

## Rezept

# Tempura-Lauchbällchen

Ein Rezept von Tempura-Lauchbällchen, am 09.06.2026

## Zutaten

<b>1</b> Ei	<b>50 g</b> Tempura-Mehl
<b>1</b> dicke Stange Lauch	Salz
<b>1 EL</b> schwarzer Sesamsamen	3/4 TL Shichimi togarashi
<b>1 l</b> Öl zum Frittieren	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 215 kcal

## Zubereitung

1. Das Ei mit 5 EL eiskaltem Wasser verquirlen. Mit dem Mehl mit dem Schneebesen kräftig zu einem dicken Teig verrühren. Den Teig in den Kühlschrank stellen.
2. Lauch waschen, abtrocknen, putzen und in 5 mm dicke Ringe schneiden. Mit 1/2 TL Salz mischen und mit den Händen kräftig durchkneten. Sesam und Shichimi togarashi unterrühren, 10 Min. ziehen lassen.
3. Das Öl in einem Topf erhitzen. Den Lauch unter den Teig rühren. Mit einem Teelöffel und einer Gabel jeweils 1 TL Lauch mit Teig herausnehmen und ins heiße Öl gleiten lassen. Lauchbällchen portionsweise hellbraun frittieren. Herausnehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Heiß servieren.