und kurz mitdünsten. Dann mit der Milch ablöschen.
- Die LAND LEBEN Bio Dinkel Semmelwürfel in eine große Schüssel geben und die Milch-Kürbis-Mischung darüber gießen.
- Eier, geriebenen Käse, Salz und Thymian hinzufügen. Alles gut vermengen und die Mischung mindestens 15 Minuten ziehen lassen.
- Den Backofen auf 200 °C Heißluft vorheizen.
- Aus der Masse mit feuchten Händen kleine Nuggets formen, auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und etwa 12 Minuten knusprig backen.

www.land-leben.com