

Rezept

Hirsebratlinge mit Schnittlauchdip

Ein Rezept von Hirsebratlinge mit Schnittlauchdip, am 15.12.2025

Zutaten

1	Zwiebel	100 g	Hirse
250 ml	Gemüsebrühe	4 EL	zarte Haferflocken
3 EL	Mehl	100 g	Knollensellerie
1	Ei	1 TL	Currypulver
1 Bund	Schnittlauch	150 g	Crème fraîche
1 EL	scharfer Senf		Salz
	Pfeffer		Öl zum Braten

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 740 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. In einem Topf 1 EL Öl erhitzen und die Zwiebel darin anbraten. Hirse und Brühe dazugeben, aufkochen und ca. 20 Min. bei schwacher bis mittlerer Hitze zugedeckt köcheln lassen, bis die Hirse weich und die Brühe eingekocht ist. Haferflocken und Mehl unterrühren und alles auf der ausgeschalteten Herdplatte zugedeckt noch 10 Min. quellen lassen.
2. Für den Dip den Schnittlauch waschen, trocken tupfen und in feine Röllchen schneiden. Crème fraîche, Senf und Schnittlauch verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken.
3. Sellerie schälen und fein raspeln. Mit Ei und Curry unter die Hirsemasse rühren. Diese salzen und pfeffern. Öl in einer Pfanne erhitzen. Aus der Hirsemasse acht flache Bratlinge formen und in zwei Portionen im heißen Öl in je 5 Min. von beiden Seiten knusprig braun braten.