

Rezept

Frittierte Mozzarellabrote

Ein Rezept von Frittierte Mozzarellabrote, am 24.01.2025

Zutaten

- | | |
|--------------------------------|---|
| 8 Scheiben Sandwichbrot | 1 Kugel Büffelmozzarella (ca. 250 g) |
| 4 Sardellenfilets in Öl | 2 Eier |
| 1/4 l Milch | 50 g Mehl zum Wenden |
| Salz | Pfeffer |
| 1/4 l Olivenöl zum Braten | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 470 kcal

Zubereitung

1. Die Rinde vom Sandwichbrot dünn abschneiden. Die Brote leicht toasten. Mozzarella abtropfen lassen und in knapp 1 cm große Würfel schneiden. Die Sardellenfilets abtropfen lassen und vierteln.

2. Die Eier in einem tiefen Teller verquirlen, die Milch und das Mehl jeweils in andere Teller füllen.

3. Mozzarellawürfel im Ei wenden, gut abtropfen lassen, salzen, pfeffern und im Mehl wälzen. Wieder abtropfen lassen. Die Brote kurz in die Milch tauchen.

4. Die Mozzarellawürfel mit den Sardellenfilets auf der Hälfte der Brotscheiben verteilen, die anderen Brote darüberdecken und leicht andrücken. Die gefüllten Brote auf beiden Seiten erst im übrigen Ei, dann im Mehl wenden.

5. Das Olivenöl in einer großen Pfanne (oder in zwei) erhitzen. Die gefüllten Brote hineinlegen und pro Seite bei mittlerer Hitze etwa 4 Min. braten, bis sie schön gebräunt sind. Die Brote gut auf Küchenpapier entfetten und heiß servieren, z. B. einfach in einer Serviette.