

Rezept

Indische Kartoffelbratlinge

Ein Rezept von Indische Kartoffelbratlinge, am 18.04.2024

Zutaten

500 g vorwiegend festkochende Kartoffeln	1 rote Zwiebel
2 grüne Chilischoten	3 EL Öl
1 TL Currypulver	1 TL schwarze Senfsaat
100 g TK-Erbesen	1 Stück Ingwer (2 cm lang)
4 EL Maismehl	Saft von ½ Zitrone
Salz	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal, 8 g F, 5 g EW, 32 g KH

Zubereitung

1. Die Kartoffeln gründlich waschen und knapp mit Wasser bedeckt je nach Größe 20-25 Min. kochen, bis sie sich leicht einstechen lassen.

2. Inzwischen die Zwiebel schälen und fein würfeln. Die Chilischoten waschen, halbieren, weiße Trennwände und Kerne entfernen und fein hacken. Zwiebel in 1 EL Öl in ca. 5 Min. glasig andünsten. Chili, Currypulver und Senfsaat dazugeben und kurz mitbraten. Die Erbsen dazugeben. Den Ingwer schälen und fein dazureiben. Alles weitere 5 Min. unter Rühren dünsten, dann abkühlen lassen.

3. Die Kartoffeln abgießen, kurz abkühlen lassen, dann pellen und noch warm durch eine Kartoffelpresse drücken. 2 EL Maismehl, Zitronensaft, Zwiebel-Erbesen-Mischung und 1 TL Salz dazugeben und alles zu einer glatten Masse verkneten. Die Masse zu ca. 16 golfballgroßen Kugeln rollen, zu Bratlingen flach drücken und im übrigen Maismehl wenden.

4. Übriges Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Die Bratlinge darin in 2 Portionen pro Seite ca. 5 Min. braten. Dazu schmeckt Mango-Chutney.