

Rezept

Knusprige Reisbällchen mit Paprikadip

Ein Rezept von Knusprige Reisbällchen mit Paprikadip, am 28.06.2026

Zutaten

Für die Bällchen

1 kleine Zwiebel	1 EL Öl
½ TL mildes Currypulver	½ TL Schwarzkümmel
150 g Risottoreis	Salz

Für den Paprikadip

3 EL vegane Mayonnaise (gekauft oder selbst gemacht)	2 EL ungesüßter Kokos-Joghurt
1 TL geräuchertes Paprikapulver (z. B. Pimentón de la Vera)	60 g geröstete, eingelegte Paprika (Glas)
	1 TL Zitronensaft
	Salz

Ausserdem

ca. 12 kleine grüne Oliven (entsteint)	3 EL Semmelbrösel
3 EL Stärke	500 ml Öl zum Frittieren

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 780 kcal, 42 g F, 10 g EW, 90 g KH

Zubereitung

1. Für die Bällchen die Zwiebel schälen und würfeln. Das Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebelwürfel darin bei mittlerer Hitze in ca. 4 Min. glasig schwitzen. Currypulver und Schwarzkümmel darüberstreuen und kurz mitschwitzen, dann den Risottoreis unterrühren. Alles unter Rühren ca. 30 Sek. anbraten, dann mit 250 ml Wasser ablöschen. 1 TL Salz zugeben, alles aufkochen und zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Min. köcheln lassen, bis der Reis das gesamte Wasser aufgenommen hat. Vom Herd nehmen und in mindestens 3 Std. vollständig auskühlen lassen.
2. Für den Paprikadip alle Zutaten pürieren und den Dip mit Salz würzig abschmecken. Bis zum Essen zugedeckt im Kühlschrank durchziehen lassen.
3. Die Oliven bereitlegen (große Oliven eventuell halbieren). 1 gehäuften EL Reismasse zu einer Kugel formen, eine Olive(nhälfte) in die Mitte geben und den Reis darüber gut verschließen. Die übrigen Bällchen ebenso formen. Die Semmelbrösel in eine Schüssel geben. In einer zweiten Schüssel die Stärke mit 5 EL Wasser verrühren. Die Bällchen zuerst in der Stärkemischung, dann in den Semmelbröseln wälzen.

4. Das Öl in einem Topf erhitzen, bis an einem hineingehaltenen Holzstäbchen sofort kleine Bläschen aufsteigen. Die Oliven-Reis-Bällchen darin in mehreren Portionen in je 3-4 Min. hellbraun und knusprig frittieren. Mit einer Schaumkelle herausheben und auf Küchenpapier entfetten, dann heiß mit dem Dip servieren.